



# ELS MARTIN - Equi'n Sync



**ELS : "Onze paarden zijn atleten. Sportief of recreatief, er moeten telkens fysieke grenzen verlegd worden. Dit vraagt een goed functionerend actief bewegingsstelsel en aangepaste conditie. Training, voeding, tuig, houding/bouw maar ook natuurlijke asymmetrie kunnen de oorzaak zijn van spierproblemen waardoor onze paarden vaak niet optimaal kunnen presteren. Massagetechnieken eventueel aangevuld met gerichte training vergroten de bewe-**

**gingsvrijheid, verminderen spierstijfheid en zorgen voor een snellere en betere spierontwikkeling. Dit komt de algemene lichaamsconditie alleen maar ten goede!"**

## Motivatie:

Al van kindsbeen af ben ik gepassioneerd door paarden, ik heb zelf altijd gereden en paarden gehad. Uiteindelijk werd mijn passie mijn beroep. Ondertussen ben ik al bijna 15 jaar professioneel in de paardensport aan het werk als groom, ruiter & instructeur.

Ik ondervond dat onder het zadel dikwijls dezelfde moeilijkheden terugkwamen, dikwijls dingen die achteraf een gevolg bleken van fysieke zwakheid, spierpijn en/ of stijfheid. Het was niet dat die paarden niet wilden maar ze waren er gewoon fysiek niet toe in staat! Dus ging ik op zoek naar oplossingen om de spieren in topvorm te krijgen en functioneler te trainen.

Deze combinatie van gericht trainen met aanvullende massagetechnieken leverde zulke mooie resultaten

op dat ik besloot me te verdiepen in deze materie en me verder te specialiseren.

Het geeft enorm veel voldoening om een positieve bijdrage te kunnen leveren aan de training en algemene gezondheid van onze paarden.

## Doel:

Het doel van een massagebehandeling is de spieren van een paard zo optimaal mogelijk te laten functioneren en zo de balans te herstellen. Door middel van beweeglijkheids- en manueel onderzoek kunnen beperkingen die de prestatie, het goed functioneren van het paard in de weg staan worden opgespoord. Zo kan er (evt in samenspraak met dierenarts, hoefsmid, trainer, zadelmaker) naar een oplossing gezocht worden.

In plaats van enkel het causaal gevolg te behandelen, wordt er echt op zoek gegaan naar de oorzaak en oorsprong van de kwaal. De wijze van behandelen en de technieken die gebruikt worden zijn voor ieder paard anders, afhankelijk van de indicaties op dat moment. Voordelen die een behandeling oplevert zijn: verhoogde

doorbloeding in spieren en weefsels, toename van de elasticiteit in de spieren, toename van de bewegingsuitslag en soepelheid, verminderen van spanning, stijfheid en contracties, spierversterking via doelgerichte oefeningen, rijtechnische – en trainingsadviezen. Kortom: verbetering van het algemeen functioneren van het paard.

## Behandeling:

Het aantal behandelingen is uiteraard afhankelijk van het paard: het type probleem, de ernst van de aandoening en de duur dat het probleem zich al voordoet. Meestal zijn enkele behandelingen noodzakelijk om een goed resultaat te bereiken maar soms is één behandeling al voldoende. Sowieso wordt voor ieder paard een behandelplan op maat voorgesteld. Door regelmatig te behandelen kunnen preventief bewegings- en functioneringsstoornissen voorkomen worden en ook in de competitie kunnen pre- en post wedstrijd behandelingen de prestatie van uw paard positief beïnvloeden.

Paarden Therapeut in de kijker!