

Bibliothèque mondiale du cheval

Santé du cavalier

Auteur(s) : Pôle du document numérique, MRSH, Université de Caen Normandie - Marie-Laure Peretti

Titre court	Riding success without stress / BENTLEY Joni, 1999 / BENTLEY Joni, 1999
Intitulé	<i>Riding success without stress — Introducing the Alexander Technique — Developing self-carriage in the rider — Book 1</i> / BENTLEY Joni, MCGREGOR Su, FURTH Elizabeth, HARRIS Kersten et BELASIK Paul
Adresse bibliographique	Londres, J. A. Allen, 1999
Description matérielle	Description physique : avec un index Nombre de volumes : 1 vol. Nombre de pages : XXII-186 p. Dimensions : 24,5 cm Illustrations : avec illustrations, figures, photos
Langue(s)	Anglais

Présentation du contenu

« Joni Bentley's unique expertise is a direct result of being a qualified practitioner not only of the Alexander Technique but also of Classical dressage, stress management and functional medicine. It is a rare person who can combine all these areas in order to reveal a new and much needed holistic dimension in the training of horse and rider. In *Riding Success Without Stress*, the author demonstrates with clarity and perception how incorrect habits and negativity can be eradicated at source and replaced with calmness, straightness and grace by the application of the Alexander Technique and the Classical school. This book demonstrates how the Alexander Technique training programme ensures that, by optimising the use of your own mind and body, you can optimise the use of your horse and ride to success completely without stress. This ground-breaking and revolutionary book provides invaluable and thought-provoking information for the benefit of all riders and their horses.

» Présentation de l'éditeur (1999)

« L'auteur démontre avec clarté et perception comment des habitudes incorrectes et la négativité peuvent être supprimées et remplacées par le calme, la franchise, la grâce et par l'application de la technique de [Frederick Matthias Alexander](#). » [IFCE](#)

Notes

Notes sur la publication

Mentions de responsabilité

Auteur principal : BENTLEY Joni

Illustrateur : MCGREGOR Su

Illustrateur : FURTH Elizabeth

Illustrateur : HARRIS Kersten

Préfacier : BELASIK Paul

Adresse bibliographique

Éditeur : J. A. Allen & Co. Ltd.

Notes sur l'exemplaire

Localisation

— École nationale d'équitation

– Haras national du Pin

Sources de la notice

Institut français du cheval et de l'équitation

Numérisation

Indexation

Droit, Santé du cavalier, dressage ; émotions ; équitation ; exercices ; méthode Alexander ; position du cavalier ; proprioception ; stress ; visualisation