

boostcamp

HOE JE KRUGT WAT JE BELOONT EN HOE JE BELOONT VOOR WAT JE KRUGT.

Extra BoostCamp-informatienummer - 18-19-20 februari 2012, St. Niklaas

3 dagen lang leren motiveren

BoostCamp 2012 komt er aan!

Een praktische en theoretische motivatieboost voor iedereen die gewoon nieuwsgierig is naar hoe je je paard beter kan motiveren op een paardvriendelijke manier, tot wie al even met leertheorie, operant conditioneren, clickertraining, of equitation science bezig is. Of je nu 'beginner' bent of 'gevorderd': de rode draad is wat je páárd ervan denkt.

Drie dagen van gedachten wisselen met gelijkgestemden, met elkaar en de (al dan niet eigen) paarden dingen proberen, stukjes film bekijken, even dieper in op theorie, de links met anatomie en ethologie.

Geen mystieke verhalen, maar gewoonweg nuchter trainen volgens de principes van de leertheorie, gebaseerd op wetenschap. Paarden trainen - in grondwerk en rijden - zoals je er misschien nog niet eerder over hebt nagedacht, waardoor je tot een beter inzicht komt in allerlei verschillende methodes. Gegeven door de beste Belgische en Nederlandse mensen van bij ons die op dat vlak iets bijzonders te vertellen hebben.

En gewoon met elkaar vieren dat we goed bezig zijn!

Inge Teblick

BoostCamp wordt gesponsord door





Boostcamp?



Waar gaat dat over?

3 dagen over beter trainen

Het programma van het BoostCamp 2012 ligt vast, en het ziet er geweldig uit! Ik ben erg blij dat Conrad van Pruijssen, Danielle Meyboom, Eva Saegerman, Françoise Decoster, Frank Ödberg, Janina van der Drift, Josepha Guillaume en Machteld Van Die-
rendonck er bij wilden zijn om jullie drie dagen lang een onvergetelijke motivatieboost te geven! Want daar draait het om: ieder die op een vriendelijkere manier wil omgaan en rijden met paarden een hart onder de riem steken. Ja, het kan. Ja, het werkt beter. Ja, er zijn nog mensen die er net zo

over denken als jij. Ja, er zit nog véél meer achter leren en trainen dan je in het begin dacht - en nee, we zijn geen watjes. We gaan het hebben over precisie, strikt trainen, duidelijkheid, foutloosheid, strakte, logica. Maar vooral over paarden graag zien.

Mission Statement

Het BoostCamp wil de link leggen tussen organisaties als Ises (International Society for Equitation Science) en de dagdagelijkse praktijk bij ons. Bij Ises stappen de wetenschappers naar de ruiterspraktijk toe, op het BoostCamp stapt de ruiterspraktijk

richting Ises. Bovendien brengen de praktijkmensen ook trainingskennis mee die ze hebben opgedaan buiten de paardenwereld, zoals die bijvoorbeeld wordt meegegeven vanuit Seaworld, Chicago Aquarium, honden- of kippen training (jawel!), ClickerExpo's... waardoor ze weer op een andere - en nuchtere! - manier naar paardentraining kijken. Er zijn ook gastsprekers uit de universitaire wereld die vanuit hun research de dagelijkse praktijk duiden. Zo ontstaat dus niet alleen kruisbestuiving tussen publiek en clinicgevers, maar ook tussen de clinicgevers onderling.

Wat alle demogevers, sprekers of clinicians gemeen hebben is dat ze trainen op basis van leertheorie, en dat ze zich richten op wat het páárd tijdens de training motiveert om te doen wat we van hem vragen. Het Boostcamp streeft ernaar met alle gepresenteerde training te beantwoorden aan de Ises trainingsprincipes en de 10 laws of shaping van Karen Pryor.



Organisatie

Op het BoostCamp delen mensen hun kennis in de vorm die het best geschikt is voor hun onderwerp. Dat betekent dat het publiek wordt meegenomen van theorie- naar praktijksessies, en alle vormen tussenin.

Doelgroep

Het BoostCamp heeft de ambitie nieuwsgierige mensen mee te nemen van het allereerste begin (voor wie nog nooit van leertheorie heeft gehoord) naar gevorderde onderwerpen (voor wie al langer op leertheorie gebaseerd traint en z'n training wil verfijnen); toch staat elk onderwerp ook apart. Mensen kunnen dus instappen op elk moment, en die onderwerpen kiezen die hen interesseren.

Mensen komen hier ook om zelf gemotiveerd te worden. Wie nu op deze manier traint, zit vaak op een eilandje thuis; het is echt nog pionieren. Op BoostCamp kunnen mensen elkaar ontmoeten en ervaringen uitwisselen - het is niet de bedoeling enkel de paarden een motivatieboost te geven, ook de mensen.

Wie met een concreet probleem zit, krijgt de kans er met de makkelijk aanspreekbare instructeurs en sprekers over te praten, en suggesties en ideeën te vergelijken. Je krijgt dus je concrete trainingsplan mee naar huis, je weet hoe het tot stand is gekomen, en bovendien weet je waar je opvolging en hulp kan vinden als dat nodig zou zijn.



International Society
for Equitation Science

Trainingsprincipes volgens Ises

1. Begrijp en gebruik de leertheorie op een juiste manier.
2. Gebruik om verwarring te voorkomen duidelijk te onderscheiden signalen.
3. Train en vorm gedrag en criteria één voor één.
4. Train slechts één gedrag per signaal.
5. Train steeds exact hetzelfde, afgelijnde gedrag op exact dezelfde, afgelijnde manier.
6. Train het volhouden van gedrag zonder voortdurend tussen te moeten komen (duur).
7. Train zonder conflict of angst.
8. Ontspanning is de toetssteen van alle training.

Karen Pryor 
ACADEMY

De 10 wetten van het shapen

1. Verhoog de criteria in zo'n kleine stappen dat er altijd een realistische kans van bekrachtiging mogelijk is.
2. Train 1 aspect van een bepaald gedrag per keer; probeer niet te shapen voor 2 criteria tegelijkertijd.
3. Zet het huidige niveau tijdens shapen eerst op een variabel schema van bekrachtiging voordat de criteria verhoogd worden.
4. Ga wanneer een nieuw criterium of aspect van een gedrag/vaardigheid wordt geïntroduceerd, tijdelijk minder streng om met de oude criteria/aspecten.
5. Blijf vóór op je dier, zodat als hij iets sneller leert dan je had gedacht je toch nog weet wat het volgende is dat je kan bekrachtigen.
6. Wissel niet van trainer tijdens het doorlopen van een trainingsopbouw; je kunt wel verschillende trainers per dier hebben, maar hou vast aan 1 shaper per gedrag.
7. Als je met een shaping procedure geen vooruitgang boekt, probeer dan een andere.
8. Onderbreek een trainingssessie niet ongegrond, dat staat gelijk aan een straf.
9. Als een aangeleerd gedrag verslechtert, ga dan terug naar waar het goed ging. Herneem het hele shaping proces in makkelijk te belonen stappen.
10. Eindig elke trainingssessie met iets dat goed gaat, maar in elk geval terwijl je goed bezig bent.

n twee kanten

binoculair gezichtsveld

air gezichtsveld

wee kanten doe



System Type: E6410
Service Tag: 71BJ4G1



Programma

Schakelprogramma

We nemen je drie dagen lang mee, van het aller-eerste begin (voor wie nog nooit van leertheorie heeft gehoord) naar gevorderde onderwerpen (voor wie al langer op leertheorie gebaseerd traint en z'n training wil verfijnen) en toch staat elk onderwerp ook apart. Je kan dus instappen op elk moment, en die onderwerpen kiezen die jou interesseren. Je kan ook dingen die je al denkt te weten even toetsen aan andere inzichten, andere manieren van uitleggen. Misschien wordt theorie anders toegepast dan waar je zelf aan dacht. Misschien zie je oplossingen voor problemen zoals je er zelf nog niet naar had gekeken.

Hoewel het programma veel theoretische delen heeft, blijft de theorie altijd praktisch. De voorbeelden zijn dagdagelijkse dingen. Toch is dit geen theorie zoals je dat gewoon bent: je gaat hier niet vinden hoe je 'de leider' moet zijn, of hoe je 'paardentaal' moet leren. Je gaat wél uitgelegd krijgen waar dergelijke woordenschat vandaan komt, wat er wérkelijk gebeurt in wilde kuddes en in het paard zelf, en wat de rode draad is achter die tientallen verschillende methodes. Want wat je ook doet - western of dressuur, Parelli of clickertraining, Voest of centered riding: ze hebben 1 ding gemeen, en dat is de wetenschap van het leren, en hoe dat werkt binnen de wetenschap van biodynamica en ethologie. De theorie krijgt handen en voeten in de praktijk - en ook die praktijk is heel uiteenlopend. In de praktijk zie je hoe verschillende mensen dezelfde theorie

anders vorm geven. Niet alleen omdat ze zich met andere dingen bezighouden - vrijheidsdressuur, agility, grondwerk, rijden, probleemoplossing, maar omdat mensen verschillende achtergronden hebben, in verschillende dingen geïnteresseerd zijn, en op verschillende manieren leren. Hier zie je hoe leertheorie in de verschillende trainingsvormen past.

Concrete oplossingen voor concrete problemen

Wie met een concreet probleem zit, krijgt elke dag de kans er met de aanwezige sprekers over te praten, en suggesties en ideeën te vergelijken. Heb je een concreet probleem, dan wordt er ook een concrete oplossing aangereikt in de vorm van een trainingsplan. Hoe doe je dat?

Aan de ingang zal een 'brievenbus' staan, met formuliertjes erbij. Omschrijf je vraag zo concreet mogelijk, vul je naam, de naam van je paard en je emailadres in, en stop 'm in de brievenbus. We groeperen gelijkaardige vragen en 's middags krijg je een aanzet tot trainingsplan als antwoord. Na de driedaagse krijg je een mail thuis met nog eens het trainingsplan, en je krijgt nog een maand na het BoostCamp opvolging en hulp via het forum, terwijl je je paard zelf thuis traint.

Door telkens weer te zien hoe sprekers en clinicians een probleem aanpakken - het gedrag analyseren, het terugbrengen naar de essentie, het plaatsen in een context, bepalen waar je begint en hoe je de motivatie van je paard kan ombuigen naar iets wat

voor jou en je paard werkt - groeit ook jouw inzicht in hoe je zelf een trainingsplan kan maken, niet in het minst geruggesteund door wat je oppikte in de theorieblokken.

Er zijn ook “labs”, tussen de middag, voor mensen die niet willen ophouden met leren en liever doorgaan tijdens de lunch. Labs zijn dingen waar je vrijblijvend aan deelneemt, maar ze zijn wel interactiever: je loopt mee rond, zoekt mee naar antwoorden, geeft je eigen inbreng. Je kan binnen en buiten lopen, deelnemen of kijken, en tussendoor iets eten. Je mag er alleen niet doorheen praten als je niet deelneemt - als je de anderen maar niet stoort.

Met paard?

Als je wil deelnemen mét paard omdat een onderwerp je zo interesseert, dan zijn er twee mogelijkheden, maar je spreekt altijd rechtstreeks met de individuele lesgever af. Die bepaalt of je ruimte kan krijgen tijdens demo of clinic, of 's avonds ná het programma. Tijdens demo of clinic is je deelname in principe gratis, behalve dan de eventuele boxhuur voor je paard. Wil je les ná het dagprogramma, dan betaal je de huur van de rijbaan per uur + wat de clinician eventueel als fee wil.

Voor prijzen kijk je op pagina 36.



| Uur | Zaterdag 18 februari | |
|-------|--|----------|
| 8.30 | Welkom | Inge |
| 9.00 | Hoe je krijgt wat je beloont en hoe je beloont wat je krijgt | Inge |
| 9.30 | | |
| 10.00 | Ken uw klassiekers: paard en training | Frank |
| 10.30 | | |
| 11.00 | Zo start je met positieve bekrachtiging | Eva |
| 11.30 | | |
| 12.00 | Feeding & Clicking Skills | Fran |
| 12.30 | | |
| 13.00 | 1, 2, 3, opgelost - of toch bijna | |
| 13.30 | | |
| 14.00 | Het stap-voor-stap opbouwen van een oefening | Danielle |
| 14.30 | | |
| 15.00 | Shaping | Fran |
| 15.30 | | |
| 16.00 | Microshaping | Josephha |
| 16.30 | | |
| 17.00 | Competitief grondwerk: agility met paarden | Eva |
| 17.30 | | |

theorie
 praktijk
 lab

Zaterdag 18 februari

8.30u Welkom

Een kort welkomstwoordje van Inge, die uitlegt hoe de dingen deze drie dagen te werk gaan, wat de spelregels zijn rond de “1, 2, 3, opgelost”-vragen en wat er deze dagen zelf allemaal gaat gebeuren.

9.00-10.00u

Hoe je krijgt wat je beloont en hoe je beloont wat je krijgt

door Inge Teblich

Inleiding in de leertheorie. Trainen is gedrag veranderen. Hoe doen we dat? Hoe werkt straffen? Hoe

werkt belonen? Wat is een bridging stimulus? Wat zijn de voordelen en nadelen?

10.00-11.00u

Ken uw klassiekers: paard en training

door Frank Ödberg

Frank Ödberg toont hoe de wetenschappen van de ethologie en van de leertheorieën toegepast kunnen worden in de training, hoe we een training op deze manier efficiënter kunnen maken en hoe we fouten kunnen vermijden. Hij illustreert hoe verrassend goed de fundamentele van de klassieke academische rijkunst aansluiten bij de moderne leertheorieën en hoe zij helaas al te vaak vergeten worden door de moderne ruiters.

11.00-12.00u

Zo start je met positieve bekrachtiging

door Eva Saegerman

Hoe een paard met de handtarget leert wat een bridge (click) is, en hoe dat helpt om beleefdheid te trainen als we een voerbeloning geven.

12.00-13.00u

Feeding en clicking skills

door Françoise Decoster

Juist clicken en je paard, op de juiste plaats naargelang de situatie, zijn beloning geven, zijn super belangrijk om het maximum uit je clickertraining te halen. In dit praktijkuur worden deze mechanische vaardigheden getraind op een veilige manier. Een must voor wie gaat starten met clickertraining of wie deze vaardigheden op punt wil stellen.

13.00-14.00u

1, 2, 3, opgelost - of toch bijna.

Wie met een concreet probleem zit, krijgt elke dag de kans er met de aanwezige sprekers over te praten, en suggesties en ideeën te vergelijken. Heb je een concreet probleem, dan wordt er ook een con-

crete oplossing aangereikt in de vorm van een trainingsplan. Na de driedaagse krijg je een mail thuis met nog eens het trainingsplan, en je krijgt nog een maand na het BoostCamp opvolging en hulp via het forum, terwijl je je paard zelf thuis traint.

Door telkens weer te zien hoe sprekers en clinicians een probleem aanpakken - het gedrag analyseren, het terugbrengen naar de essentie, het plaatsen in een context, bepalen waar je begint en hoe je de motivatie van je paard kan ombuigen naar iets wat voor jou en je paard werkt - groeit ook jouw inzicht in hoe je zelf een trainingsplan kan maken, niet in het minst geruggesteund door wat je oppikte in de theorieblokken.

14.00-15.00u

Het stap-voor-stap opbouwen van een oefening

door Danielle Meyboom

In de hedendaagse paarden training wordt veelal gebruik gemaakt van negatieve bekrachtiging: druk loslaten. Door dit te combineren met positieve bekrachtiging wordt het paard enthousiaster om mee te werken. Het wordt voor het dier leuker gemaakt om te leren waardoor hij zijn best zal gaan doen om te begrijpen wat er van hem verlangd wordt en de oefening correct uit te voeren. Vrijheidsdressuur is trainen (dressuur=dresseren=trainen) in vrijheid. Het paard heeft zodoende de keuze om al dan niet met zijn trainer samen te werken. Alles wat in vrijheid getraind wordt is vrijheidsdressuur, maar Danielle is gespecialiseerd in de zogenoemde circusoefeningen zoals het compliment, buigen, liggen, zitten, spaanse pas en steigeren maar ook de kleine oefeningen als ja knikken/nee schudden, kusjes geven, apporteren enz.

Danielle toont het shapen - het stap-voor-stap opbouwen van een oefening aan de hand van een vrijheidsdressuur-oefening.

15.00-16.00

Shaping

door Françoise Decoster

Shaping is een essentiële basisvaardigheid van elke trainer, maar niet elke vorm van shapen haalt het onderste uit de kan. De mogelijkheid tot shapen op verschillende manieren is wat clickertraining zo anders maakt dan de klassieke manieren om paarden te trainen.

De theorieles rond shapen gaat in op de basisprincipes van het shapen, maar dan specifiek toegepast op paarden.

16.00-17.00u

Microshaping

door Josepha Guillaume

Trainen houdt zich bezig met het bereiken van een einddoel, maar shapen kan ook over héle kleine bewegingen gaan, zoals minimale spierbewegingen, hele kleine houdingsveranderingen of gewichtsverschuivingen. Dat noemen we microshapen.

Josepha toont de grondwerkoefeningen die de beginselen van de Art of Natural Dressage vormen, en van daar uit wat microshapen is.

17.00-18.00u

Competitief grondwerk

door Eva Saegerman

Agility is de nieuwste sportdiscipline voor paarden, gebaseerd op honden-agility. Dit is obstakeltraining bij uitstek, maar ook criteria zoals vloeiendheid en snelheid zijn belangrijk. Hoe train je dat?



X

B



| Uur | Zondag 19 februari | |
|-------|---|--------------|
| 8.30 | Ruiters & Wetenschap | Inge |
| 9.00 | | |
| 9.30 | Het paard in beweging | Josepha |
| 10.00 | | |
| 10.30 | Cues | Fran |
| 11.00 | | |
| 11.30 | Beter rijden begint op de grond | Janina |
| 12.00 | | |
| 12.30 | 1, 2, 3, opgelost - of toch bijna | iedereen |
| 13.00 | Hoe kan ik zien of een paard goed gereden wordt? | Inge |
| 13.30 | | |
| 14.00 | De eenvoud van rijkhulpen | Inge, Janina |
| 14.30 | | |
| 15.00 | | |
| 15.30 | Klassieke dressuur, maar dan anders | Josepha |
| 16.00 | | |
| 16.30 | Hoe lang, wel, zo lang - zo lang duurt duurtraining | Conrad |
| 17.00 | | |
| 17.30 | 1, 2, 3, opgelost - of toch bijna | iedereen |

theorie
 praktijk
 lab

zondag 19 februari

8.30-9.30u

Ruiters & Wetenschap

door Inge Teblick

Helpt het om beter te rijden als je weet wie Skinner was? Welnee. Wat wetenschap wél doet is inzicht geven in processen die je nu misschien intuïtief aanvoelt. Hoe komt het dat “benen geven” werkt? Hoe komt het dat een paard steeds minder doet als je benen blijft geven bij elke pas? Hoe komt het dat een paard zo moeilijk een trailer op gaat? Waarom gaat een paard steeds meer weigeren voor hinder-

nissen? Wetenschap helpt je het gedrag van je paard te analyseren, en geeft simpele verklaringen voor dingen die er soms onterecht ingewikkeld uitzien.

9.30-10.30u

Het paard in beweging

door Josepha Guillaume

Biomechanica van het bewegende paard.

10.30-11.30u

Cueing

door Françoise Decoster

Cueing is een essentiële basisvaardigheid van elke trainer. Je hebt een goede cue - en ook “hulpen” zijn gewoon cues - als je een consequente respons krijgt van je paard. Deze theorieles legt uit hoe je bewuster kan omgaan met je cues: wat is precies je cue, hoe breng je iets op cue, wanneer is iets op cue, hoe verander je van cue, wat kan je allemaal met cues, hoe komt het dat het nu plots niet meer gaat,

11.30-12.30u

Beter rijden begint op de grond

door Janina van der Drift

Er bestaat een sterke relatie tussen de mate waarin een paard reageert op de hulpen onder het zadel en de mate waarin het zich correct aan de hand laat leiden. Probleempaarden reageren vaak onvoldoende op de basishulpen om voorwaarts en achterwaarts te gaan en halt te houden. Zowel onder het zadel als aan de hand. Doordat de hulpen niet duidelijk doorkomen, raken ze in de war en dit veroorzaakt ongewenst gedrag.

Grondwerk wordt gebruikt om de hulpen aan te scherpen om zo het probleemgedrag te verhelpen. In plaats van het afstraffen van verkeerd gedrag, bestrijd ik hiermee de oorzaak. Door er bijvoorbeeld voor te zorgen dat het paard aan de hand na lichte druk op het halster stilstaat en ook op lichte druk achterwaarts kan, verbeter je de rem van het paard

aanzienlijk. Dit heeft direct effect op het probleem dat het paard onder het zadel vertoont. Dit basisgrondwerk is zo belangrijk bij het voorkomen en verhelpen van gedragsproblemen dat je dit elke dag zou moeten doen, voordat je gaat rijden.

12.30-13.00u

1, 2, 3, opgelost - of toch bijna.

Wie met een concreet probleem zit, krijgt elke dag de kans er met de aanwezige sprekers over te praten, en suggesties en ideeën te vergelijken. Heb je een concreet probleem, dan wordt er ook een concrete oplossing aangereikt in de vorm van een trainingsplan. Na de driedaagse krijg je een mail thuis met nog eens het trainingsplan, en je krijgt nog een maand na het BoostCamp opvolging en hulp via het forum, terwijl je je paard zelf thuis traint.

Door telkens weer te zien hoe sprekers en clinicians een probleem aanpakken - het gedrag analyseren, het terugbrengen naar de essentie, het plaatsen in een context, bepalen waar je begint en hoe je de motivatie van je paard kan ombuigen naar iets wat voor jou en je paard werkt - groeit ook jouw inzicht in hoe je zelf een trainingsplan kan maken, niet in het minst geruggesteund door wat je oppikte in de theorieblokken.

13.00-14.00u

Hoe kan ik zien of een paard goed gereden wordt?

door Inge Teblick

Wat is impuls? Wat is nageven? Wat is verzameling? Een stoomcursus kijken naar paarden in beweging, aan de hand van korte filmpjes.

14.00-15.30u

De eenvoud van rijkhulpen

door Inge Teblick

Het eerste deel van dit praktijkblok bekijken we hoe je een bridge en positieve bekrachtiging kan gebrui-

ken in het zadel.

Daarna zetten we alle eerder geziene principes over cues en shaping op een praktisch rijtje, en maken van daaruit de keuze om rijkhulpen te knippen in eenvoudig te trainen basis-rijkhulpen. Janina toont met haar paard de verschillende bouwstenen van het rijden, Inge geeft er uitleg bij.

15.30-16.30

Klassieke dressuur, maar dan anders

door Josepha Guillaume

Hoe behoud je de principes van klassieke dressuur maar steek je ze in een modern jasje? Door na te denken over wat motiverend werkt voor het paard. Als dressuuroefeningen gebaseerd zijn op natuurlijke bewegingen van het paard, dan is het maar logisch dat we ook vertrekken vanuit die spelbewegingen, vanaf de grond naar het zadel.

16.30-17.30u

Hoe lang, wel, zo lang - zo lang duurt duurtraining

door Conrad van Pruijssen

Wat is het verschil tussen 1 keer vragen of “zolang als ...” vragen? Waarom is het niet zo gemakkelijk om je paard voor langer tijd dezelfde oefening te laten doen? Welke ingrediënten zijn er nodig om stap voor stap van 1 x naar oneindige keren te komen? In deze praktijktraining laat Conrad je kennis maken met zijn ervaringen om “duur” aan te leren. Wat je leert is duidelijk te zijn naar je paard toe: wanneer jij een vraag stelt mag het paard het gedrag vertonen dat jij vraagt totdat jij een andere vraag stelt.



| Uur | Maandag 20 februari | |
|-------|---|----------|
| 8.30 | Clickeren werkt als training prima, maar niet bij de dierenarts. Of toch? | Conrad |
| 9.00 | | |
| 9.30 | Neurobiologie | Machteld |
| 10.00 | | |
| 10.30 | De 7 succesfactoren van een goede training | Conrad |
| 11.00 | | |
| 11.30 | Superskills voor supertrainers | Inge |
| 12.00 | | |
| 12.30 | 1, 2, 3, opgelost - of toch bijna | iedereen |
| 13.00 | Creativiteit heb je, of heb je...! | Conrad |
| 13.30 | | |
| 14.00 | Soms <i>moet</i> het, en wat dan? | Inge |
| 14.30 | | |
| 15.00 | Observatieskills | Fran |
| 15.30 | | |
| 16.00 | Panelgesprek | iedereen |
| 16.30 | | |
| 17.00 | | |
| 17.30 | | |

theorie
 praktijk
 lab

Maandag 20 februari

8.30-9.30u

Positief trainen werkt als training prima, maar niet bij de dierenarts. Of toch?

door Conrad van Pruijssen

Wat is er nodig om ook bij de dierenarts positief met je paard om te gaan? Welke trainingstappen zijn er mogelijk om je paard voor te bereiden op de dierenarts? Wanneer kan jij tijd vinden, naast je drukke trainingschema, om ook te werken aan dierenartsafhandelingen? Binnen 1 uur weet jij hoe en welke handelingen jij kunt trainen om een rustig en

bereidwillig paard te hebben als hij door dierenarts wordt onderzocht.

9.30-10.30u

Neurobiologie

door Machteld van Dierendonck

De neurobiologische achtergrond van gedrag: principes en praktijk.

10.30-11.30u

De 7 succesfactoren van een goede training

door Conrad van Pruijssen

Waarom loopt de ene persoon continu vast en gaat de training bij de andere persoon als een speer? Wat maakt nu dat een training effectief is? Hoe zorg je ervoor dat je maximaal resultaat bereikt in minimale tijd en ook nog beide plezier hebt? Na mijn praatje weet hoe ook jij je trainingen kan verbeteren. Als nazorg krijg je ook nog een systematisch opzet van een trainingsstrategie gemaild.

11.30-12.30u

Superskills voor supertrainers

door Inge Teblick

Secundaire bekrachtigers, chaining en backchaining, conceptvorming en trainen met emoties: Pavlov zit altijd op je schouder.

12.30-13.00u

1, 2, 3, opgelost - of toch bijna.

Wie met een concreet probleem zit, krijgt elke dag de kans er met de aanwezige sprekers over te praten, en suggesties en ideeën te vergelijken. Heb je een concreet probleem, dan wordt er ook een concrete oplossing aangereikt in de vorm van een trainingsplan. Na de driedaagse krijg je een mail thuis met nog eens het trainingsplan, en je krijgt nog een maand na het BoostCamp opvolging en hulp via het forum, terwijl je je paard zelf thuis traint.

Door telkens weer te zien hoe sprekers en clinicians

een probleem aanpakken - het gedrag analyseren, het terugbrengen naar de essentie, het plaatsen in een context, bepalen waar je begint en hoe je de motivatie van je paard kan ombuigen naar iets wat voor jou en je paard werkt - groeit ook jouw inzicht in hoe je zelf een trainingsplan kan maken, niet in het minst geruggesteund door wat je oppikte in de theorieblokken.

13.00-14.00u

Creativiteit heb je, of heb je...

door Conrad van Pruijssen

Welke attributen kan ik allemaal inzetten in mijn training? Hoe weet ik welk attribuut waarvoor werkt? Wat kosten al deze trainingsattributen wel niet? Geloof het of niet, ik kan je snel laten inzien dat trainingsattributen bijna niets kosten, en overal en bij iedereen aanwezig zijn. Kom kijken en laat je overtuigen.

14.00-15.00u

Soms moet het, en wat dan?

door Inge Teblick

Is werken met druk 'slecht'? Wanneer is druk aver-sief? Wat zijn poisoned cues? Wat doe je als je paard toch moet? Wanneer straf je? Wat is "goed" straffen?

15.00-16.00

Observatieskills

door Françoise Decoster

Een goede trainer beloont op het juiste moment. Een goede clickertrainer clickt op het juiste moment. Maar kunnen we dit überhaupt wel? En zien we wel altijd alles, of denken we enkel dat we alles zien? Deze sessie wil je bewust maken over wat je waarne-mingscapaciteiten en beperkingen zijn.

16.00-17.00u

Panelgesprek

Alles wat je nog wou vragen maar nog niet de kans toe kreeg.

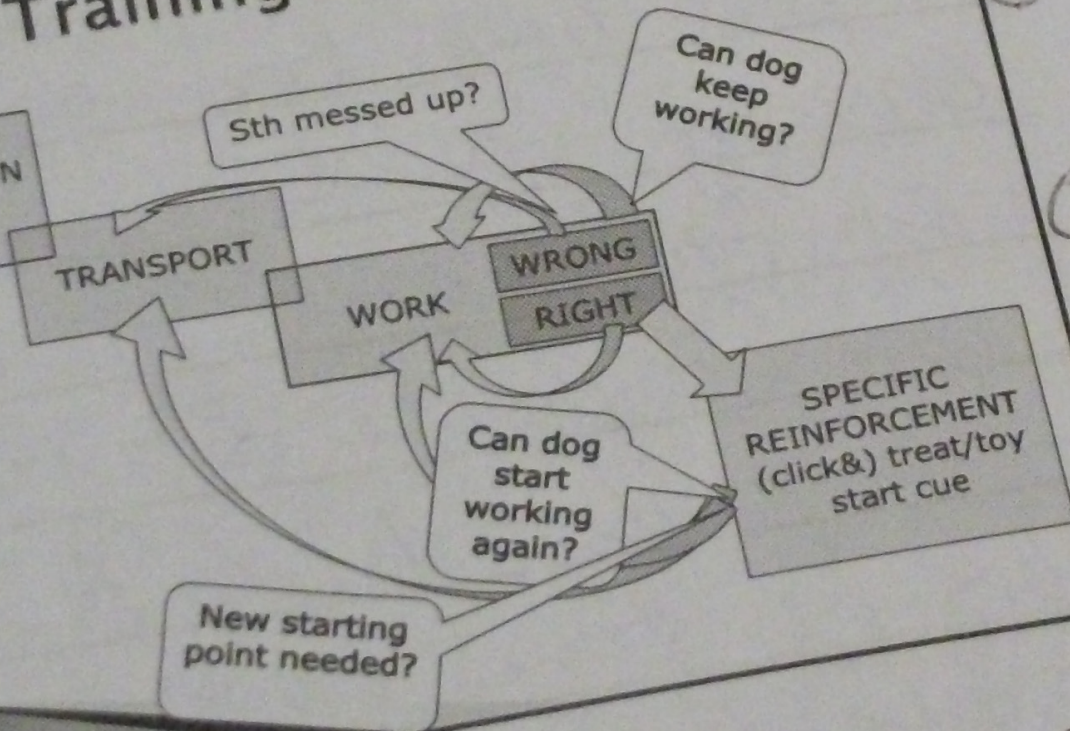


quences

Beh - Beh

BUILD SUGGESTION
ONLY AFTER
IS PERFECT.
RIGHT, RIGHT

at Training Session



① FRAMEWORK
- where you
are not
- does not

② KEEP FOCUS
SPACE -

③ WORK

④ EN

... RT < A

Zet jezelf op voor succes

De mens-kant van de paard-mens leerrelatie

Gewoonlijk staat er in paardentijdschriften vanalles over hoe we het paard zo goed mogelijk kunnen trainen. Hoe het in elkaar zit, hoe rijden in elkaar zit en soms zelfs hoe een paard leert.

Bij ItClicks doen we dat anders: het is nogal logisch dat het in het gegeven “paard en ruiter” niet alleen over de variabele ‘paard’ gaat. De andere variabele is de mens, en ons verlangen om het teamwerk tussen deze twee o zo verschillende soorten te verbeteren. Dus... laat het ons eens over onszelf hebben.

Je kent vast het principe “zet je paard op voor succes” (als dat niet zo is, dan is het BoostCamp helemaal iets voor jou). Je zet de trainingssituatie zó op, dat het paard kan slagen in wat hij doet. Het BoostCamp is ook zo’n trainingssituatie... voor onszelf.

We willen leren. Voornamelijk omdat we een probleem hebben. Oh, niet dat het alleen maar zoïets is als “ze gaat bokken als ik haar in draf wil zetten” (dat zou kunnen, uiteraard), maar vanuit een bredere zoektocht naar kennis die onze mens-paard relatie prettiger zullen maken, met minder blauwe plekken op lichaam en ziel en wat minder momenten van het-niet-meer-weten.

We zijn volwassenen, en we hebben een dorst naar

kennis. We willen begrijpen hoe we problemen kunnen oplossen - echte (zoals dat bokken) of emotionele, in een zoektocht naar zelfverbetering. Er zijn honderd-tig redenen die allemaal even waardevol zijn. Waarom iemand naar een clinic gaat - en zeker naar een driedaagse zoals BoostCamp - zijn voor iedereen individueel belangrijk, en het vraagt een beetje zelfkennis en eerlijkheid om er het maximum uit te halen.

Een inspanning op verschillende vlakken

Soms nemen we aan een clinic deel omdat iemand een (internationale) “naam” heeft, zonder precies te weten of wat hij wel gaat vertellen iets is waar je achter kan staan. Misschien is het gewoon nieuwsgierigheid. Misschien moet je gewoon chauffeur spelen voor iemand en kan je er niet echt onderuit. Misschien heb je het geld niet echt of vraagt deelnemen een pak inspanning waar je eigenlijk niet toe bereid bent. Of je vindt dat je geen problemen hebt, alles gaat wel redelijk zo, dus waarom zou je gaan?

En dan zo’n driedaagse als het BoostCamp. Dat vraagt nog eens een éxtra inspanning, want er zit potverdrie theorie bij. Er wordt een pak denkwerk gevraagd, wég van het paard. Drie dagen ook, al kan je er voor kiezen om er één of twee uit te pikken, als het gewoon niet lukt die drie dagen. En misschien

ben je onzeker over wat er aangeboden wordt. Is dat wel iets voor jou? Kan je dat wel volgen allemaal? Is dat niet wat veel theorie, en moeten we het niet hebben van werken met paarden? En hoe fanatiek zijn ze er over dat voerbelonen? En wat als ik met een bit rij? En wat als ik Parelli doe? En het is zo ver rijden!

Het is misschien de moeite waard om eens wat breder denkwerk te doen voor je aan een clinic deelneemt. We hebben immers de neiging om te denken in specifieke problemen. Hij geeft z'n voeten niet. Hij laadt slecht. Hij springt niet goed aan in linkergalop. Hij schakelt slecht voor de sprong. Mijn circling game werkt niet echt.

Het gaat om een of twee dergelijke specifieke gedragingen van ons paard dat we willen verbeteren, corrigeren of wegwerken. En dat is helemaal geen slecht doel... alleen onvolledig.

Onverwachte inzichten

Om een compleet gevoel van succes over te houden aan een clinic (als dat al mogelijk is) - en dan vooral aan iets als het BoostCamp - is het belangrijk om te beseffen dat leren op verschillende fronten plaatsvindt. De waarde van een clinic - of eender welke andere leerervaring - kan heel breed zijn.

Mensen ontmoeten die onze passie voor paarden delen, verbanden leggen met andere dingen die we geleerd hebben, kijken, luisteren en dingen opschrijven... ze creëren allemaal nieuwe hersenkronkels, of versterken de oude.

Dus stel dat je besluit: okee, ik doe het. 't Is eigenlijk echt niet duur, en de grootste inspanning die je moet leveren is tijd - niet alleen daar, maar ook om er te geraken.

Over het inschrijvingsgeld nadenken, hoe je er gaat geraken, wat ga je 's middags eten, wie wil er mee, moeten we ergens blijven slapen... het is allemaal

belangrijk, maar waar we ons ook op kunnen voorbereiden is: hoe we het maximum kunnen leren.

Mijn eerste clinic waar ik aan deelnam - met mijn paard Naomi - was bij Gail Ivey, iemand uit de Dorrance-Hunt school. Het was een fantastische ervaring, en de impact ervan draag ik nu nog steeds mee. Maar een van de dingen die mij ook zijn bijgebleven, was dat mijn clinicervaring helemaal anders was geweest dan die van iemand anders.

Om te beginnen waren de clinicverslagen erg verschillend. Mensen schreven over dezelfde gebeurtenissen, maar hadden verschillende dingen gezien of inhouden.

Ook voor mezelf zijn er dingen die ik daar geleerd heb die pas véél later een andere waarde gekregen hebben. Zo was er het woordje "there". Gail zei elke keer hardop "there" zodra een paard iets zou gaan doen. Ik weet nog dat ik het niet zag. Ik vond het ongelooflijk straf, hoe ze zei "soon he'll be moving his right front feet back" en dan "there" - en inderdaad, daar ging de rechtersvoorvoet naar achter. Ik was verbijsterd. Hoe kon het dat ze dat zag?

Ik heb niemand anders toen daar over zien schrijven, maar voor mij was dit de grootste verandering: de kleine veranderingen leren zien. Leren zien wat er gebeurt vóór het gebeurt.

Vijf jaar later pas kwam er het tweede besef: dat Gail's "there" een bridge was, net zoals de click in clickertraining. Haar consequente "there" markeerde dat het paard iets goed deed, ze liet ervoor los (de beloning) en de oefening eindigde. Precies wat een bridge doet.

Mijn deelname aan die clinic had nochtans een heel ander doel gehad: ik wou dat Naomi leerde dat ze niet bang meer hoefde te zijn van de wereld. En effectief heb ik haar daar voor het eerst op een touwhalstertje gereden.

Maar de impact van die clinic zindert nu nog na, vér voorbij dat touwhalster.



Je weet nooit genoeg

Een paar jaar later was ik op een clinic bij Ray Hunt, in de US. Cowboy- en Indianenland zoals je denkt dat het alleen op tv kan gebeuren - het stadje in rep en roer voor de rodeo van volgende week, een indianenreservaat achter de hoek, monstertrucks op de parking van het motel.

Behalve dat ik ook dàar dingen leerde die ik niet verwacht had (waarom weten wanneer elke voet van de grond komt belangrijk is, bijvoorbeeld) herinner ik me een man die nota's stond te nemen op de achterkant van een clinicflyer, op z'n knie, z'n voet op de onderste balk van de omheining. Zó wegge-

lopen uit the Good, the Bad and the Ugly, je weet wel, zo iemand waar je de Ennio Morricone-muziek bij hoort alleen maar door ernaar te kijken. Een zweetplekken-hoed van 30 jaar oud, een snor minstens even lang, rood katoenen geruit hemd, en een jeans die nog van de allereerste serie van Levis leek - honderden paarden onder zich gehad. 60 of zo, of een hard leven gehad. Hij schreef met zo'n groot houthakkerspotlood, in grote, onhandige letters, woorden, geen zinnen. Waarom wou een man als hij een clinic volgen? Zijn antwoord - in dat traaaage Western-Engels: "Man can't know too much". Mijn Engels klonk vast nooit eerder zo stads-Europees als toen ik hardop vaststelde dat hij alles opschreef,



want hij bekeek me alsof het de domste vraag ooit was. “Man has a lot to say I can use.”

De rest van de drie dagen zag ik hem tussendoor flyers oppikken van de entree-tafel. Hij was van plan te leren, en zou z'n kennis mee naar huis nemen voor dat extra-bekrachtigende après-clinic-gevoel thuis.

Fast-forward naar een paar jaar terug. Clinics met Ken Ramirez, Ted Turner, Todd Feucht, en de ClickerExpo's. De rechtstreekse inspirators voor de formule van het BoostCamp. Niet dat het over paarden ging: deze mensen hadden het over zeeleeuwen en honden.

Waarom? Omdat ik ook daarvan 's nachts niet kon slapen van de motivatieboost.

Die motivatieboost die je al na twee uur krijgt, dat je wou dat je zelf meedeed, dat je naar huis wil en de dingen uitproberen maar dat je niet naar huis wil

omdat je dan dingen zou missen.

De beste clinics zijn immers niet die waar je je rechtstreekse probleem opgelost ziet. Het zijn die die een stukje *inzicht* geven in hoe trainen werkt. Want trainen - en leren - is niet alleen een kunst (of, zo je wil, een ambacht), het is ook wetenschap.

Zet je jezelf op voor succes: tips

- Bepaal realistische doelen voor de clinic. Denk actief na over deze problemen tijdens de clinic zelf, maar begrijp dat je “probleem” kan veranderen - dat het ergens anders aan kan liggen, dat je ergens anders moet beginnen, dat je eerst andere stappen moet zetten. Schrijf het op, want anders ben je over drie weken weer bezig met je oorspronkelijke probleem, zelfs al begreep je uit de clinic dat je ergens anders moet beginnen om dit opgelost te krijgen.

- Weet dat grote veranderingen er komen in kleine stappen. Focus niet op het eindplaatje, maar op al die kleine tussenstappen. Schrijf dingen op die je kunnen helpen te blijven focussen op de weg, niet op het einddoel. Niet omdat je achteraf je nota's van buiten moet leren, maar omdat iets opschrijven de mentale opslag in je hersenen versterkt. Schrijf ook dingen op die je niet begrijpt, zodat je je herinnert wat je wou vragen achteraf. Neem het desnoods op op je iPhone.

- Stel vragen. Als je kennis zoekt maar zit te wachten tot het naar je toe komt, dan wacht je misschien tevergeefs. Vraag het de clinician, je vrienden, andere toeschouwers en pas het antwoord toe op jezelf. Schuif het opzij, accepteer het of hou het in je achterhoofd voor latere toepassing... maar verzamel zo veel mogelijk info en sla het op.

- Blijf niet hangen bij dingen die minder goed gaan, of waar je het niet mee eens bent. Corrigeer jezelf: negatief blijven denken verandert niets. Bedenk wat je kan doen om het anders te doen zonder jezelf of iemand anders neer te halen. Pik dingen eruit die wél voor je werken, en hou die vast.

- Denk na over hoe je je voelt bij een aangereikte oplossing. Focus op je positieve gevoelens - het heeft geen zin om een aangereikte oplossing te willen toepassen waar je je niet zeker over voelt. Pas het aan aan wat je zelf voelt of vraag bijkomende hulp.

- Wees realistisch. Het aantal dingen die anders kunnen zijn in een clinicsituatie tegenover bij jou thuis zijn duizelingwekkend. Als je drie ideeën, stukjes kennis of goed gevoel-momenten hebt gehad, dan is het de moeite waard geweest. Al wat erboven zit is extra slagroom.

- De lesgevers denken in grote lijnen hetzelfde over

trainen, maar ze blijven verschillende persoonlijkheden met eigen inzichten en voorkeuren - en hetzelfde geldt voor toeschouwers en deelnemers. Dat is een rijkdom, geen tegenspraak.

Soms zal een lesgever iets vertellen wat door een volgende lesgever wordt tegengesproken. Blijf niet hangen in de tegenspraak. Vraag verduidelijking, desnoods aan alletwee - de kans is groot dat ze hetzelfde bedoelen, maar het anders formuleren. Ook lesgevers blijven leren, en jouw vraag is voor hen informatie over waar ze zelf onduidelijk waren.

- Relax! Niemand is perfect. De lesgevers niet, en niemand op de tribune. We zijn er allemaal voor hetzelfde: om de relatie met een andere diersoort te verbeteren, en dat gaat met vallen en opstaan. Het is nogal wat, als doel. We zijn gelukzakken dat we dat met elkaar kunnen doen!

- Praat ook tijdens en na de clinic met andere mensen over wat je leerde. Vergelijk wat je ervan meenam - misschien zag iemand andere kanten van een gebeurtenis waar je zelf niet bij stilstond, en helpt het je alsnog om je eigen inzicht te vervolledigen.

- Heb je een ongelooflijke motivatieboost gekregen? Ga niet naar huis op je eilandje blij zitten zijn: dat gevoel zakt weg. En dat is normaal: het hoort bij hoe leren gaat. Blijf in contact over wat je hebt geleerd met mensen die er ook waren - lesgevers en toeschouwers. Zet het om in een concrete verandering in je training, en steun elkaar.

- Overloop wat je opschreef. Daar staat wat je op dat moment zelf voelde en hoe je dingen begreep, zelfs al denk je er drie weken later anders over. Misschien herinner je je het nu anders dan het toen was. Zit er niet mee in om een clinician drie weken later te mailen met een vraag.

- Pas toe wat je hebt geleerd. Elk gedrag dat je wil meenemen in je eigen repertoire moet ook voor jezelf waardevol zijn. Je kan het een clinician hebben zien doen of horen voorstellen, maar als het niet voor jou werkt heeft dat redenen.

- Niets van wat je op de clinic hebt gezien heeft waarde als je er niets mee doet. Dat betekent niet dat het waarde moet hebben voor je paard; alleen al schrijven over je inzichten op een forum kan waardevol zijn voor anderen die er niet bij konden zijn. De meeste waarde van wat je leerde ontstaat echter in de modder, al doende met je eigen paard.

- Wees de verandering die je wil zien.

Tot dan!



www.horseboostcamp.be





Lesgevers



Machteld Van Dierendonck

Machteld van Dierendonck is gastmedewerker op het departement Biologie van de Faculteit Beta-wetenschappen te Utrecht en op de faculteit Diergeneeskunde van de Universiteit van Sydney. Ze was verbonden aan de faculteit Diergeneeskunde te Utrecht waar ze zich bezighield met onderwijs, onderzoek, patientenzorg en het opzetten van de gedragskliniek voor dieren.

web: www.equusresearch.nl



Josepha Guillaume

Josepha Guillaume is in België en Nederland bekend als de bitloze dressuur-specialist. Zij werkt al meer dan 20 jaar met paarden zowel recreatief als professioneel, was jarenlang actief in de fitness als instructor en volgde 6 jaar lang wekelijks meditatie les. In 2005 werd zij verkozen als Bitless Bridle Associate Clinician en Bitless Bridle Instructor voor België door Dr.Cook.

In 2007 zette zij samen met Miriam Nieuwe Weme en Bianca Kersten 'The Art of Natural Dressage™' op, een forum met een unieke filosofie en trainingswijze waarbij het paard de scepter zwaait. Vanuit 'The Art of Natural Dressage' ontwikkelde Josepha haar eigen rij-systeem dat zij 'Natuurlijke Academische Rijkunst™' noemde.

Ondertussen geeft Josepha clinics in binnen en buitenland en schrijft zij voor diverse hippische bladen.

web: www.josepha.info



Janina van der Drift

Janina heeft 3,5 maanden bij Andrew McLean stage gelopen, waar ze zich in de paardengedragles leer heeft verdiept.

“Door de overeenkomsten en verschillen tussen het denkvermogen van het paard en de mens (en de misvattingen hieromtrent) te weten kan je een paard effectiever en ethischer trainen. Ik heb geleerd hoe je goed gedrag aanleert en ongewenst gedrag afleert, door middel van gewinning, operante conditionering en klassieke conditionering. Wat veel goede trainers in Nederland uit ervaring weten en ergens in hun hoofd hebben opgeslagen, vindt onderbouwing in Equitation Science. Hierdoor is deze methode uitermate geschikt voor ruiters die het paardrijden niet “van huis uit” hebben meegekregen.”

web: www.janinavanderdrift.nl



Inge Teblick

Inge is vooral bekend van haar boek “Grondwerk met Paarden” en als groot voorstander van zo ethisch mogelijk trainen, met respect voor leertheorie en ethologie.

Van het gewone manègeleven als kind al kwam ze uiteindelijk bij de natural horsemanship-beweging terecht en was ze mede-oprichter van de Belgian Horsemanship Association. Ze organiseerde clinics met mensen als Ray Hunt, Mark Rashid enzovoort. Grappig genoeg begon ze zelf nooit met clickertraining - hoewel ze Alexandra Kurland toen al kende - tot ze in 2000 via Kayce Cover terecht kwam, een Amerikaanse trainster die had gewerkt met alle mogelijke dieren van apen over wolven en beren tot walvissen, zeeleeuwen en dolfinen. “Als het kan met al die dieren, dan kon het zeker met paarden”, dacht Inge, en ze zette haar vooroordelen opzij en dook in clickertraining. Sindsdien is ze één van de belangrijkste voortrekkers van deze bijzonder diervriendelijke maar vaak misbegrepen trainingsmethode in België en Nederland.

Eén van haar stokpaardjes is het zoeken naar nieuwe manieren om ook rijden zo vriendelijk en eenvoudig mogelijk te maken voor paard én ruiter.

web: www.ingeteblick.be



Frank Ödberg

Frank is doctor in Experimentele Psychologie (Universiteit van Gent) en Master of Science in Zoology (Edinburgh University). Hij is al bezig met toegepaste ethologie sinds 1968. Zijn onderzoeken richtten zich op het bestuderen van de ethologische en neurobiochemische invloeden op stereotypen en gedrag.

Frank rijdt al sinds zijn kinderjaren, heeft dresseurcompetitie gereden en paarden getraind tot hogeschoolniveau. Frank is nog steeds een groot voorstander van de klassieke manier van rijden.

web: <http://archive.ugent.be/person/801000272162>



Françoise Decoster

“Ik heb het geluk gehad een paard tegen te komen dat problemen had met al de dingen die iedereen maar normaal vond. Koppig zoals ik ben, wou ik hem niet verkopen maar heb ik gezocht naar andere manieren om met hem om te gaan. Dat was de start van een zoektocht naar kennis, die nu nog steeds bezig is. Zelf zo goed mogelijk worden door zoveel mogelijk kennis op te doen en deze dan om te zetten in de praktijk, dat is wat ik wil bereiken. Ik denk dat ik van iedereen iets kan leren en probeer zo mijn eigen mix samen te stellen: kijken wat werkt EN paardvriendelijk is. Ik ben een fan van het markeren en belonen van gedrag, vandaar dat ik dit toevoeg aan bijna al de dingen die ik train.”

web: www.horsesmind.be



Eva Saegerman

Eva Saegerman is al een aantal jaren instructeur clickertraining met paarden en geeft workshops, privé-en groepslessen, zowel bij haar thuis als op verplaatsing. Vooral in grondwerk: schriktraining, stressvrij rijden, freestyle training, lichaamstaal lezen, trailerladen, enz.

Eva heeft de Horse Agility Club van België opgericht en organiseert de uitbouw ervan door middel van lessen, workshops, playdays en wedstrijden. In maart 2011 werd zij erkend als HA-at oftewel Horse Agility Trainer.

Recent startte ze ook een Ponyclub in Idegem (Gerardsbergen).

web: www.clickertraining.be en www.horseagility.be



Danielle Meyboom

is gespecialiseerd in vrijheidsdressuur en geeft lessen, trainingen en shows.

web: www.amable.nl



Conrad van Pruijssen

Conrad houdt zich bezig met het trainen van paarden. Hij gebruikt hier uitsluitend clickertraining voor.

Conrad is op zijn 25ste begonnen met het trainen van paarden en heeft jarenlang een eigen trainingsstal gehad. Hij heeft zijn eigen methode ontwikkeld voor het trailermaak en zadelmak maken van paarden. Dat was in het jaar 1999 de meest vriendelijke wijze voor het trainen van paarden.

Sinds 2006 hij heeft zich gespecialiseerd in clickertraining gebaseerd op positieve reinforcement. Hij zet clickertraining in bij: gedragsproblemen, opvoeden van paarden, zadelmak maken, trailermaak maken, dressuurproblemen, vrijheidsdressuur, etc. Naast het trainen van paarden verzorgt hij ook lezingen en workshops over clickertraining ongeacht de diersoort.

Website: www.subtieltrainen.nl



Praktisch

Het BoostCamp gaat door in het hippisch centrum van

Syntra Midden-Vlaanderen
Hogekouter 1
9100 Sint-Niklaas
België

Syntra sponsort het BoostCamp, maar is verder niet betrokken bij de organisatie. Contacteer hen niet met vragen.

Wij huren deze locatie, ze is niet van ons. Help ons onze goede reputatie behouden.

Neem warme kleren mee! De tribune en de klaslokalen zijn verwarmd, maar het is even wandelen tussen de lesgebouwen en de cafetaria.

Eten & drinken

Afhankelijk van hoeveel mensen we bij elkaar hebben, kunnen we de Syntra-cafetaria laten openen waar je dingen als soep, koffie, frisdranken enz. kan bestellen. In dat geval zal er ook een klein buffet ter beschikking zijn.

Zijn er minder mensen, dan organiseren we de lunch zelf. 's Morgens kan je dan belegde broodjes, snacks of drinks bestellen voor de lunch. Er ligt in dat geval een grote lijst klaar aan de ingang met de keuzemogelijkheden.

Er is één drankautomaat in de nabijheid van de toiletten, maar je kan ook blikjes drank bij de BoostCamp-organisatie kopen. Er zijn geen winkels



of supermarkten vlakbij, wel in het centrum van Sint-Niklaas.

De keuze tussen cafetaria of doe-het-zelf wordt genomen op 1 februari 2012, omdat we dan weten hoeveel mensen effectief aanwezig zullen zijn. Iedereen die toegangstickets gereserveerd heeft wordt hiervan per email in de loop van de eerste week van februari op de hoogte gebracht. Ook aanbod en prijzen vind je in die email.

Verblijf

Als je niet zo ver woont is het uiteraard wel zo handig om over en weer naar huis te gaan.

Wil je in de buurt logeren, dan is het goedkoopste hotel in de buurt het Ibis hotel in het centrum van Sint Niklaas. Als je reserveert via de algemene Ibis-site (<http://www.ibishotel.com/nl/home/index.shtml>) betaal je 59 euro/nacht voor een tweepersoonskamer (zonder ontbijt).

Deel een kamer of probeer te logeren bij iemand die niet zo ver woont. Vraag ernaar op Facebook: <http://www.facebook.com/HorseBoostCamp>.

Boxhuur

Dit is een doe-het-zelf locatie.

Op de vloer ligt vlasleem. Als je paard een andere bedding nodig heeft, moet je die dus zelf meebrengen en instrooien.

Als je een box huurt, betekent dat ook dat je ermee instemt om op het einde van het BoostCamp ook zelf je stal uit te mesten.

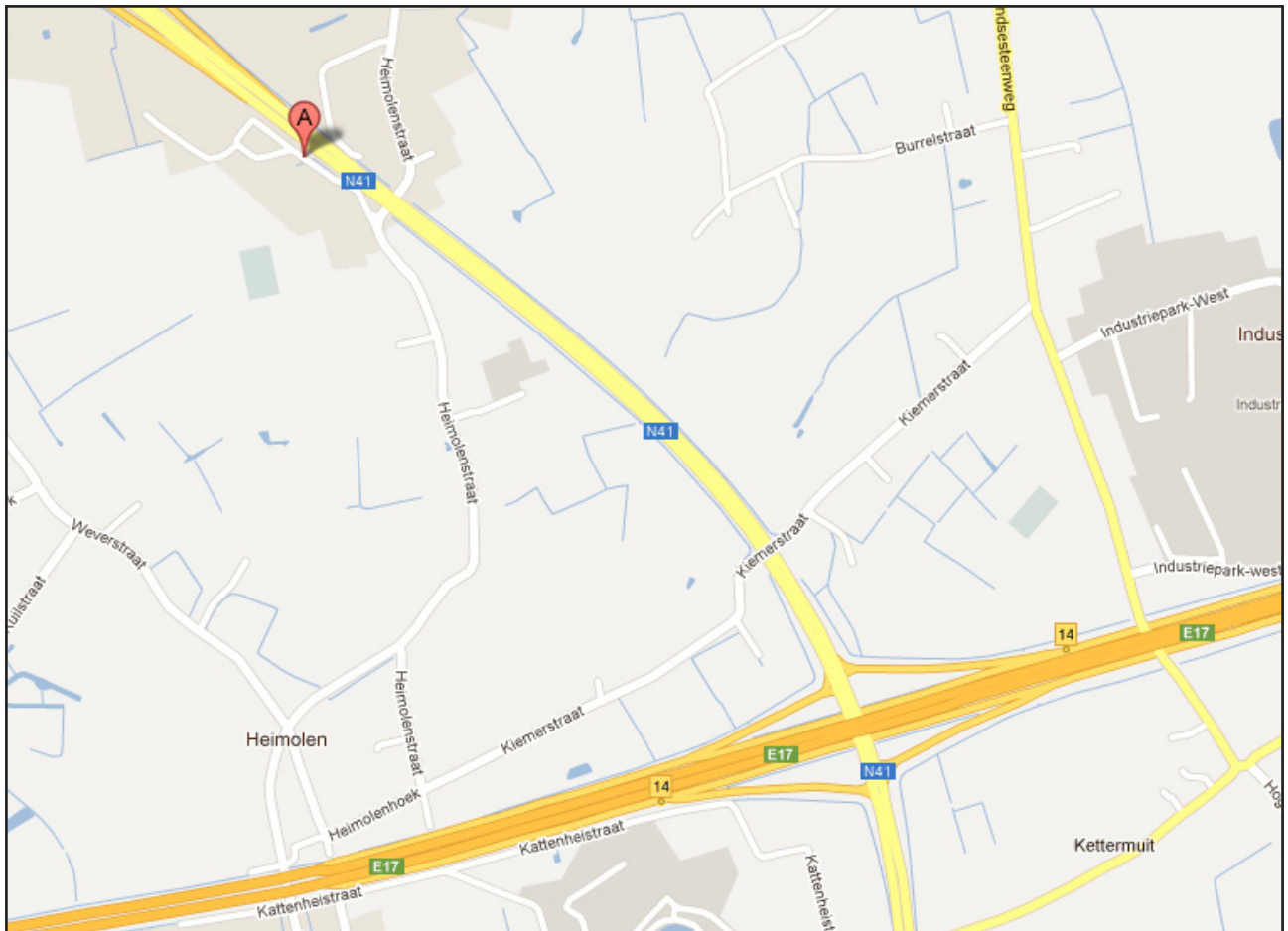
Hou de omgeving van je box en het gangpad ten allen tijde netjes; schep mest en bedding zelf ook weer weg, en keer regelmatig uit.

Er is een kleine weide ter beschikking, maar die moet worden gedeeld. Er is een grote buitenpiste

maar je paard mag daar niet zonder toezicht los in blijven staan.

Haal mest uit weide en buitenpiste.





Route

Sint-Niklaas is gelegen nabij de grens met Nederland.

Vanaf Antwerpen:

Volg vanaf de ring (R1) richting Gent (onder de Kennedytunnel door) en rij de E17 op.

Neem op de E17 de voorsorteringstrook N41-N16 Dendermonde/Hulst/Temse/Sint-Niklaas en blijf volgen, voorbij de afritten 15 Sint-Niklaas en Temse. Neem afslag 14 Sint-Niklaas West (Dendermonde/Hulst N41).

Bovenaan de afrit neem je de N41 rechts richting Hulst.

Aan de eerste verkeerslichten ga je naar links, en

direct na het kruispunt rechts de Hoge Kouter in. Syntra ligt op het einde van de Hoge Kouter, parallel met de N41.

Vanaf Gent:

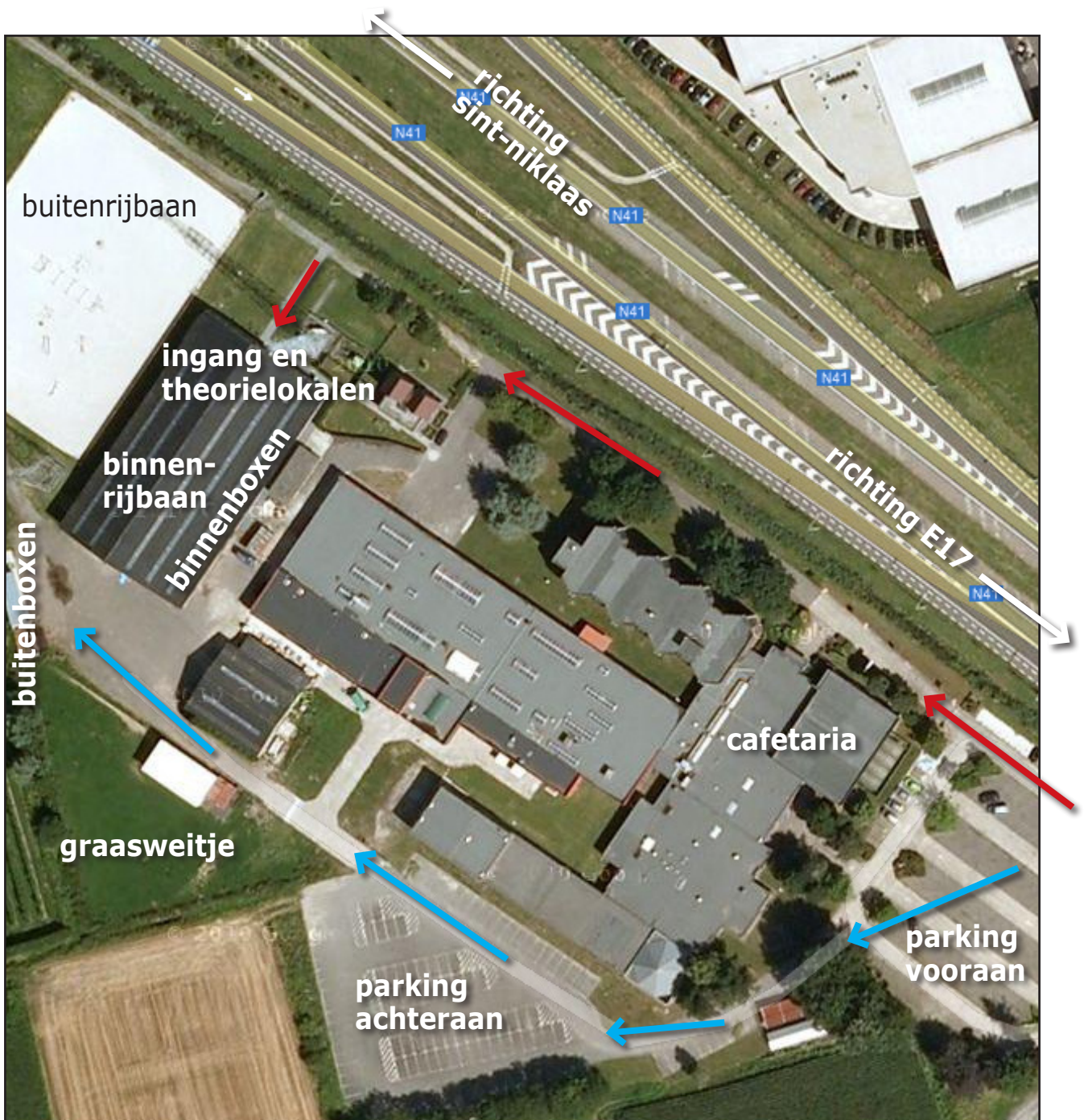
Volg de E17 richting Antwerpen.

Neem op de E17 de voorsorteringstrook N41-N16 Sint-Niklaas/Mechelen/Temse/Hulst/Hamme.

Neem afslag 14 Sint-Niklaas West (N41 Hulst/Hamme).

Bovenaan de afrit neem je de N41 links richting N41 Hulst N403 (is richting Sint-Niklaas).

Aan de eerste verkeerslichten ga je naar links, en direct na het kruispunt rechts de Hoge Kouter in. Syntra ligt op het einde van de Hoge Kouter, parallel met de N41.



Deelnemers zonder paard

Parkeer op de parking vooraan. Volg te voet het wandelpad in de richting van de rode pijl, langs de cafetaria, tot achteraan aan de ingang.

Deelnemers met paard

Volg de blauwe pijl en rij achteraan links langs de gebouwen tot aan de achterkant van de rijbaan. Daar is plaats om je paard af te laden en rechtstreeks naar binnen- of buitenbox te brengen. Parkeer daarna op de parking achteraan.

Reserveren

De prijs is zo laag als enigszins mogelijk is gehouden. 45 euro per dag is bijna een onzin-prijs voor al dat moois. Klaslokalen, een rijbaan met verwarmde tribune, en drie dagen onafgebroken les van 9 mensen - en dat voor een minimaal bedrag.

Reserveer zo snel mogelijk!

Om zeker te zijn dat het BoostCamp kan doorgaan zoals het gepland is, hebben we een minimum aan inkomsten nodig. Daarom is de uiterste reserveringsdatum bepaald op 1 februari. Elke dag dat je eerder betaalt, is meer nachtrust voor ons.

Deelnemers

Er zijn in principe geen deelnemers met paard, tenzij uitdrukkelijk anders afgesproken met de individuele lesgever (zie pagina 8).

Reserveren = betalen vóór 1 februari 2012:

3 dagen: 130€, op voorhand te betalen.

1 dag: 45€, op voorhand te betalen.

Eventuele boxhuur

16€ per nacht, vlaslemen. Breng zelf eten mee. Zie pagina 33.

Eventuele rijbaanhuur/uur na het dagprogramma

Bovenop de lesfee betaal je 30€ per uur.

Hoe betalen?

Bestel je toegangstickets online, bij de online webshop op www.ingeteblick.be/shop. Je kan betalen via overschrijving, met creditcard of Paypal.

Je kan ook rechtstreeks storten op rekeningnr. KBC 733-0328261-43 – IBAN BE66 7330 3282 6143 – BIC KREDBEBB

met vermelding van “BoostCamp”, te reserveren dagen, namen van toeschouwers en contact-email-adres.

Alle deelnemers krijgen begin februari een bevestigingsmail.



Deze pdf van een vriend gekregen? Wil je graag zelf op de hoogte blijven? ItClicks verstuurt regelmatig en vrijblijvend het gratis online ItClicks Magazine voor Positief Trainen - met praktische tips, hoe-doe-ik-dat artikels, achtergrondinformatie en onverwachte invalshoeken, geschreven door Inge Teblich en gastauteurs. Je kan je op elk moment ook weer uitschrijven, uiteraard.

[Abonneer je vandaag nog](http://www.ingeteblick.be) via www.ingeteblick.be - het is helemaal gratis en vrijblijvend!

