

TEORIDAGAR VT 2025



Under **VÅRTERMINEN** kommer vi att fortsätta med speciella teoridagar för terminens andra teoritillfälle, för alla som rider på E och F-nivå, samt inriktningsgrupper i hoppning/dressyr/WE.

Vi erbjuder teoridagar med olika teman där du själv kan välja att delta på de lektioner du vill gå på. Du anmäler dig till de teoridagar du vill delta på via Hippocrates. Detta betyder att det inte är teorilektion på din ordinarie lektionstid. Det finns dock alltid ett teoritillfälle på den dag som du rider på. Passa gärna på att delta på flera pass om du har möjlighet!

Utöver dessa teoridagar har alla E och F-grupper samt inriktningsgrupper ytterligare ett teoripass tillsammans med sin ordinarie ridgrupp samt teorivecka. Övriga grupper i nivå A-D har teori tillsammans med sin ridgrupp enligt schema i Hippocrates samt teorivecka.

Teoridagar för teoritillfälle 2 Våren 2025

Måndag 17 Mars 19:00 – Clinic i Hästhantering

- Lär dig grundläggande metoder för att skapa en trygg relation med hästen. Fokus kommer att vara på säkerhet, kommunikation och att bygga förtroende mellan häst och ryttare från marken.

Torsdag 8 Maj 18:00 – Hinderbana med häst

- Öva på att hantera hästen i olika situationer från marken, genom att ta dig igenom en bana med varierande hinder. Utmana dina förmågor att kontrollera och samarbeta med hästen. Ta med hjälm och stallskor (rekommendation att använda handskar, inget krav).

Fredag 16 Maj 17:30 – Foderlära

- Vi går igenom och lär ut om hästens näringsbehov och hur rätt foder påverkar både hälsa och prestation. Lär dig mer om viktiga näringsämnen och hur de hjälper till med hästens energi, muskeluppbyggnad och återhämtning.

Söndag 18 Maj 18:30 – Dressyrörelser

- Ridlärarna går igenom de teoretiska grunderna för klassiska dressyrörelser. Vi diskuterar rörelsernas syfte och vilka hjälper som används för respektive rörelse.

Tisdag 20 Maj 18:00 - Tömkörningsclinic

- Ridlärarna går igenom och visar hur tömkörning går till och förklarar hur man arbetar med hästen från marken. Tömkörning är ett bra komplement till ridning för både rehabilitering, uppbyggnad och träning av hästen från marken.

Onsdag 11 Juni 18:30 – Dressyrclicin

- Våra ridlärare visar dressyrens teknik med fokus på hållbarhet. Lär dig hur rätt träning och uppbyggnad förbättrar hästarnas välmående och prestation.

Anmälan till varje teoridag sker i Hippocrates

Välkomna till en vår fylld av fördjupad teori inom hästkunskap och ridning!