



## Centrerad ridning



**Descargar**



**Leer En Linea**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

# Centrerad ridning

*Sally Swift*

## Centrerad ridning Sally Swift

Sally Swifts efterfrågade böcker kommer nu i nytryck.

CENTRERAD RIDNING är Sally Swifts andra bok om centrerad ridning.

I den förklaras i grova drag hur du kan förbättra hästens muskulatur och gång med hjälp av större förståelse och tillämpning av centrerad ridning. När din ridskicklighet ökar kan du inte undgå att förbättra din hästs kropp. De två faktorerna samverkar och kan resultera i ett härligt samspel mellan häst och ryttare.

### **Sally Swift**

Boken handlar om hur man kan förbättra sin ryttarkänsla. Genom att behärska sin egen kropp och använda den på ett medvetet sätt kan man uppnå harmoni med hästen, menar författaren Sally Swift.

Att rida centrerat handlar om att känna till sin egen kropp det handlar om att förstå hur hästen upplever ryttaren och vilka förutsättningar du som ryttare ger din häst.

För att åstadkomma detta finns handfasta övningar. Många av dem är på marken, utan häst. Det gäller att föreställa sig och skapa en känsla som du sedan kan återkalla på hästryggen.

### VARFÖR TVÅ BÖCKER?

Förlaget ger samtidigt ut Sally Swifts första bok ETT MED HÄSTEN. Den andra boken ersätter inte den första, den kompletterar den: "Böckerna hör ihop, och det är bra att först ha läst ETT MED HÄSTEN, menar Sally Swift.

En stor del av svårigheterna för nybörjaren är att rörelsemönstret hos hästen ställer helt nya krav på balansförmåga och kroppskontroll hos ryttaren. Dessutom sitter man mer än en och en halv meter ovanför marken och den som under någon av sina första ridlektioner har varit nära att åka av eller rent av har ramlat i backen kan bli rädd och spänd. Det gör inte saken lättare.

Sett ur hästens perspektiv är ett stort problem att många hästar inte får en optimal utbildning. Det är tyvärr så att många hästar får en rent undermålig utbildning. Detta medför att många hästar inte får en rättvis chans att bli framgångsrika på tävlingsbanan och utveckla sin potential men mycket värre att många hästar får skador som gör dem obrukbara för kortare eller längre tid.

Här kommer centrerad ridning in i bilden. Sally Swift har skapat en metod och ett språk som just har till syfte att ge instruktörer och ryttare verktyg för att lära ryttarkänsla. Jag är övertygad om att många fler ryttare kan komma in i den skara som tillägnat sig denna känsla och också kortar tiden att komma dit. Frustrationen hos elever (och också hos vissa lärare) kommer att minska och många hästar kommer att få ett längre och behagligare liv för att deras ryttare sitter mjukare och mer balanserat i sadeln

**Johan Bredberg, Vd för Flyinge AB 2007-2009**

 [Descargar Centrerad ridning ...pdf](#)

 [Leer en línea Centrerad ridning ...pdf](#)

**Descargar y leer en línea Centrerad ridning Sally Swift**

---

362 pages

Download and Read Online Centrerad ridning Sally Swift #EB6LCGH92WI

Leer Centrerad ridning by Sally Swift para ebook en líneaCentrerad ridning by Sally Swift Descarga gratuita de PDF, libros de audio, libros para leer, buenos libros para leer, libros baratos, libros buenos, libros en línea, libros en línea, reseñas de libros epub, leer libros en línea, libros para leer en línea, biblioteca en línea, greatbooks para leer, PDF Mejores libros para leer, libros superiores para leer libros Centrerad ridning by Sally Swift para leer en línea.Online Centrerad ridning by Sally Swift ebook PDF descargarCentrerad ridning by Sally Swift DocCentrerad ridning by Sally Swift MobipocketCentrerad ridning by Sally Swift EPub  
**EB6LCGH92WIEB6LCGH92WIEB6LCGH92WI**