

Ridgruppindelning hos Söderköpings Ryttarsällskap



Prova på

- Perfekt för dig som är ny
- Bokar, betalar och rider per gång
- Både för dig som är barn/vuxen
- Ridning med ”ledare”

Nybörjare

- Öva på att borsta, sadla och tränsa hästen
- Sits och balans i skritt och trav samt över bommar
- Lättridning och nedsittning i trav
- Tränar på lodrät sits och lätt sits
- Ridning utan stigbyglar
- Enklare ridvägar i skritt och trav: Fyrkantsspåret, Medellinjen, Vänd snett igenom
- Rider på led med ”tätryttare” och tränar på att hålla avstånd
- Ett avsuttet tillfälle per termin för märkestagning

Märke 1

- Öva på att borsta, sadla och tränsa hästen
- Tränar på att sitta upp själv
- Tränar på att rida utan ledare
- Trava utan stigbyglar
- Börja med galopp
- Enklare ridvägar i skritt och trav: Vänd rätt över ridbanan, Hörnlinjen
- Inverkan på hästen genom noggranna ridvägar, framåtdrivning och förhållning
- Bommar i skritt o trav
- Rider på led med ”tätryttare”
- Ett avsuttet tillfälle per termin för märkestagning.

Märke 2

- Öva på att själv borsta, sadla och tränsa hästen.
- Sitta upp själv och träna på att ändra stigläder själv
- Fortsätta med inverkan på hästen genom noggranna ridvägar, framåtdrivning och förhållning.
- Tränar på att ha hästen rätt ställd i hörnen, innerskänkeln betydelse

- Övar galopp i grupp
- Ridvägar: Volt, Volt tillbaka, Byt om volt
- Travhoppning och enstaka hinder i galopp
- Tränar att rida utan tätryttare

Märke 3

- Borsta, sadla och tränsa hästen själv
- Sitta upp utan hjälp och ändra stigläder på korrekt sätt till passande längd
- Nu ingår alltid ett spö i din ridustrustning
- Öva på att sitta på rätt sittben
- Tränar att galoppera utan stigbyglar
- Ridning på raka och böjda spår med hästen rätt ställd
- Fortsätta med inverkansridning - kontroll på hästen
- Ryttarens olika skänkeltryck och tygeltag
- Börja med sidförande inverkan
- Tränar på att rida volter i galopp
- Tränar på att rida ut i skritt och trav
- Hästens gångarter, höger/vänster galopp
- Dressyr: Rider delar ur dressyrprogram
- Hoppning: Balans, rytm och följsamhet. Hinder i följd. Olika hindertyper.

Märke 4

- Nu gör eleven iordning hästen själv inför sin ridlektion
- Sits och balans
- Ryttarens olika hjälper: Veta hur hjälperna tas och varför, både teoretiskt och praktiskt
- Arbetar för att inverka till att hästen bär sig i ändamålsenlig form och balans, teoretiskt och praktiskt
- Sidförande inverkan, skänkelvikning, framdelsvändning, motställda hästar och förvänd galopp introduceras
- Rakriktning, innebörd samt försöka känna och korrigera hästens snedhet.
- Hoppning: Inverkan på hästens galoppsprång, rida olika serier på raka och böjda spår. Banhoppning.
- Uteritt i alla gångarter
- Med målsmans hjälp och godkännande finns nu möjlighet att ”hyra häst” samt deltaga på extra aktiviteter såsom banhoppningsträningar, dressyrträningar, Pay & Ride/Jump, kick off m.m.

Märke 5

- Rida olika typer av hästar i form och balans
- Förståelse för innebörden av, samt behärska tekniken för rakriktning

- Tränar på att individuellt rida en väl planerad framridning anpassad för sin häst
- Dressyrprogramsträning
- Dressyr: Öppna, sluta, halvhalt, bakdelsvändning och enkla byten
- Hoppning: Hopphästens gymnastiska arbete och form. Säsongsanpassad hoppning. Olika hindertyper.
- Terränghoppning



Vid tillräckligt stort intresse finns möjlighet att avlägga prov för att ta Märke 1-Märke 5 vid extra aktiviteter. Kontakta kansliet vid intresse.

Ungdom/Vuxen

- Här rider/tränar vi oavsett ålder och mål
- Rider varierat dressyr, markarbete och hoppning

Ponnyspecial/Special

- Rider varannan gång hopp/dressyr
- Träning mot tävling
- Eleven tar mer eget ansvar vid uppvärmning/avskrittning
- Eleven utbildar sig vidare via grönt kort, kick-off, banhopp, programridning m.m.

Dressyrspecial

- Färre elever, mer effektiv ridtid
- Värmer upp och skrittav av själv
- Träning mot tävling

Hoppspecial

- I första hand för dig med egen ponny/häst
- Färre elever
- Medhjälpare som agerar hinderpersonal
- Träning mot tävling

Tävlingsgrupp

- Färre elever, mer effektiv ridtid
- Ingår avsuttna aktiviteter efter önskemål som t.ex. lastträning, tömkörning, besöka tävling m.m.

- Eleven har möjlighet att få hjälp av instruktör på tävlingsplats
- Träning mot tävling

Igenridning

- Ej instruktörsledd
- Max 8 elever per tillfälle
- För dig från M4 och uppåt som avbokat ordinarie ridlektion enligt igenridningsregler
- Bokas per tillfälle via kansliet senast kl. 15 dagen innan
- Kom gärna tidigt och hjälp till med stalltjänsten i samband med din ridning för att lära dig mer om hästhantering/hästkötsel

Stallvärdsridning

- Ej instruktörsledd
- För dig som är stallvärd ett stallvärdspass i veckan
- Bokas per tillfälle via kansliet senast kl. 15 dagen innan.
- Stående stallvärdsbokning fungerar också men ska vara överenskommet med personalen. Kan man inte komma på sin stående plats vid något tillfälle gäller det att man avbokar sitt ridtillfälle i tid. Vid 2 missade avbokningar blir man av med sin stående stallvärdsridning och man får därefter boka sin stallvärdsridning per tillfälle.
- Kan även rida med på ordinarie ridlektion vid mån av plats

Uppstallad

- Möjlighet att rida med på ordinarie ridlektioner i mån av plats