

# RuiterFysio

Een fit paard en een fitte ruiter leveren samen de beste prestaties. Aan de fitheid van uw paard wordt gewerkt, maar hoe fit ben u eigenlijk zelf? Als ruiter, paardeneigenaar of trainer bent u begaan met de fitheid en gezondheid van uw paard. Maar om tot een optimale prestatie te komen is ook de fitheid van de ruiter erg belangrijk. Hoe los is de rug van de ruiter? Is de beweeglijkheid naar rechts net zo groot als die naar links? Hoe is het met de rompstabiliteit of kracht van de buikspieren??

Anne is, naast dierfysiotherapeut, praktiserend humaan fysiotherapeut. Bovendien heeft ze zich gespecialiseerd in fysiotherapie voor ruiters. Tijdens het rijden vormen ruiter en paard een combinatie. Een combinatie is zo sterk als de zwakste schakel. Daarom is het van belang dat niet alleen het paard fit is, maar de ruiter ook. Dit kunt u bereiken middels RuiterFysio.

Tijdens een individuele sessie worden u sterke en zwakke punten in kaart gebracht in relatie tot het rijden. Vervolgens wordt u fysiotherapeutisch behandeld en krijgt u oefeningen mee om uw zwakke punten te verbeteren. Dit leidt uiteindelijk tot een fitte ruiter die met een fit paard optimale prestaties kan leveren.

U kunt tevens van de mogelijkheid gebruik maken om uw paard tegelijkertijd te laten trainen in de seawalker.

**Kosten:** RuiterFysio € 25,- | FysiekeCheck Ruiter € 20,- | Houding & ZitAnalyse te paard € 35,- inclusief Seawalken.

Voor het maken van een afspraak kunt u contact opnemen met:

Health4Horses | E-mail: [info@health4horses.nl](mailto:info@health4horses.nl) | Op dinsdag en vrijdag is de fysiotherapeut aanwezig bij H4H

