



Stress kann sich in unterschiedlichen Ausprägungen zeigen – von ständigem Gehetzt sein, Schlafstörungen, Nervosität oder Antriebsschwäche bis hin zum Burn-out-Syndrom. Ursache dafür sind lediglich zu einem Teil die äußeren Gegebenheiten. Viel wichtiger ist, wie man damit umgeht. Belastend wirkt zum Beispiel, unentwegt an die Zukunft zu denken oder sich wegen vergangener Situationen zu grämen. In der Gegenwart liegt der Schlüssel zu Ruhe und Glück. Mit 3 Stunden Kurzentspannung durch Bewegung an der frischen Luft und dem Blick in die Natur verhilft der tierische Antistress-Coach ihnen zu mehr Ausgeglichenheit. So gewinnen Sie Leistungsfähigkeit und Lebensqualität. Der Stress lässt nach, und Sie lernen, diese Glücksmomente in den Vordergrund zu rücken.



Sie möchten das erste Mal oder wieder Mal ***"das Glück der Erde, auf dem Rücken der Pferde"*** spüren. Ein weiches Pferdemaul streicheln in die sanften Pferdeaugen blicken, etwas über den Umgang mit ihnen lernen und einen unvergesslichen, geführten Ausritt in die Natur erleben. Sie haben keine Zeit für ein eigenes Pferd, buchen sie einen Erlebnisausritt. Oder schenken sie ihren Lieben einen Gutschein.

**Kleidung:**  
stabile Halbschuhe mit Absatz, Jeans oder Reithose,  
Handschuhe (Reithelm und Rückenschutz kann gegen  
Gebühr von 6€ gestellt werden)

Für 1-2 Personen buchbar.

Kosten: 75,00€ / pro Person  
Termin: nach Absprache  
Dauer: 3 Stunden



Bitte rufen sie mich an oder senden mir eine eMail.

**Termin:** nach Absprache  
**Ort:** Kaarst-Bütten  
**Kosten:** 75,00€ inkl. Lehrpferd (**Reiter Maximalgewicht 85kg**)  
ggf. zzgl. Leihgebühr Reitkappe/Rückenprotektor 6€

Meine Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) finden sie auf meiner Homepage