



ÜBUNGEN IM GELÄNDE 2

Materialien

- Führseil
- Longe
- Karten und Edding (Notizen für Dich)
- Erste Hilfe Tasche
- Taschentücher
- Rucksack

Schritte zum Ziel

Zu Beginn wird beim gemeinsamen Laufen werden Sicherheit, Freiwilligkeit, Verschwiegenheit geklärt. Dann wird das Ziel formuliert. Die Beobachtung und Kontaktaufnahme folgen an der Longe oder an einem langen Führseil. Im Folgenden wird das Pferd an den/die Coachee übergeben.

Beim Gehen wird über die notwendigen Schritte zum Ziel gesprochen. Für jeden Schritt der genannt wird und das Ziel darf sich der/die Coachee etwas aus der Natur (Stein/Blatt/Kastanie/Ast, Rinde...) suchen. Du kannst Dir die Zuordnung notieren, falls Du Dir nicht zutraust, Dir das zu merken. Da man vorher nicht weiß, wieviele Zwischenziele genannt werden, ist das sicher besser.

Die gesammelten Dinge werden im Rucksack gesammelt und an einer geeigneten Stelle (ein ruhiger, nicht zu stark frequentierter Weg) wird die Übung "Schritte zum Ziel" genauso aufgebaut, wie Du das auf dem Platz machst.

Sehr schön ist es, das symbolische Ziel dem/der Coachee am Schluß mitzugeben (wenn es nicht gerade ein Baumstamm ist ;-)) oder ein Foto von dem Ziel und den Schritten zu machen und anschließend zuzusenden.