Infoabend:

Osteopathie für ReiterInnen – den eigenen Körper besser verstehen

Am Freitagabend, dem 23. Oktober 2026, trafen sich Vereinsmitglieder und interessierte ReiterInnen zu einem informativen Vortrag rund um das Thema „Osteopathie für ReiterInnen“ beim RuFV Aegidienberg Windhagen e. V.

Die Osteopathin und Heilpraktikerin Mareike Sonny, die seit über 13 Jahren in ihrem Beruf tätig ist und eine eigene Praxis führt, gab spannende Einblicke in ihre Arbeit. Als begeisterte Reiterin hat sie sich auf die osteopathische Behandlung von ReiterInnen und Pferden spezialisiert.

Im Mittelpunkt des Abends stand die Frage, wie sich der eigene Körper auf das Pferd und das Reitgefühl auswirkt. Einschränkungen der Beweglichkeit, Verspannungen oder eine ungleiche Körperhaltung können sich auf die Balance des Reiters und damit auch auf die Bewegungen des Pferdes auswirken. Anhand kleiner Wahrnehmungs- und Bewegungsübungen konnten die Teilnehmenden selbst erfahren, wie Veränderungen im eigenen Körper das Gleichgewicht und das Bewegungsgefühl beeinflussen.

Der interaktive Vortrag bot viele interessante Denkanstöße und zeigte, wie wichtig es ist, den eigenen Körper bewusst wahrzunehmen, um die Verbindung zum Pferd zu verbessern – unabhängig von Reitweise, Ausbildungsstand oder Alter.

Ein herzliches Dankeschön an Mareike Sonny für den informativen und praxisnahen Abend! Ebenso bedanken wir uns bei allen Teilnehmenden für das Interesse und den gelungenen Austausch.

