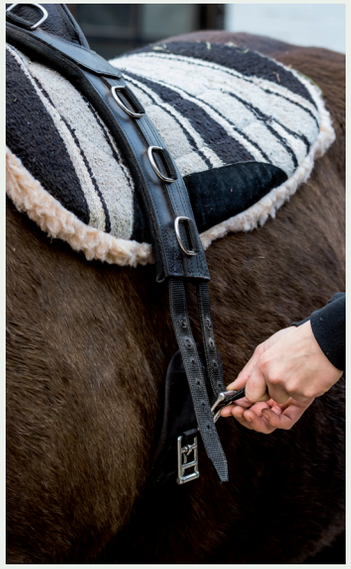
VERTRAUEN

„Wenn Muninn dabei ist, traue ich mich das.“

FÜHLEN

„Die Pferde schauen mir mitten ins Herz.“



ERKENNEN

„Bjössi versteht besser, wie es mir geht, als ich“

Kontakt

Annika Hitschler
Aggerstraße 3
44807 Bochum

0173-2146869
reittherapie@fjoernir.de

www.facebook.de/fjoernir
www.fjoernir.de

Fjörnir

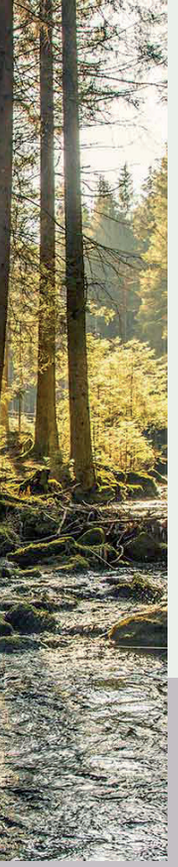
ist ein isländischer Vorname und bedeutet
„Der, der Leben schützt“

Reittherapie Fjörnir

Annika Hitschler

Reittherapeutin (IPTh)

NATURERLEBEN
LEBENSFREUDE
KOMMUNIKATION
Selbstbewusstsein
Persönlichkeitsentwicklung
ENTSCHLEUNIGUNG
STABILITÄT
Beziehung
ENTSPANNUNG
Achtsamkeit
soziale Kompetenz



DIE NATUR ERLEBEN

Konzept

Das Pferd ist ein feinfühliges und soziales Lebewesen, das mit dem Menschen interagiert, kommuniziert und dessen Stimmungen wahrnehmen und widerspiegeln kann. Es lebt im Moment und reagiert unmittelbar und authentisch auf die aktuelle Situation. Diese Eigenschaften machen es zu einem idealen Therapiepartner für eine ganzheitliche Förderung.

Ich arbeite mit Erwachsenen, Jugendlichen und Kindern im Einzelsetting. Die Dauer und Häufigkeit der Stunden werden individuell vereinbart und an den jeweiligen Bedarf angepasst. Die Einheiten finden in ruhigem Umfeld in der Natur statt und können von den Klienten mitgestaltet werden. Vorerfahrungen mit Pferden sind nicht erforderlich.

Unser Hof befindet sich verkehrsgünstig und mit Anbindung an den ÖPNV in Bochum Nord.

ZU SICH SELBST ZURÜCKFINDEN

SICH WIEDER SPÜREN

Meine Partner

Bjössi ist ein Isländer und ein ziemlich lustiger Kerl. Er ist aufmerksam, neugierig und für jeden Quatsch zu haben. Mit seiner Fröhlichkeit und Lebensfreude kann er einen anstecken und mitreißen.

Muninn ist ebenfalls ein Isländerwallach und eine totale Lebensversicherung. Mit seiner ruhigen und entspannten Art vermittelt er ein Gefühl von Sicherheit und Geborgenheit.

Theo ist ein junger Clydesdale-Wallach, an dem alles ziemlich groß ist: Sein Kopf, seine Füße und vor allem sein Herz. Er freut sich über jeden, der an den Stall kommt und sich mit ihm beschäftigen möchte.

Möglichkeiten

ENTDECKE UND ENTWICKLE DEINE FÄHIGKEITEN

- Selbstbewusstsein steigern
- Konzentration fördern
- Motivation steigern

WACHSE ÜBER DICH HINAUS

- Persönlichkeit entwickeln
- emotionale Stabilität erreichen
- Zugang zu Gefühlen finden

ERLEBE DEN MOMENT

- Die Natur erleben und genießen
- Zur Ruhe kommen
- Zu sich selbst zurückfinden
- Das Wesentliche erkennen

BAUE ÄNGSTE AB UND FASSE VERTRAUEN

- Angstbewältigung
- Stabilisierung nach Traumata
- Vertrauen erfahren

STÄRKE DEINE SOZIALE KOMPETENZ

- Beziehungs- und Bindungsfähigkeit stärken
- Kommunikationsfähigkeit schulen
- Selbstwirksamkeit und Außenwirkung erfahren
- Konfliktfähigkeit verbessern

DEN MOMENT WERTSCHÄTZEN