



## HÄSTKUNSKAPSVECKA v. 42

Under Hästkunskapsveckan så kommer du som elev att ha möjlighet att utöka dina teoretiska kunskaper genom att gå på olika föreläsningar, kurser och avslutna lektioner. Det är inga ordinarie lektioner denna vecka. Du väljer själv vilka och hur många pass du vill gå på. Anmälan till passen sker på lista i stallet eller på mejl [info@oskarshamnsrk.se](mailto:info@oskarshamnsrk.se). Terminselever på ridskolan har redan i sin avgift betalat för passen denna vecka. Är du medlem men ej ridskoleelev är priset 100kr/pass för senior och 50kr/pass för junior. Om du har frågor kontakta Madeleine Dunsäter, [madeleine.dunsater@oskarshamnsrk.se](mailto:madeleine.dunsater@oskarshamnsrk.se) 070-32 118 32.

### Söndag v. 41 OBSERVERA!

#### 13.00 -15.00 Barnmärken och Ryttarmärken Madeleine Dunsäter/Matilda Arneving

Plugga inför märkestagning. Både vuxna och barn är välkomna som vill ta märken eller håller på och ta märken i er ridgrupp. Här får ni veta upplägg kring de olika barn- och ryttarmärkena och ni kan även få hjälp med att lära in teoridelen. Vi kommer senare under terminen att anordna ett tillfälle där man kan ta märket. Även om du inte vill ta något märke så är du välkommen att lära dig mer om vår vän hästen.

#### 15.15 -16.00 Uppsittningskurs Madeleine Dunsäter

Riktat sig till ryttare på alla nivåer, föräldrar, teoriledare, stallvärdar och stallkompisar. En demonstration på hur man för hästen till och från ridbanan, hur uppsittning och avsittning sker på ett korrekt och säkert sätt och hur man ändrar stiglåder. Bra att veta för ALLA!

### Måndag

#### 8.30-9.30 Clinic Madeleine Dunsäter

För att komma vidare i sin ridning så krävs det att grunderna sitter. Madeleine rider och visar vad som är viktigt att tänka på för att hitta den bästa kommunikationen med sin häst. Ingen föranmälan.

#### 17.00-ca18.30 Hästskötarkurs steg 1 Denna utbildning krävs för att bli hästskötare!

På hästskötarkursen är alla från 7 år och uppåt välkomna som vill lära sig mer om grundläggande häst och stallskötsel, foder, stallregler och hästens beteende.

#### 17.00- ca 19.00 Hästskötarkurs steg 2

På hästskötarkurs steg 2 är alla välkomna som har genomfört steg 1 tidigare. Kurs 2 är en fortsättning där vi pratar mer om skötsel, visitering, säkerhet, hästens beteende, horsemanship, foder, hästens delar, sadla och tränsa samt hur man är en bra kompis

#### 17.00-ca19.00 Hästskötarkurs steg 3

På hästskötarkurs steg 3 är alla välkomna som är över 10 år och har gått Hästskötarkurs steg 1 & 2. I kurs 3 ingår frisering, stallmiljö, säkerhet, mer om hästens beteende även hästens sjukdomar, longering, ledarskap m.m.

Hästskötarkurserna ingår i ridskolans interna utbildningssystem. Efter genomgången kurs får alla deltagare varsitt diplom. *OBS! Man måste gå alla fyra dagarna för att ha genomfört kursen och få diplom.* Självklart är även vuxna välkomna att vara med.

**17.00 -19.00 Lärhjäl**p med Ungdomssektionen. Alla som vill är välkomna att plugga tillsammans. Ingen föranmälan. Du kan få hjälp med dina läxor eller så passar du på att läsa på och lära dig mer om hästar och ridning. ALLA ÄLDRAR!



### **19.00 -20.30 CIRKELTRÄNING MED MATILDA ARNEVING**

Ryttare är idrottare! Kom och träna efter din egen förmåga. Styrka, balans, rörlighet och kondition.

#### **Tisdag**

**17.00 -18.30 Hästkötarkurs steg 1**

**17.00 -18.45 Hästkötarkurs steg 2**

**17.00 -18.45 Hästkötarkurs steg 3**

**19.00 -21.00 Foderföreläsning med Anna från Hippolyt.** En viktig föreläsning om våra hästarnas matsmältningssystem och olika fodersorter.

#### **Onsdag**

**17.00- 18.30 Hästkötarkurs steg 1**

**17.00 -19.00 Hästkötarkurs steg 2**

**17.00- 19.00 Hästkötarkurs steg 3**

### **19.15 -21.00 Vuxenteori/föräldrateori Matilda Arneving/Anette Johansson**

Detta pass riktar sig mot vuxna elever och föräldrar/anhöriga till elever i verksamheten.

Innehåll: Välkommen till ridskolan – så här fungerar det på ORK, sadla och tränsa, hästens beteende, säkerhet i stallet, så leder du en häst, försäkringar mm.

#### **Torsdag**

**17.00- 18.30 Hästkötarkurs steg 1**

**17.00 -19.00 Hästkötarkurs steg 2**

**17.00 -19.00 Hästkötarkurs steg 3**

**17.00-19.00 Läxhjälp** med Ungdomssektionen. Alla som vill är välkomna att plugga tillsammans. Ingen föranmälan. Du kan få hjälp med dina läxor eller så passar du på att läsa på och lära dig mer om hästar och ridning. **ALLA ÅLDRAR!**

#### **Lördag**

**10.00 -11.30 Enkel hästkunskap och lekar för alla barn och ungdomar och vuxna.**

### **15.00- 17.00 Hoppclinic med Katarina Torstensson.**

Här får du lära dig sits och position, eftergift, och följsamhet, inverkan, vägval och hur du gör för att rida jämnt och rytmiskt.

**Pizzakväll med Ungdomssektionen** se separat inbjudan på anslagstavlan.

#### **Söndag**

**Working Equitation.** Mia Säwe kommer till oss och håller clinic och träningar. Se separat inbjudan på anslagstavlan.

VÄLKOMNA!