



### Taller Equino:

En Bolacuá Hotel de Campo All Inclusive siempre propone mejorar las actividades en cuanto a sus contenidos y para su seguridad, en función de esto, las actividades equinas estarán reguladas con el taller equino guiadas por el personal idoneo, de esta manera usted aprenderá a:

- 1) Tener un acercamiento con el caballo y conocerlo.
- 2) Aprender a colocar freno y montura.
- 3) Aprender a dominar el caballo.
- 4) Aprender a trotar manteniendo la postura.
- 5) Realizar un paseo guiado por la laguna y poner en practica todo lo aprendido.

### A tener en cuenta:

Montar a caballo exige un conocimiento del animal a montar y un profundo respeto hacia él. Te ayudaremos a superar los miedos, a saber gestionar los problemas, a adquirir confianza para montarlo. Un caballo puede ser imprevisible y hay que aprender a gestionar todas las situaciones con mucha responsabilidad.

### Condiciones para tomar clase de equitación:

- 1) Deberán cumplimentar el formulario de aceptación de riesgo de esta actividad. (No podrán montar a caballo quien no complete este formulario o no tome las clases de equitación).
- 2) Deberán anotarse con el encargado/a de Equitación. (Los horarios figuran en el programa del día)
- 3) Deberán asistir con la ropa acorde a la actividad, zapatillas, medias pantalón y remera.
- 4) Los niños realizaran las actividades equinas con sus respectivos profesores de Mini y Maxi club siguiendo las mismas reglas.

### Algunas precauciones:

Montar a caballo no es como salir a dar un paseo. Es una actividad que conlleva riesgos que no hay que pasar por alto.

### Aca tenes algunos consejos:

- Toma clases. No hay lugar para la improvisación. Los profesores están para enseñarnos las reglas básicas, los gestos correctos y actitudes adecuadas para practicar la actividad sin riesgo.
- Calienta. Realiza algunos movimientos, trota corto y estira antes de montar en la silla.
  - Renuncia a esta práctica si sufres de lumbalgia crónica o malformación vertebral, si estás embarazada, tienes alergia a los pelos de animal o si podrías sufrir osteoporosis.
  - Ponte al día con las vacunas, sobre todo con la del tétanos.
  - Es indispensable el uso de casco.

