

Märkesuppskrivning

Måndag 20/3 kl. 17.00

Instruktör: Åsa

Vi startar igång teoriveckan med en uppskrivning för ryttarmärkena.



Anmäl dig i pärmen utanför kontoret, glöm inte skriva med vilket märke du vill skriva upp för.

Markarbetesclinic

Måndag 20/3 kl. 18.30

Instruktörer: Victoria och Åsa

Victoria och Åsa visar upp en stor och långsam häst kontra en liten och snabb häst i olika typer av bomövningar.

Fokus kommer att ligga på takt och tempo.

Viken häst kan ta sig an banan på kortast tid?

Anmäl dig i pärmen utanför kontoret.

Käpphästhoppning

Tisdag 21/3 kl. 17.30

Instruktör: Victoria



Vad ska man tänka på vid framridningen?

Hur går man en bana på bästa sätt?

Vi går igenom viktiga saker att tänka på under en tävlingsdag för att sedan hoppa en bana.

Anmäl i pärmen efter vilken höjd du vill hoppa

Glöm inte att skriva ryttarens och hästens namn samt telefonnummer.

Spelkväll

Onsdag 22/3 kl. 17.30

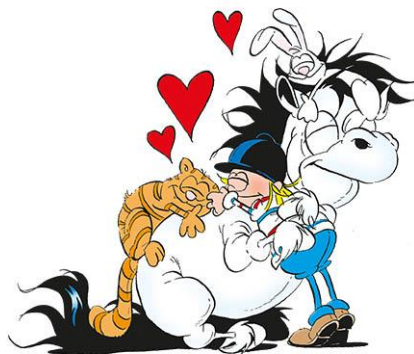
Instruktör: Åsa

Vill du lära dig hästkunskap på ett lätt och kul sätt tillsammans med andra?

Då ska du absolut vara med på våran spelkväll!

Vi delar upp oss i lag och spelar tillsammans ett roligt och utmanande hästspel.

Så ta med dig sina stallkompisar, ett glatt humör och häng på!



Anmäl dig i pärmen utanför kontoret

Löshoppning

Torsdag 23/3 kl. 18.00

Instruktör: Victoria

Den här kvällen tittar vi på hur olika hästar tar sig an hinder.

Vi pratar om varför man löshoppar och vilka för och nackdelar det har.

Vi pratar även om språngkurva och tekning. Hur rör sig hästen egentligen och varför hoppar den som den gör?

Anmäl dig i pärmen, glöm inte skriva med telefonnummer.

Dressyrclinic

Fredag 24/3 kl. 18.00

Instruktörer: Helen, Rebecka och Sofie

Tema: Hästens arbetsform

Instruktörerna rider och visar.

Hur får vi hästen att arbeta i rätt form efter hästens utbildningsnivå, fysiska och mentala förutsättningar.

Anmäl dig i pärmen utanför kontoret

Hästhälsakurs

För Hästelever

Onsdag 22/3 kl. 18.30

Instruktör: Helen

Hur förbereder vi hästen inför ett lyckat ridpass?

Vad säger hästen till oss, hur känns den mentalt och fysiskt? Hur känns hästens muskulatur?

- Vi gör praktiska övningar med hästarna och lär oss känna och se. Vi provar även på lättare massagegrepp som hjälper hästen.

Ett extra plus är att om du hjälper hästen, hjälper du även dig själv!

Anmälan i pärmen utanför kontoret

Nulägesanalys för ryttare

För Hästelever

Torsdag 23/3 kl. 18.30

Instruktör: Helen

Vi gör en ryttarprofil

- Hur uppfattar du dig själv som ryttare, vet du vad du behöver för att komma vidare i din utveckling?
Resultatet blir ett underlag för din planering framåt och kan användas vid egensamtal med din instruktör.

Anmälan i pärmen utanför kontoret

Föräldrautbildning med Rebecka

Torsdag 23/3 kl. 17.00

Instruktör: Rebecka

Under teoriveckan kommer vi att erbjuda alla föräldrar en kurs i hästhantering och iordningställande av hästen inför lektion.

Vi kommer att gå igenom:

- Borstning
- Sadla & tränsa
- Enklare hästhantering

Känner du att du behöver lära dig mer eller bara träna lite extra så är du varmt välkommen att delta.

Anmäl dig i pärmen utanför kontoret