

## ERASMUS STAFF MOBILITY

### BESZÁMOLÓ

Páska Ildikó

2024. augusztus 5-8. kaptam lehetőséget az „Erasmus Staff Mobility” program keretében Franciaországban a LORENZO Vaulting Academy intézményében speciális képzésen részt venni.

A LORENZO Vaulting Academy olyan létesítményt épített fel, mely egyedülálló a világban. A lovastorna, lovasakrobatika gyakorlására, elsajátítására kiemelkedő színvonalú a felszereltsége.

A fedeles lovardán belül található:

- egy jól felszerelt tornaterem az akrobatikus elemek gyakorlására
- körben vágózó műló MOVIE, mely a lovak vágóját szimulálja ezáltal biztosítva a gyakorlási lehetőséget
- 8 db műló + long segíti a nehezebb elemek gyakorlását
- „manézs” szivacsból kialakítva, ahol a lovas edzéseket tartják



Az oktatói háttérét világhírű oktatók biztosítják:

- Lorenzo, aki a világhírű lovas show műsorok létrehozója
- Claire, lovas és lovastorna edző
- Laurence, torna edző, válogatott francia olimpikon
- meghívott edzők, világbajnok versenyzők

A képzés során lehetőségem volt új oktatási módszerekbe belepillantani.

A foglalkozások a tornateremben kezdődtek bemelegítéssel, majd speciális rávezető gyakorlatok végzésével. A foglalkozás végén nehezebb leugrások, szaltók oktatásmódszertanának gyakorlása. A foglalkozás végén speciális erősítő gyakorlatok megtekintése a lovasakrobatikához.

A következő foglalkozás a körbe vágózó műlovon MOVIE-n volt. Ez az eszköz lehetővé teszi nehéz akrobatikus elemek kigyakorlását biztonságos körülmények között. A MOVIE sebessége, előrehaladása és a vágta mozgása különböző fokozatokban állítható. Ezzel biztosítja a tökéletes gyakorlási lehetőséget a lovasakrobatáknak.

A „manézs”-ban tartották a lovas foglalkozásokat. A foglalkozások egyediségét jelentette, hogy 5 ló lépett, ügetett, vágózott egymás mögött. Az idomító, edző a kör közepéről irányította a lovakat és mondta a gyakorlatokat a lovas akrobatáknak. Ez számomra egy új oktatási módszer megismerését jelentette, a lovon végzett gyakorlatokban is sok újdonságot láttam.



Összességében a foglalkozások hatékonyak voltak azért, hogy egy fedelesten belül köredzés jelleggel egy helyen volt lehetősége a lovasakrobatáknak a gyakorlásra. Természetesen ehhez ilyen szintű infrastruktúrára és felszerelésre van szükség. Óriási élményt jelentett látni, hogy rövidebb időn belül is ezzel a módszerrel milyen hatékonyan és gyorsan fejlődhetnek a lovasakrobaták.

Köszönettel tartozom, hogy az ERASMUS Staff Mobility keretében lehetőséget kaptam a fejlődésre, külföldiekkel való kapcsolatok építésére, idegen nyelv gyakorlására.

Budapest, 2024.08.15.

Páska Ildikó

