

# Ryttarinspiration med Johanna Lassnack



*Om vi inte haft några motgångar,  
hur skulle vi då kunna  
glädja oss åt våra framgångar?*



**Ett samarbete mellan  
Österlens Ridklubb och Ystad-Österlensregionens Ridledsförening**

**Söndag 21/2 kl. 16.00**

**Föreläsningen handlar om vad som händer under hjälmen och hur  
ryttarens mentala inställning påverkar ridningen.**

**Hur tar man fram det bästa i sig själv?**

**Hur ska man tänka för att prestera och våga?**

**Hur hanterar man mot- och medgångar?**

**Mer info – [www.ryttarinspiration.se](http://www.ryttarinspiration.se)**

**Alla medlemmar hälsas varmt välkomna.**

**Samling: Vi träffas kl. 15.45 – föreläsningen börjar kl. 16.00.**

**Plats: Församlingshemmet, Borrby Kyrka**

**Pris: Gratis för medlemmar i Österlens RK. Icke medlemmar 100 kr.  
Fika ingår för alla.**



**Föranmälan: [info@osterlensridklubb.se](mailto:info@osterlensridklubb.se)**

