

# RESSITÖN RATSASTUSLEIRI AIKUISILLE

## Irtiotto arjesta!

Pe-su 26.-28.7.2019 (3vrk)

Leiri on suunnattu kaikille aikuisratsastajille jotka haluavat jättää hetkeksi arjen kiireet ja viettää viikonlopun rentoutuen hevosten sekä samanhenkisten ihmisten parissa. Ratsastuksen lisäksi ohjelmassa myös muuta rentoutumiseen liittyvää ohjelmaa kuten joogaa ja rentoutusharjoituksia.

Leiri sopii niin rentoa harrastelua kaipaavalle kuin tavoitteellisemmin harjoittelevalle ratsastajalle. Räätelöidään toiveidenne mukaan leiristä kaikille sopiva. Pääasiana kuitenkin mukava yhdessä tekeminen.

Leiri alkaa perjantaina klo 16.00 tervetulijais kahvilla ja tutustumisella, jonka jälkeen ensimmäinen ratsastustunti.

LEIRI SISÄLTÄÄ mm.:

- perjantaina 1h ratsastusta ja muina päivinä 2 ratsastustuntia; istuntaa, koulua, maastoilua ja halukkaille myös esteitä.
- maistuvaa kotiruokaa: 2x lounas, päivällinen, päiväkahvit, aamu- ja iltapala
- majoittuminen uusituissa leiritiloissa
- saunontaa, paljuilua ja yhteistä illanviettoa
- ohjattu rentoutus ja jooga harjoitukset
- vakuutus



Tervetuloa LaKu Stallille aikuisten rentouttavalle leirille. Leirin opetuksesta vastaa master-opettaja, II-tason lajivalmentaja (este ja koulu) Auli Lamers.

Leirin hinta on 280€ josta maksetaan 50€ varausmaksu viikon kuluessa ilmoittautumisesta tilille FI2520972000064259. Varausmaksua ei palauteta. Loput leiristä maksetaan viimeistään leirille tultaessa.

Ilmoittautumiset ja lisätiedot [info@lakustall.com](mailto:info@lakustall.com) tai 040-963 2555