

Trainingsarrangementen



De digitale brochure

Tijdens je verblijf ervaar je hoe het er op een Olympische dressuurstal aan toe gaat en leer je veel over de dressuursport. Je steekt niet alleen veel op van de lessen, maar ook van het kijken naar de trainingen van de Academy ruiters. De incheck is tussen 10:00 en 12:00 uur, je wordt dan opgevangen door een van onze stalmedewerkers.

Accommodatie

Alle kamers zijn voorzien van twee comfortabele eenpersoonsbedden, deze zijn opgemaakt en er zijn voldoende handdoeken aanwezig. Wij raden je aan een fiets mee te nemen als je geen auto tot je beschikking hebt. De arrangementen zijn deels op basis van 'self catering'. In elke kamer is een kitchenette aanwezig met koelkast, magnetron, broodrooster, waterkoker, bestek en servies. Op de dag van aankomst is de koelkast gevuld met een 'startpakket' dat bestaat uit brood, melk, vleeswaren en fruit. Op de eerste dag is er een welkomstdiner met het Academy-team. Het is niet toegestaan om huisdieren mee te brengen.

Maaltijden

Je ontvangt een waardebon van € 30,- voor een diner bij [Restaurant Sint Petrus](#) of [Herberg St. Paulus](#), gelegen aan het Vrijthof in Hilvarenbeek (12 km), of bij [De Buitenman](#) aan de Buitenman 2 in Lage Mierde (4 km). Tevens ontvang je een waardebon voor een drankje met gebak bij [Herberg In den Bockenreyder](#) aan de Dunsedijk in Esbeek (5 km). Allen zijn 7 dagen in de week geopend. Eenvoudig, goed en budgetfriendly eten kun je bij [eetcafé/cafetaria 't Dörp](#) aan de Kerkstraat in Hooge Mierde (maandag gesloten). Sommige groepen vinden het leuk om voor zichzelf te koken in onze bibliotheek. Vraag op kantoor naar de mogelijkheden. Aan het Dorpsplein in Lage Mierde (1 km) vind je een versmarkt (slagerij, bakker, groente/fruit). De dichtstbijzijnde supermarkt is de Jumbo aan de Schoolstraat in Reusel (5 km).

Paarden

Het Academy-personeel voert alle paarden en mest de stallen uit. Bij aanvang neemt het stalpersoneel het voerrantsoen en eventuele speciale wensen met je door. Het is mogelijk om gebruik te maken van het voer van Academy Bartels of je eigen voer mee te nemen. Het assortiment bestaat uit hooi, haver, diverse brokken en mixen van Havens. De paardenboxen zijn gevuld met stro. Een stal met zaagsel dient op voorhand te worden aangevraagd. Hierop zit een toeslag van € 25,- per paard per trainingsarrangement. Het gebruik van een paddock is mogelijk in overleg met de stalmanager. Je paard dient ingeënt te zijn tegen influenza en tetanus, en je dient het inentingsboekje mee te nemen. Een Rhino enting is gewenst, maar niet verplicht. Wel vragen wij indien niet geënt een temperatuurboekje te overleggen van 3 dagen op de dag van aankomst. 's Morgens beginnen de stalwerkzaamheden van onze medewerkers om 7:30 uur met het voeren van de paarden en vanaf ongeveer 8:30 uur trainen onze ruiters de wedstrijdpaarden.

Lessen

Er wordt dagelijks overlegd wanneer je de volgende dag les zult volgen. De lessen worden gegeven in groepjes van twee ruiters. Het dragen van een veiligheidscap is verplicht. Het maken van video-opnames van je eigen lesuren is toegestaan na toestemming van de andere ruiters(s) tijdens jouw les.

Fitnessruimte

Gedurende je verblijf is de fitnessruimte geopend van 9:00 tot 12:00 uur. Je kunt hier op individuele basis gebruik van maken. Vergeet dus niet je sporthleding.

De workshops

Flexchair

Soms ervaar je dat je lichaam niet doet wat je wilt. Je vraagt bijvoorbeeld aan je benen om stil naast het paard te hangen, maar je instructeur zegt dat ze nog steeds verkrampd tegen de zijkant van het paard 'pompen'. Je ervaart de beweging van je benen als verzet van het lichaam. Je lichaam wordt kennelijk ook nog door iets anders bestuurd dan door jouw bewuste wil. Naast je 'bewuste' is er namelijk ook nog je 'onderbewuste'. Zolang het onderbewuste ego de baas is zul je falen.

Fysiotherapeute Sashia Heijkants, of een van haar collega's, helpen je om via de Flexchair bewuster te worden van je lichaam, zodat je veel gerichter kunt trainen en je jouw hulpen nog duidelijker op je paard kunt overbrengen.

Ruitervoorkeuren

De workshop 'Ruitervoorkeuren' wordt aangeboden door Suzanne Heemskerk en zij neemt je mee in motorische- en leervoorkeuren van ruiters. Samen met haar ga je jouw ruiterprofiel ontdekken en aan de hand daarvan kijken hoe jij en je paard mét dit profiel het beste kunnen communiceren met elkaar. Na de theorie, wordt ook direct de link met de praktijk gelegd.

Suzanne Heemskerk is afgestudeerd instructeur en heeft de internationale opleiding ActionTypes Approach afgerond (motorische- en leervoorkeuren van sporters). Dit gepaard met haar jarenlange ervaring en expertise is het programma van Ruitervoorkeuren uit ontwikkeld.

HorseBeat

De HorseBeat workshop wordt verzorgd door Ilse van der Valk. Zij voert hartslagmetingen uit bij paarden met als doel het beter en gerichter kunnen trainen van je paard. Aan de hand van hartslagmetingen zijn namelijk trainingsschema's te maken op maat.

Bij Academy Bartels verzorgt Ilse een workshop voor onze gasten waar eerst de theorie over inspanningsfysiologie bij paarden wordt uitgelegd en ze praktische tips geeft. Daarna volgt een demonstratie van een hartslagmeting met een combinatie in de baan of is het mogelijk om zelf deel te nemen met je paard.

Biomechanica

De workshop 'Biomechanica' wordt aangeboden door Jarko Dun. Hij is paardenfysiotherapeut in hart en nieren en heeft al vele topruiters begeleid bij het fysiek fit houden van de paarden. Dit doet hij door het manueel behandelen van de paarden, maar ook door het actief begeleiden van de training van de ruiters. Jarko heeft al vele jaren aan kennis opgedaan over de anatomie van paarden en richt zich op het inzicht van weten waarom een paard beweegt, zoals hij beweegt.

Een onderwerp waar veel ruiters graag meer over willen weten, nieuwsgierig naar zijn én interessante materie is ook toe te passen en rekening mee te houden in het zadel. Jarko schuift daarom binnenkort aan tijdens de trainingsarrangementen. Waar hij op woensdag, op de vrije dag van de ruiters, een workshop zal geven over de



3-daags arrangement Imke

Flexchair / Horsebeat

In het 3-daagse trainingsarrangement van Imke krijg je in het totaal driemaal les, waarvan 1 les wordt besteed aan een workshop;

- Workshop 'zit en inwerking' in combinatie met de Flexchair met begeleiding van Saskia Heijkants. Deze les wordt gegeven door Mischa Koot i.p.v. Imke.
- Workshop 'HorseBeat' met de hartslagmeter onder begeleiding van Ilse van der Valk.

Tarieven 2023

1 persoon met 1 paard: € 855,-

2 personen met 2 paarden: € 815,- per persoon

Kosten extra persoon: € 210,-

Kosten extra paard: € 410,-

Upgrade naar 4 dagen:

Je kunt 1 extra nacht bijboeken bij het 3-daags arrangement. Hiervoor geldt een toeslag van € 100,- voor hotel + boxhuur paard.

Upgrade naar een appartement:

Op basis van beschikbaarheid en tegen een speciale toeslag kun je verblijven in een luxe appartement op het erf. Voor meer informatie en/of beschikbaarheid, neem dan contact op met Annet Broeckx.

Bijkomende kosten: €1,60 p.p. per nacht toeristenbelasting

Mocht je vragen hebben over de reservering, neem dan contact op met Annet Broeckx door te bellen naar 013 - 509 1666 of een mail te sturen naar a.broeckx@academybartels.com.



4-daags arrangement Mischa

Ruitervoorkeuren / Flexchair / Horsebeat

In het 4-daagse trainingsarrangement van Mischa Koot krijg je viermaal les van Mischa, waarvan ook één dag wordt besteed aan een van de workshops;

- Workshop 'Ruitervoorkeuren' onder begeleiding van Suzanne Heemskerk.
- Workshop 'zit en inwerking' in combinatie met de Flexchair met begeleiding van Saskia Heijkants.
- Workshop 'HorseBeat' met de hartslagmeter onder begeleiding van Ilse van der Valk.

Tarieven 2023

1 persoon met 1 paard: € 965,-

2 personen met 2 paarden: € 887,50 per persoon

Kosten extra persoon: € 305,-

Kosten extra paard: € 460,-

Upgrade naar een appartement:

Op basis van beschikbaarheid en tegen een speciale toeslag kun je verblijven in een luxe appartement op het erf. Voor meer informatie en/of beschikbaarheid, neem dan contact op met Annet Broeckx.

Bijkomende kosten: €1,60 p.p. per nacht toeristenbelasting

Mocht je vragen hebben over de reservering, neem dan contact op met Annet Broeckx door te bellen naar 013 - 509 1666 of een mail te sturen naar a.broeckx@academybartels.com.



4-daags arrangement Imke

Ruitervoorkeuren / Flexchair / Horsebeat

In het 4-daagse trainingsarrangement van Imke krijg je in het totaal viermaal les, waarvan ook één dag wordt besteed aan een van de workshops;

- Workshop 'Ruitervoorkeuren' onder begeleiding van Suzanne Heemskerk.
- Workshop 'zit en inwerking' in combinatie met de Flexchair met begeleiding van Saskia Heijhants. Deze les wordt gegeven door Mischa Koot i.p.v. Imke.
- Workshop 'HorseBeat' met de hartslagmeter onder begeleiding van Ilse van der Valk.

Tarieven 2023

1 persoon met 1 paard: € 1.090,-

2 personen met 2 paarden: € 1.030,- per persoon

Kosten extra persoon: € 305,-

Kosten extra paard: € 460,-

Upgrade naar een appartement:

Op basis van beschikbaarheid en tegen een speciale toeslag kun je verblijven in een luxe appartement op het erf. Voor meer informatie en/of beschikbaarheid, neem dan contact op met Annet Broeckx.

Bijkomende kosten: €1,60 p.p. per nacht toeristenbelasting

Mocht je vragen hebben over de reservering, neem dan contact op met Annet Broeckx door te bellen naar 013 - 509 1666 of een mail te sturen naar a.broeckx@academybartels.com.



5-daags arrangement Imke

Flexchair / Horsebeat / Ruitervoorkeuren / Biomechanica

In het 5-daagse trainingsarrangement van Imke verblijf je een midweek op Academy Bartels. In het totaal heb je viermaal les, waarvan op de woensdag een rustdag. Ook wordt er één dag besteed aan een van de workshops;

- Workshop 'Ruitervoorkeuren' onder begeleiding van Suzanne Heemskerk.
- Workshop 'zit en inwerking' in combinatie met de Flexchair met begeleiding van Sashia Heijkants. Deze les wordt gegeven door Mischa Koot i.p.v. Imke.
- Workshop 'HorseBeat' met de hartslagmeter onder begeleiding van Ilse van der Valk.
- Workshop 'Biomechanica' van Jarko Dun op de rustdag.

Of wordt er één dag een clinic verzorgd door Imke, Tineke en/of een van onze stalruiters.

Tarieven 2023

1 persoon met 1 paard: € 1.295,-

2 personen met 2 paarden: € 1.215,- per persoon

Kosten extra persoon: € 360,-

Kosten extra paard: € 565,-

Upgrade naar een appartement:

Op basis van beschikbaarheid en tegen een speciale toeslag kun je verblijven in een luxe appartement op het erf. Voor meer informatie en/of beschikbaarheid, neem dan contact op met Annet Broeckx.

Bijkomende kosten: €1,60 p.p. per nacht toeristenbelasting

Mocht je vragen hebben over de reservering, neem dan contact op met Annet Broeckx door te bellen naar 013 - 509 1666 of een mail te sturen naar a.broeckx@academybartels.com.

