



## SZKOLENIE LICENCYJNE + WARSZTATY PRAKTYCZNE

Klub Jeździecki Wiktorowo i Warszawsko Mazowiecki Związek Jeździecki serdecznie zaprasza na **szkolenie licencyjne z zakresu lonżowania i pracy z końmi z ziemi.**

Zajęcia mają pozwolić na podnoszenie poziomu wyszkolenia jeźdźców w obszarze pracy z koniem z ziemi. Szkolenie skierowane jest do szkoleniowców, zawodników, luzaków, i wszystkich chętnych, którzy chcą lepiej opanować sztukę lonżowania koni, a szkoleniowcom pomóc efektywniej wykorzystać pracę na lonży w codziennym treningu.

### Organizator:

KJ Wiktorowo & Warszawsko Mazowiecki Związek Jeździecki

Adres : Wiktorowo 8; 05-192 Nasielsk

Osoba prowadząca – **Jan Ratajczak** (Trener PZJ)

Termin – **1Maj 2023** (godz. 11.30-19.00) szkolenie licencyjne + praktyka

Termin – **2 maj 2023** (godz. 9.00-14.00) warsztaty praktyczne

Koszt ponoszony przez uczestników:

**250 zł** za kurs licencyjny (1.05.)

**350 zł** za dwa dni dla szkoleniowców z licencją PZJ

**400 zł** za dwa dni dla pozostałych

Koszt noclegu ze śniadaniem: **80 zł** doba

Koszty wyżywienia - śniadanie – **30 zł** , obiad **40 zł** , kolacja **30 zł**

Możliwość uczestnictwa wraz z koniem w treningach:

Koszt wynajmu boksu (przyjazd z własnym koniem) – **100 zł** / dzień

Możliwość skorzystania z treningu z koniem niedziela/poniedziałek/wtorek

Zgłoszenia wraz z potwierdzeniem przelewu na [jan.ratajczak@interia.pl](mailto:jan.ratajczak@interia.pl):

**Konto: Martyna Ratajczak – 70 1020 1592 0000 2902 0293 6698**

### HARMONOGRAM:

**PROGRAM - KURS LONŻOWANIA 01-02.05.2023r**  
**(Wiktorowo k. Nasielska )**

### **Zakres wiedzy teoretycznej i praktycznej:**

Kurs podstawowy III i II stopnia

- a) teoria – 4 godziny
- b) filmy szkoleniowe – 1,5 godz.
- c) praktyka – 4 godzin
- d) warsztaty praktyczne – 6 godz.

### **I. Lonżowanie koni na pojedynczej lonży - teoria**

- 1) Miejsce i podłoże do lonżowania
- 2) Wyposażenie i rząd dla konia
- 3) Prawidłowe wypięcie konia na lonży;

- 4) Wodze pomocnicze – rodzaje i zasadność stosowania;
- 5) Technika i zasady lonżowania.
- 6) Ćwiczenia gimnastyczne, skala wyszkolenia.
- 7) Praca z młodymi i zaawansowanymi końmi.
- 8) Praca z trudnymi końmi.
- 9) Korygowanie problemów z końmi.
- 10) Praca na koziołkach i dragach.

## **II. Lonżowanie koni na podwójnej lonży – teoria wstęp**

- 1) Podwójna lonża – zasadność stosowania;
- 2) Technika lonżowania na podwójnej lonży
- 3) Filmy szkoleniowe

## **III. Lonżowanie koni - praktyka**

- 1) Lonżowanie na pojedynczej lonży
- 2) Lonżowanie na podwójnej lonży

## **PLAN GODZINOWY**

01.05.2023r – (poniedziałek) miejsce – sala wykładowa zajęcia teoretyczne + hala praktyka

11.15 - rejestracja uczestników , zakwaterowanie  
11.30 - 13.30 teoria  
13.30 - 14.30 przerwa obiadowa  
14.30 - 16.30 teoria + filmy szkoleniowe  
16.45 - 19.00 zajęcia praktyczne – konie przyjezdne  
19.00 – wręczenie certyfikatów licencyjnych szkoleniowcom  
19.30 – kolacja  
20.00 – ognisko

02.05.2023r - (wtorek) miejsce hala – zajęcia praktyczne – warsztaty

8.30 – **śniadanie**  
09.00 – 10.45 - praktyka część pierwsza - 2 konie lonża  
10.45 – 11.00 - przerwa kawa , herbata  
11.00 – 14.00 – praktyka część druga - 4 konie podwójna lonża  
14.00 – 14.30 - przerwa obiadowa  
14.30 – 15.30 - praktyka część trzecia – 2 konie podwójna lonża  
15.30 - zakończenie, podsumowanie, wręczenie certyfikatów uczestnictwa

W każdej części praktycznej udział własny kursantów.

Kursanci mają być zaopatrzeni obowiązkowo w rękawiczki ciepłe ubranie.

Organizator lub kursanci z końmi zapewniają podstawowy sprzęt do lonżowania.

Możliwość uczestnictwa ok. 25 osób.

Organizator zapewnia kawę, herbatę i drobny poczęstunek.

**Zgłoszenia mailowe:** [jan.ratajczak@interia.pl](mailto:jan.ratajczak@interia.pl)

**W zgłoszeniu należy podać** : Imię i Nazwisko , telefon, email,

Osobie zgłoszonej będzie wysłany druk zgłoszeniowy który prosimy po wypełnieniu odesłać na adres organizatora.

Warunki uczestnictwa na stronie [www.kjwiktorowo.pl](http://www.kjwiktorowo.pl) ; f; Folwark Konny Wiktorowo

Kontakt telefoniczny do organizatora: 501 -933086 , 602 648711

**Dojazd:** Miejscowość - **Wiktorowo**, gmina Nasielska powiat Nowy Dwór Mazowiecki .

Mapka dojazdowa na stronie – [www.kjwiktorowo.pl](http://www.kjwiktorowo.pl) ; f- Folwark Konny Wiktorowo