



www.oskarshamnsrk.se

@oskarshamnsridklubb



HÄSTKUNSKAPSVECKA!

PÅ OSKARSHAMNS RIDKLUBB

Under v. 42 är det äntligen dags för hästkunskapsvecka! Kanske är du sugen på att bli skötare? Då är det Hästskötarkurs steg 1 du ska gå!

Under hästkunskapsveckan så kommer du som elev ha möjlighet att utöka dina teoretiska kunskaper genom att gå på olika föreläsningar, kurser och avsuttna lektioner. Det är inga ordinarie lektioner denna vecka. Du väljer själv vilka och hur många pass du vill gå på. Anmälan till passen sker via www.Timecenter.se, kom ihåg att skriva namnet på deltagaren om förälder anmäler. Minst tre anmälda för att aktiviteten ska bli av. **Terminselever har redan i sin avgift betalat för passen denna vecka.** Även anhöriga till minderårig elev som vill gå på pass under denna vecka ingår också.

Är du medlem men inte terminselev är priset 100kr/pass för senior och 50kr/pass för junior. Om du har frågor kontakta oss på info@oskarshamnsrk.se



MÅNDAG

Hästkötarkurs steg 1 (måndag-torsdag)

16.30-ca.18.00

Denna utbildning krävs för att bli skötare!

På Hästkötarkursen är alla från 7 år och uppåt välkomna som vill lära sig mer om grundläggande häst och stallskötsel, foder, stallregler och hästens beteende. Även vuxna är välkomna att gå kursen. Hästkötarkursen ingår i ridskolans interna utbildningssystem. Efter genomgången kurs får alla deltagare varsitt diplom. OBS! Man måste ha varit med alla fyra dagarna för att ha genomfört kursen och få ett diplom.

Även ni som har gått hästkötarkursen sedan tidigare är välkommen att gå den igen för repetition och extra träning för att kunna sköta om hästarna på bästa sätt.

18.00-ca 18.45 Skötarmöte

Elsa och Helle hälsar alla som är eller vill bli skötare, även ni som inte rider lektion, välkomna på den här träffen. Träffa resten i skötarteamet, avstämning hur det fungerar med hästarna, frågor och funderingar, snack och trevligt häng!



MÅNDAG

19.00- ca 20.00 På VM med Elsa och Alva

Vecka 42 är Elsa Karlsson och Alva Munter nyss hemkomna från sitt VM äventyr med Eva Ottosson i Frankrike. Idag berättar de för er om sin upplevelse! Hur är det att vara på ett VM? Hur ser livet som tävlingsgroom ut? Hur fungerar det att resa med flera hästar? Och sist men inte minst, hur gick det för team Eva och är de nöjda med resultatet? Kom och lyssna och lär, alla är välkomna oavsett ridgrupp!



TISDAG

16.30-ca.18.00 Hästkötarkurs steg 1

Dag två på hästkötarkursen

18.30 Föräldrarutbildning

Obligatorisk träff för alla er som har barn som börjat rida den här terminen och inte har gått på vår föräldrapaketsutbildning eller om ni av någon anledning missade något tillfälle på er föräldrarutbildning.

19.00 Stallsnack med fika

Vi vill ikväll hälsa ALLA våra elever välkomna på stallsnack! Tanken är att vi ska träffas och ha en mysig stund tillsammans samtidigt som vi pratar om hur vi vill ha det i vårt stall här på ORK och hur vi tycker att det är idag. Hur skapar vi till exempel en trygg och utvecklande miljö där alla kan få vara sig själva? Vi bjuder alla på fika och hoppas på god uppslutning i alla åldrar.



ONSDAG

16.30-ca.18.00 Hästskötarkurs steg 1

Dag tre på hästskötarkursen

19.00 Sitsdemo med Remont

Tillsammans med Renée Knutsson som driver Remont tittar vi idag på vikten av en god sits. Hur inverkar sitsen på hästen? Vi tittar på snedheter och obalanser samt går igenom hur man kan jobba med dessa både avsuttet och uppsuttet. Rene jobbar utifrån och är certifierad RiB tränare (Rider in balance). Detta pass är lämpligt för alla våra elever från ca 12 år och uppåt och andra ryttare eller personer utifrån är välkomna att anmäla sig i mån av plats.



TORSDAG

16.30-ca.18.00 Hästskötarkurs steg 1

Dag fyra på hästskötarkursen och avslutning.

19.00 Mental träning med Hanna Anderstedt

Idag ska Hanna som är Leg. Psykoterapeut dela med sig av olika verktyg som vi ryttare har användning för när vi hanterar till exempel nervositet eller tappat fokus i vår ridning. Kom och lär dig tips och trix för att få till ett bättre samspel med hästen! Passar alla från 10 år och uppåt.

FREDAG

17.00-ca 18.30 Fredagsklubb

En träff för alla barn upp till och med 13 år. Vi träffas och kör lite fredagsmys med hästrelaterat pyssel, lekar och stallhäng. Kom och träffa kompisar och ha roligt tillsammans på ORK!