



### **- Wat is een powercoaching met een paard?**

De powercoaches van EquiCoachPro zijn hoger opgeleide coaches en zetten tijdens een coaching het paard in als spiegel samen met de wetenschappelijke techniek Motiverende Gespreksvoering. Een unieke en zeer krachtige combinatie. Je ziet direct resultaat van verandering in eigen gedrag en hoe dit toe te passen in het dagelijks leven.

### **- Wat levert deze manier van coachen mij op?**

Coachen met paarden is een ervaringsgerichte manier van leren. Het paard geeft direct feedback en reageert op jouw non-verbale gedrag. Gedachten en gevoelens worden direct opgepakt door het paard. Het paard leeft in het nu, en schakelt per seconde op wat jij laat zien, zonder oordeel. Hierdoor neem jij direct de impact van een verandering in jouw houding en gedrag waar. Je ervaart wat dit voor jou betekent en hoe dit toe te passen in het dagelijks leven.

### **- Ik ben bang voor paarden. Is een powercoaching dan geschikt voor mij?**

De powercoaches van EquiCoachPro leggen uit hoe je met het paard omgaat en waar je op kunt letten kijkend naar paardengedrag. De powercoaches van EquiCoachPro zijn professionals met vele jaren ervaring met paarden. De powercoach houdt de veiligheid ten alle tijden in de gaten. Het is geen must om dichtbij het paard te staan tijdens de coaching. Het is ook mogelijk om buiten de ruimte waar het paard staat contact te maken met het paard.

### **- Moet ik ervaring hebben met paarden?**

Een powercoaching met paard is geschikt voor iedereen. Tijdens de coaching wordt er niet op de paarden gereden. Wij werken vanaf de grond naast het paard. Jij staat met beide voeten in het zand. Een powercoaching is een unieke ervaring in de samenwerking met een paard. Zelfs voor mensen die al jaren met paarden werken.

### **- Hoelang duurt een powercoaching?**

Gemiddeld duurt een coaching 1.5 uur. Tenzij anders is afgesproken of wanneer je een training voor een dagdeel of dag hebt geboekt.

### **- Hoe bereid ik mij voor op een powercoaching?**

Je ontvangt van ons een bevestiging met de datum, tijd en locatie van de coaching. Zorg dat je stevige dichte (wandel)schoenen draagt, laagjes kleding afhankelijk van het weer. Draag kleding wat prettig zit, maar wat niet los wappert. Bedenk van te voren waar jij mee aan de slag wilt tijdens de coaching. Is dit lastig, geen zorgen, dan kijken wij daar samen naar bij aanvang van de coaching.

### **- Waar vindt de coaching plaats?**

De coaching vindt plaats bij een van onze locaties in Elburg of Meppel. Op beide locaties is voldoende parkeergelegenheid, ontvangstruimte, binnen- en buitenbak. Wij coachen het gehele jaar door. Voor meer informatie zie de website: [www.equicoachpro.nl/contact](http://www.equicoachpro.nl/contact)