



Ende Januar 2022 geht's los

# RiSE UP

Aktiv-Kurs für junge Menschen !

## 11 Wochen

11 tierische Lehrer  
6 Gleichgesinnte  
1 Coach

**Lass' dich ein auf Pferde, Ponys und Esel - und lasse deine persönlichen Fähigkeiten wachsen:**

- Erfahre die Bedürfnisse und das Wesen der Pferde, Ponys und Esel bei Pflege und Versorgung
- Schule deine Wahrnehmung in der Herde - lerne „Pferdesprache“
- Übernimm' Führung und löse Aufgaben im Parcours
- Überzeuge mit Körpersprache bei der Arbeit mit den Pferden
- Geh Wandern in der Natur
- Tausche dich in deiner Gruppe aus
- Entdecke neue Seiten an dir

## Starte das neue Jahr mit deiner persönlichen Challenge

- Wünschst du dir mehr Selbstvertrauen, wenn dich das Leben herausfordert?
- Bist du auf der Suche, deinen Weg in die Berufswelt zu finden?
- Möchtest du innere Klarheit gewinnen?
- Willst du erfahren, wie du für deine Ziele bestimmt auftreten kannst?

**Dann ist „RiSE UP“ genau das Richtige für Dich!**



für 18-24-Jährige

### Wann

25. Januar - 7. April 2022  
3 Stunden/ Woche (Di / Do vormittags)

### Für wen

18-24-jährige, Kleingruppe bis 6 Personen

### Wo

Bio Ranch Zempow

### Dein Beitrag

Das Projekt wird von der Stadt Wittstock gefördert, daher kostet dich der Kurs nur 30 € (10 € je Monat)

### Willst du mehr wissen? Melde dich!

email: [pferdeprojekt@zempow.de](mailto:pferdeprojekt@zempow.de)  
Tel./SMS/Signal: 0172 2590450



SCAN ME

### Veranstalter

Reit- und Fahrverein Zempow e.V.  
auf der Bio Ranch Zempow  
Birkenallee 12 • 16909 Wittstock/Dosse OT Zempow

### Hinkommen

ORP Buslinie 746 und 785

Wir sind mit den Tieren zu Fuß unterwegs. Um an diesem Projekt teilzunehmen, brauchst du keine Vorerfahrung mit Ponys und Pferden. Bring einfach eine gesunde Portion Offenheit, Abenteuerlust und warme Kleidung mit!

### Warum Pferde?

*Pferde sind Meister des feinen Wahrnehmens. Im Zusammensein geben sie dir ehrliches Feedback - ohne dich zu beurteilen.*

*Als „Spiegel“ helfen sie dir dabei, deine Ziele, Absichten oder Hemmnisse zu erkennen und dich klarer auszudrücken.*

*Richte dich innerlich auf - und lasse die äußere Ausrichtung folgen. Dieses Prinzip kannst du auf Alles in deinem Leben anwenden.*

*Viel Spaß und Erfolg dabei!*

### Dich begleitet

#### Antje Schütt

Jahrgang 1972, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Resonanztherapie, Naturbegegnung, vielseitige Arbeit im Sozialwesen. Mutter eines erwachsenen Sohnes. Seit 2017 mit Leib und Seele eingetaucht in die wundervolle Welt der Pferde.

