

PAY & JUMP, JUTAGÅRDEN

TISDAG 13/12

KL18:00 Första start

Startordning

30 cm

Moa Hedberg	Yaya
Alva Milton	Mitzi Light
Sigrid Modig	Mona-Lisa
Ellen Bengtsson	Orkan
Alva Stråلمان	Viper
Saga Asklund	Chempion

40 cm

Alva Milton	Mitzi Light
Noelia Fred	Yaya
Alma Sandelin	Liten
Elwira Pettersson	Mode

50 cm

Louisa Kjernald	Effeect
Martina Lind	Nicosia
Tilda Wixtröm	Iceman
Moa Arvidsson	Chempion
Anna Järnehäll	Svend
Wilma Johansson	Navarino
Johanna Larsson	Melody
Alma Sandelin	Liten

60 cm

Amanda Friberg	Mode
Julia Wigholm	Egen
Johanna Larsson	Melody

70 cm

Tilde Rydberg	Sunny
Josefine Bengtsson	Kråkan
Johanna Jarvén	Tindra
Adam Almgren	Egen
Vera Axelsson	Calle
Louisa Kjernald	Santiago
Thilda Engqvist	Sunny

80 cm

Sara Andersson	Chappis
Josefine Bengtsson	Kråkan

90cm

Sara Andersson	Chappis
----------------	---------

100 cm

Madeleine Ingerhage	Mamma Mia
---------------------	-----------

110 cm

Madeleine Ingerhage	Mamma Mia
Jonas Kjernald	Aragorn
Madeleine Ingerhage	Gina

SLUT ca 20:00

INFORMATION

Banan bygger vi fram ca KL 17:00. Därefter bangång. Vi ser gärna att alla som är på plats hjälper till med både banbygget och att även bära tillbaka allt när vi är klara. Men ryttare/förälder till ryttare som rider 30-50 ansvarar för banbygget KL 17:00 och ryttare/förälder som rider 60-90 cm ansvarar för att bära bort banan när sista ryttaren har ridit.

Fanny, Frida Och Elin är på plats under kvällen och hjälper till med er framridning.

Framskrittning och framridning sker utomhus i paddock. Framhoppning sker inomhus i delar av ridhuset. Det får vara 3 stycken inne på framhoppningen samt en ryttare som är beredd att gå in på banan. Rider du ridskolehäst ska du även läsa även igenom informationen längst ned i dokumentet för att få reda på hur du ska lägga upp din framridning, lite tidsplanering osv.

Under kvällen skulle vi även behöva lite hjälp med funktionärsbiten. Insläpp, utsläpp, höjningar mm. Är vi många som hjälps åt med detta så går kvällen smidigare. Prata med någon av oss om du vill ha ett uppdrag.

Cafeterian håller öppet så du kan köpa lite enklare fika under kvällen. Medtag jämna pengar eller swish.

Rosett kan köpas för 30 kr i cafet.

Välkomna!

Info för dig som rider ridskolehäst: Att tänka på vid framridning/framhoppning

Framridning sker på egen hand och det är din uppgift att planera och genomföra framridningen så att du och din häst blir förberedda på bästa möjliga sätt. Räkna med ca 2 min/ekipage och tid för höjning mellan klasserna.



Här kommer lite saker att förhålla sig till som kan hjälpa dig när du genomför din framridning:

- Kontrollera utrustningen noggrant. Sadelgjord, räkna hålen på stiglädren, glöm ej benskydd om den har det osv. Tänk på att det ska vara hoppläder.
- 5-10 min Leda hästen för hand
- 10 min Skritt på lång tygel – Rask skritt
- 10 min Framridning – Värm upp din häst på ett mjukt och trevligt sätt. Skapa en bra kommunikation. Kontrollera framåtdrivande, förhållande och vändande hjälper. Kontrollera även dig själv och din sits. Att du kan variera sits enkelt och med bibehållen balans, att stigläderlängden känns rätt.
- 2 min Skrittpaus på lång tygel (Kontrollera sadelgjord, tänk igenom banan, checka hur du ligger till tidsmässigt osv)
- 10 min Framhoppning - Återta tygeln, sätt hästen i rätt tempo. Känn att den verkligen svarar för hjälperna, direkt.
 - Hoppa fram. Du bör göra totalt ca 5-7 språng.
 - Ca 2-4 ggr på räcket
 - Ca 2-4 ggr på oxern
 - Framhoppning är till för att skapa bra språng och bra känsla. Gör inget som du inte är van vid utan försök gör precis som på träning. När man hoppar fram ska du försöka nöja dig när du får ett bra språng. Inte ta en gång extra bara för att...
 - Om det inte känns bra på ett hinder när du börjar hoppa fram är det bästa att försöka fundera på vad man ska förändra/vad som saknas och sedan hoppa igen... dvs när du åtgärdat problemet. Det är inte säkert att det blir bättre att hoppa samma hinder flera gånger efter varandra tills det blir bra. Risken är bara att du och hästen blir trötta och får en mängd språng som inte känns bra. Har man hoppat exempelvis 4 ggr på räcket hoppar man lite färre ggr på oxern. Känns det bra efter bara 2 ggr på varje hinder ska du nöja dig. Då har du en bra känsla när du går in på banan.
- När det sedan blir din tur är det viktigt att du sätter hästen i ett bra tempo direkt. Speciellt om du stått stilla en stund.
- Genomför banan
- Avsluta din häst genom att skritta av den ca 10 minuter. Sitt av och beröm dem. Ta hand om den i stallet. Sätt på täcke och släpp ut den när du är klar.

Vi ridlärare finns på plats & följer dig under kvällen både på framhoppningen & inne på banan. Lycka till och njut av kvällen! /Ridlärarna