



# Pferdegestütztes Achtsamkeitstraining

*Dank dem Pferd zurück zu sich selbst in der Natur:*

**Spaziergang mit dem Pferd kombiniert mit  
Achtsamkeitstechniken: Sinne und Herz öffnen,  
wahrnehmen und wirken lassen.**

*Keine Reit- oder Pferdekennntnisse notwendig.  
Für Erwachsene und Jugendliche (Kinder ab 10 Jahren).  
Gruppen bis 6 Personen oder Einzeltrainings. In Gudo.  
Termin auf Vereinbarung.*