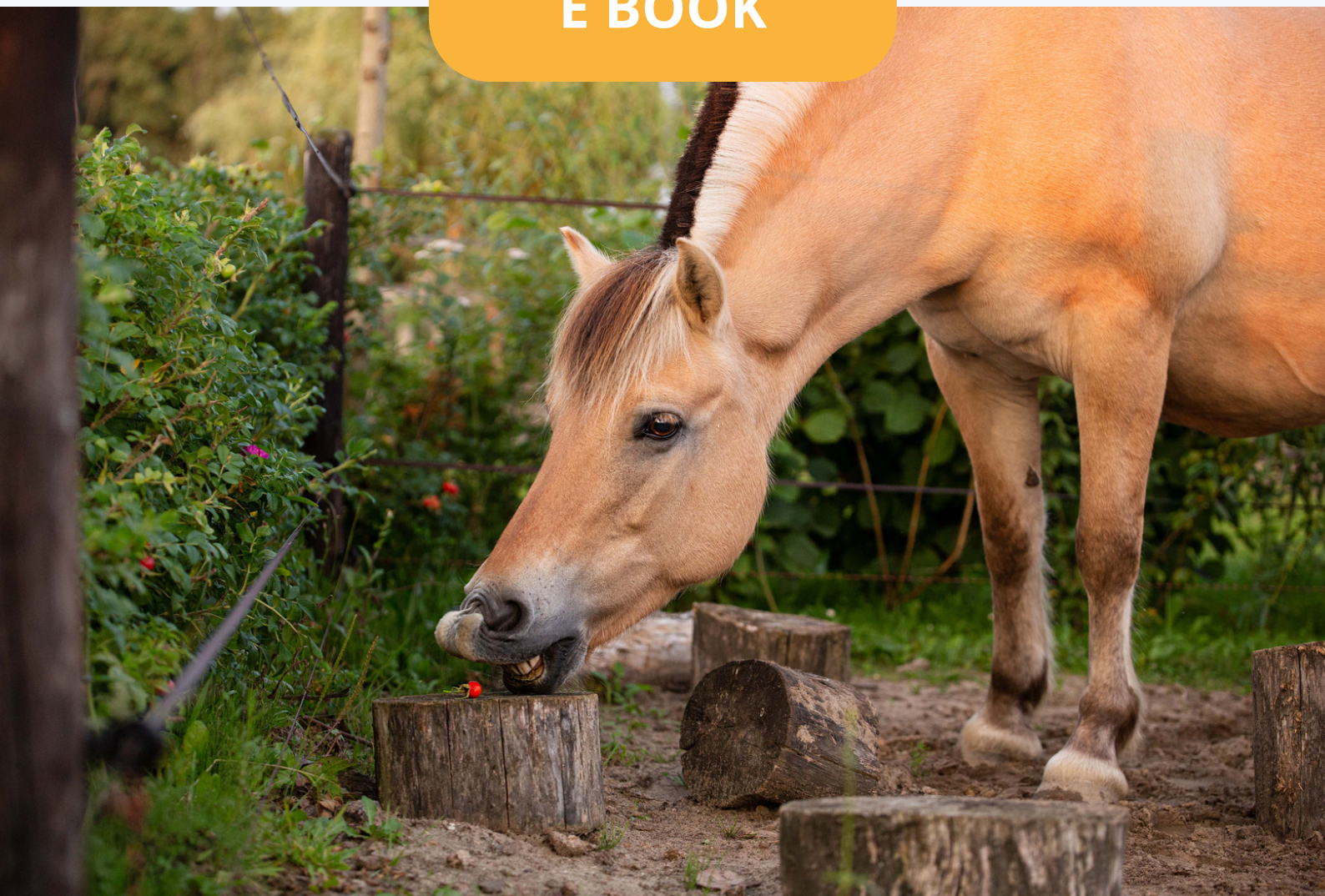




Passive Physio[®]

E BOOK



Met dank aan beeldmateriaal van Ukie's

Passive Physio®

Wat als je paard zijn eigen spieren traint in de uren dat jij niet met hem bezig bent? Waardoor hij niet alleen sterker en gezonder wordt, maar jij ook nog eens voordelen in je training & prestaties gaat zien. **Passive Physio® maakt het mogelijk!** Met slimme, eenvoudige aanpassingen in de stal of weide kun je al snel **resultaat** zien. Of je paard nou bij jou thuis staat, op een pensionstal of je rijdt op een manege, er is **altijd** wel iets wat je kunt doen om Passive Physio® toe te passen.



Lees snel
verder om
meer te weten
te komen over
Passive
Physio®!

Met kleine aanpassingen door bijvoorbeeld variatie in voerposities of het toevoegen van verschillende ondergronden blijft je paard de hele dag in beweging en wordt hij **sterker, gezonder** en **minder blessuregevoelig**. Bovendien draagt meer uitdaging en variatie bij aan het **mentale welzijn** van je paard. Passive Physio®: kleine veranderingen met grote impact. In dit E-book geven we een voorproefje van hoe jij Passive Physio toe kunt passen!

Hooinetten

Wist je dat paarden in de natuur niet alleen grazen, maar ook **browsen**? Dat betekent dat ze ook boven kniehoogte eten. Dit helpt ze om in balans te blijven en verbetert de stabiliteit in het lichaam. Het inzetten van Passive Physio® kan dus zo simpel zijn als het ophangen van een **hooinet**. Hiermee kun je eindeloos **variëren**.



Zo kun je bijvoorbeeld spelen met de **hoogte** waarop je het hooinet ophangt, de **grootte** van de mazen en de **beweeglijkheid** van het net. Dit zorgt ervoor dat je paard tijdens het eten verschillende houdingen aanneemt en dus ook verschillende spieren traint!

Als je de ruimte hebt kun je de hooinetten ook op **verschillende plekken** hangen. Zo moedig je het paard aan om te bewegen.



Planten en bomen

In de natuur eten paarden niet alleen gras, maar ook verschillende **planten, bladeren en takken**. Door takken en planten uit de omgeving aan te bieden, geef je je paard niet alleen **variatie** in het dieet, maar stimuleer je ook andere **bewegingen** en **houdingen** tijdens het eten. Het zoeken en knabbelen aan takken vraagt tenslotte om een andere motoriek dan het eten van hooi of krachtvoer.



Ook met het aanbieden van takken kun je **variëren** in hoogte en het soort voer dat je aanbiedt. Let er wel op dat de planten **veilig** en geschikt zijn voor paarden.

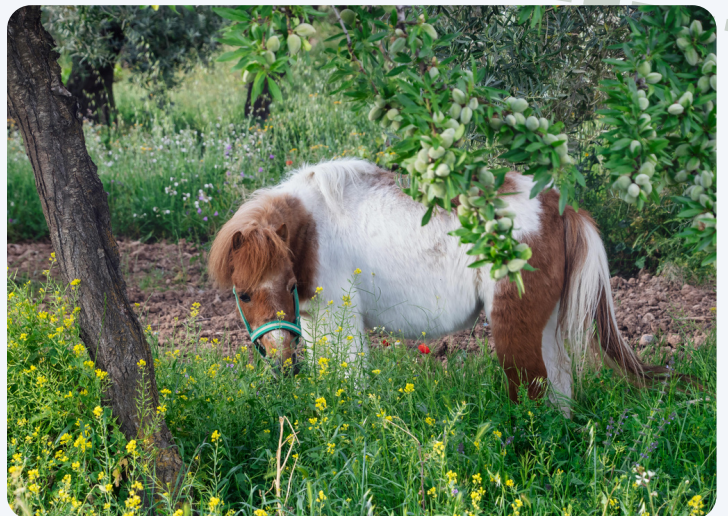
Voerstations

Paarden leggen van nature dagelijks vele **kilometers** af op zoek naar voedsel. Om beweging te stimuleren kun je verschillende **voerstations** creëren door het voer op verschillende plekken in de paddock of wei te leggen.



Hoe leuk is het als je paard op elk voerplekje een ander soort voedsel tegenkomt? Hier kun je eindeloos in **variëren**. Niet alleen met het soort voedsel, maar natuurlijk ook met de manier waarop je het aanbiedt.

Ook binnen een **kleinere ruimte** kun je het lopen stimuleren door bijvoorbeeld hooi of water op andere plekken aan te bieden. Dit zorgt voor meer activiteit en een natuurlijke afwisseling tussen eten en bewegen.



Ondergronden

Verschillende ondergronden bieden niet alleen **afwisseling**, maar zijn ook belangrijk voor de ontwikkeling van sterke en gezonde hoeven, pezen en spieren.

Onbewust loop je met het paard waarschijnlijk al over veel verschillende soorten ondergronden. Denk maar eens aan lopen door water, over stenen, zand of gras. Maar hoeveel verschillende ondergronden telt de leefomgeving van jouw paard?

Door ondergronden regelmatig **af te wisselen** stimuleer je je paard om zijn lichaam op verschillende manieren te gebruiken en draagt dit bij aan een betere **proprioceptie**. Zelfs kleine aanpassingen, zoals een zandstrook of een pad met boomschors, kunnen al een groot verschil maken in de dagelijkse beweging.



Do it yourself

De mogelijkheden met Passive Physio® zijn **eindeloos**! Vind je het leuk om zelf creatief bezig te zijn? Ga dan op zoek naar doe-het-zelf ideeën om de omgeving van je paard uitdagender te maken. In de online cursus Passive Physio® staan 70+ ideeën om mee aan de slag te gaan. Zo houd je het leuk voor zowel jezelf als je paard!



Met simpele materialen kun je veel variatie aanbrengen, waardoor je paard telkens wordt uitgedaagd om nieuwe bewegingen te maken en zijn omgeving te verkennen.

Zelf aan de slag?

Voordat je gaat beginnen met Passive Physio® is het belangrijk om met een aantal aspecten rekening te houden. In de online cursus Passive Physio® nemen we je mee om Passive Physio® op een fijne manier te introduceren bij jouw paard. Wil je toch alvast beginnen? Lees dan onderstaande punten goed door!

Introduceer Passive Physio® altijd **stap voor stap**. Paarden die het niet gewend zijn houden het in het begin nog niet zo lang vol. De spieren moeten eerst langzaam wennen aan het eten in verschillende posities en het gebruik van de spieren waardoor ze geleidelijk sterker kunnen worden.

Keuzevrijheid staat centraal bij Passive Physio®. Zorg dat je paard zelf kan kiezen wat hij doet, waar hij loopt, en hoe hij eet. Bied meerdere opties aan en zorg er altijd voor dat het paard in een andere positie kan eten of een makkelijker pad kan kiezen.

Blijf je paard **observeren**: kijk wat er gebeurt, pas indien nodig aan. Observeer na aanpassingen het gedrag en de lichaamshouding. Bij Passive Physio® gaat het niet om moeilijkheidsgraad of krachttraining. Het gaat erom dat je je paard op verschillende hoogtes oefeningen aanbiedt, waarbij er variatie is in staan en bewegen.

Wil je meer leren?

Met Passive Physio® kun je eindeloos variëren en ontelbare ideeën opdoen om het welzijn van jouw paard te verbeteren.

- Direct beschikbaar
- Life-time toegang tot de cursus
- 70+ ideeën om mee aan de slag te gaan



Wil je weten wat jij voor jouw paard kunt betekenen en hoe je Passive Physio® kunt toepassen in zijn eigen omgeving? Dan is de online cursus Passive Physio® echt iets voor jou!

Aanmelden kan [hier](#).