



# CV Sara Ouwehand

[www.Ruiterpilates.nl](http://www.Ruiterpilates.nl)

## Profiel

Topsportersmentaliteit:  
bevlogen en betrokken van  
start tot finish.

Weet complexe zaken een Jip  
en Janneke vorm te geven.

Sterk interpersoonlijk  
ingesteld, gevoelig voor  
behoeften van ruiter en  
paard.

Hecht grote waarde aan  
autonomie. Bij uitstek  
autodidactisch ingesteld, en  
wil dat aan leerlingen  
overdragen.

Analytisch ingesteld  
zonderverlies van  
pragmatische slagkracht.

## Missie en visie

Draagkracht en flexibiliteit  
verhogen bij ruiter en paard  
om zo tot meer harmonie te  
komen.

## Contact

Sara Ouwehand

[info@ruiterpilates.nl](mailto:info@ruiterpilates.nl)

06 - 81876956

Gilze, NB

## Praktijk

- Prix Saint George geklasseerd met Haflinger Rebel

## Opleidingen

- Pilates instructrice, Physio Physics (2015)
- Update Centered Riding Instructeurscursus (2012)
- ORUN-Instructrice tweede fase, KNHS (2010)
- Centered Riding Instructeur, Alona (2010)
- Vooropleiding Centred Riding Instructeur, Alona (2009)
- Master of Sciences & Master of Arts, Katholieke
- Universiteit Tilburg (2007 & 2009)

## Cursussen/Bijscholingen

- Equipilates and Surefoots, Wendy Murdoch, (TAKT Academy, 2019)
- Cranio Sacraal Therapeut, Reliantie, (2017 - 2018)
- Workshop Pilates & props voor Pilatestrainer, St Element (2017)
- Workshop functionele anatomie voet, St Element (2017)
- Workshop functionele anatomie nek & schouders, St E (2017)
- Workshop The Fine Spine, Ton Voogt & Mickel Fritzke (2016)
- Workshop connecting the legs, Ton Voogt & Mickel Fritzke (2016)
- Workshop Functionele anatomie, Ton Voogt & Mickel Fritzke (2016)
- Workshop Matclass Workout, Ton Voogt & Mickel Fritzke (2016)
- 2 Daagse bijscholing Centered Riding, Alona (2016)
- Workshop anatomie bekken en onderrug, Studio Eelement (2015)
- Trainingsweek, Bartels Academy (2015)
- Chakrahealing voor paarden, Hilde Termote (2013)