



Stockholms Läns Ridsportförbund

Spänst och harmoni i ryttarens sits

En föreläsning om hur man tränar balans, rörelseförmåga i lederna samt hur man förebygger stelhet.

Föreläsaren Birthe Vogelius driver företaget Levád Fysiotherapi och har många års erfarenhet av problem som ryttare stöter på, både belastningsskador och sitsproblem.

Birthe är leg. sjukgymnast med specialutbildning i ortopedisk medicin. Hon har också nyss kommit ut med en ny bok, Spänst och harmoni i ryttarens sits.



Tid: Onsdag den 2 december klockan 09.00 - 13.00.

Plats: Stockholmsidrottens Hus Smidesvägen 5, 171 41 SOLNA

Pris: 280 kr/person. inkl. fika

Anmälan: Stockholms Läns Ridsportförbund, Smidesvägen 5, 171 41 Solna
e-post: info@stockholmridsport.se
fax: 08 - 98 63 66

Senast den 20 november. Anmälan är bindande.

Ange namn, faktureringsadress, telefon och klubbtilhörighet i anmälan.

Frågor: Ring till oss på kansliet, telefon; 08-627 40 86.

Smidesvägen 5, 171 41 Solna. Tele: 08-627 40 00. Fax: 08-98 63 66

E-post: info@stockholmridsport.se

Hemsida: www.ridsport.se/stockholm