



Sportlovskurser



Passa på att träna extra på lovet!

Under vecka 9 erbjuder vi två kortkurser med olika teman för dig som vill utveckla din ridning. Varje kurs innehåller teori, ett pass dressyr och ett pass hoppning. Vi startar med teori kl 10.00 och rider sedan 1 h 15 min per grupp. Antal grupper beror på antalet anmälda, max 6 ekipage/grupp. Kurserna är öppna för alla (även elever utifrån), lägst nivå 4.

Instruktör: Cajsa Fornander

Kurs 1: tis 1/3 och ons 2/3

Under denna kurs ligger fokus på **sits och balans**, både i dressyren och i hoppningen. Hur hittar jag rätt sits för att kunna rida min häst på bästa sätt? Vi tränar balans, sitsövningar och hoppar olika serier.

Kurs 2: tor 3/3 och fre 4/3

Inriktningen på denna kurs är **inverkan**. Hur kan jag arbeta min häst för att få den i rätt form och balans? Hur ska jag rida min häst mellan hindren för att hjälpa den att hoppa felfritt? Vi jobbar med tempoväxlingar, lösgörande arbete och hoppar hinder i följd.

Kostnad 500 kr/kurs, betalas kontant eller via Swish vid kursstart. Frågor till Cajsa (073-2018899)

Anmälan via mail till stallet@roogard.nu

Gillar du inte att hoppa? Då är du välkommen att bara rida ett eller båda dressyrpassen, kostnad 250 kr/ pass.