



## TRAINING IN ONZE WATERBAAN HEEFT VEEL VOORDELEN !

### SPIERKRACHT

Versterkte protractie van de benen geeft kanteling van het bekken met optimale ontwikkeling van buik-, bil- & beenspieren en ontspannen aanspanning van de rug.

### SYMMETRIE

Rechtuit lopen door het water bevordert de balans en zorgt voor symmetrische ontwikkeling van de spieren van het paard.

### MENTAAL FIT

Afwisselend, ongedwongen, lekker buiten in een landelijke omgeving tussen andere paarden... Door de ogen van een paard is dit het belangrijkste voordeel!

### EIGEN TEMPO

Paarden lopen in hun eigen tempo en paslengte door de baan, zónder het nadelige effect van een mechanisch aangedreven loopband.

### CONTROLE

De verharde ondergrond is veilig en zonder obstakels; een paard wordt tijdens de training altijd begeleid door twee trainers.

### ONBELAST

Tijdens de training kunnen paarden zich vrij bewegen, ongehinderd door het extra gewicht, de rugbelasting en de inwerking van een ruiter.

### VARIATIE

In de waterbaan kan op verschillende waterhoogtes, in alle gangen (stap, draf en galop), aan de dubbele longe en zelfs onder het zadel gewerkt worden!

### Principe van waterbaantraining

*Paarden hebben een instinctieve prikkel om óver het water heen te stappen, waardoor ze hun voor- en achterbenen hoger optillen.*

*Training in de waterbaan is daarmee een effectief middel om de functie van het bewegingsapparaat te verbeteren en blessures te voorkomen.*