



LEKTIONSIVÅ

Fritidsridning – 30 alt 45 minuters ridning.

Ridning i mindre grupp och i lugnare takt utifrån elevens förutsättningar och egna behov. Elevens balans och utveckling ska gynnas och man utvecklas tillsammans i grupp. Övningar så som koner, bommar och balans kommer vara i fokus.

Mullegrupp lördagar - 30 min ridning och 30 min teori, från 6 år och uppåt.

Inga förkunskaper krävs.

Ridning i skritt och trav, inledningsvis med hjälp av föräldern som kan leda hästen.

Praktisk och teoretisk stallteori med fokus på säkerhet.

Mål: Lära sig göra i ordning häst och känna sig trygg i stallmiljön. Styra och bemästra hästen själv i skritt och trav. Kunna de vanligaste ridvägarna. Kunna styra hästen över bommar. Kunna självständigt göra i ordning sin häst.

Grupp om max 8 elever.

Nivå 1 (N1) fortsättning – 45 min ridning. (LD)

Rider självständigt ridbanans vägar i skritt och trav och påbörjar träning av galoppfattning. Träning av ryttarens balans och ridhjälpernas inverkan. Travhoppning av enstaka hinder.

Mål: Är säker på galoppfattning och kan rida hästen i alla gångarter tillsammans med övriga i gruppen.

Grupp om max 8 elever.

Nivå 2 (N2) fortsättning – 45 min ridning. (LC)

Rider självständigt ridbanans vägar i skritt och trav. Galopperar tillsammans med övriga i gruppen och på böjt spår. Provar på lättare skolor (framdelsvändning). Hoppning galopp enstaka hinder. Kan mötas på ridbanan.

Mål: Är säker på att rida hästen i samtliga gångarter och har en ändamålsenlig sits. Ger korrekta grundläggande hjälper.

Grupp om max 8 elever.

Nivå 3 (N3) fortsättning - 45 min ridning. (LB)

Rider självständigt hästen väl i samtliga gångarter. Rider enklare sidförande dressyrörelser. Ställer och böjer hästen med högre precision. Hoppar en enklare bana och bemästrar det väl, i hästens alla gångarter.

Mål: Är säker på att rida hästen i god balans och ökad kvalitet på hästens form.

Grupp om max 8 elever.

Nivå 4 (N4) fortsättning - 45 min ridning. (LA)

Rider hästen i god balans i skritt, trav och galopp. Rider dressyrörelser och så som bakdelvändning och förvänd galopp.

Mål: Rider hästen i korrekt form.

Grupper om max 8 elever (specialgrupp max 6 ekipage och 45 min – ca 1 h).

Hoppning måndag / 45 min - ca 60 min beroende på antal i grupp och träningsmoment.

Rider på nivå 1–2.

Fokus: Träning med bomövningar, enstaka hinder men också banor. Mål: Hantera hästen i trav både före, över och efter hinder. Mål: Hoppa ett eller flera hinder i galopp.

Grupper om max 6 elever

Hoppning fredag / 45 – ca 60 min beroende på antal i grupp och träningsmoment.

Rider på nivå 3–4.

Fokus: Hantera hästen i större sammanhang och fokus läggs här på banhoppning och avståndsbedömning.

Mål: Träning inför tävling.

Grupper om max 6 elever.

Vid de olika lektionstyperna ovan gäller följande:

- Lätt förberedande hoppning/bomövningar ingår ca var fjärde gång (ej specialgrupp/dressyr).
- Varje termin innehåller minst två teoretiska tillfällen (med eller utan häst).
- När det gäller fritidsridning, mullegrupper och nivå 1 ska förälder/medföljande vuxen, vara kvar på anläggning under ridningen för att kunna vara behjälplig vid behov.

Föräldrautbildning erbjuds under terminen