

Teorivecka 20-26 Mars 2026



FREDAG 20 MARS

15:30 – Lär dig leda en häst

Vi går igenom hur man leder en häst på ett säkert sätt. Vad man ska tänka på, hur man ska vara klädd och vad hästen ska ha för utrustning. Vi tränar en kortare sväng i stall och ridhus.

Öppet för: Nivå A-B

16:30 – Hästhanteringsbana för barn och ungdomar samt nivå B vuxen

Vi övar på att leda hästen genom en bana med enklare hinder, för att få den att lita på dig från marken. Du får träna på att läsa av hur hästen reagerar i olika situationer.

Öppet för: Nivå C-E (B vuxen)

18:30 – Hästhanteringsbana för äldre ungdom/vuxen

Vi övar på att leda hästen genom en bana med olika hinder, för att få den att lita på dig från marken. Du får träna på att läsa av hur hästen reagerar i olika situationer.

Öppet för: Nivå D-F (C vuxen)

SÖNDAG 22 MARS

15:00 – Rykttävling

Välkomna på rykttävling!

Här får alla chansen att rykta och fläta varsin häst och göra den extra fin.

En domare bedömer sedan hästarna och utser en vinnare som får ett fint pris.

Öppet för: Nivå A-C/D

15:00 – Föräldrautbildning

Vad behöver du som förälder tänka på när ditt barn rider på ridskolan? Vilket stöd kan du ge och hur bör du bete dig på läktaren? Denna utbildning ger dig vägledning och tips för att vara en bra stödfunktion för ditt barn under ridlektionen.

Öppet för: Föräldrar eller andra medföljare till elever som rider på ridskolan

16:30 – Träna på olika moment i hästhantering/ iordningställande av häst inför lektion

Här kan du få träna på alla olika moment du stöter på i hästhantering. Alltifrån hur du ska rykta, hur du sadlar, tränar och sätter på benskydd till hur du knoppar. I samband med anmälan anger du vad du vill träna på.

Alla nivåer välkomna! Även föräldrar.

17:30 – Sårvård

Vi går igenom olika typer av sår som hästarna kan få, hur dem ser ut och hur man behandlar dem. Vi visar även hur man lägger ett bandage om hästen är skadad och ni som vill får möjlighet att prova på.

Öppet för: Nivå D-F (B vux)

17:30 – Hur ser man om hästen är halt? Med veterinär Åsa Frykman

Ett exklusivt pass för dig som är hästskötare och stallvärd på Smedstad. Ridskolans veterinär Åsa Frykman går igenom hur en häst rör sig normalt, hur man ser om den är halt och på vilket ben den är halt. Åsa kommer även gå igenom vad man ska göra när en häst blir halt.

Öppet för: Smedstads Hästskötare och stallvärdar

19:00 – Friskvård för hästar - Med veterinär Åsa Frykman

Vad kan vi göra för att hålla våra hästar så friska som möjligt och vad är det som gör att hästar ibland blir halta? Åsa går igenom vad du kan göra om en häst blivit skadad och hur du tar hand om den på bästa sätt efter en skada.

Alla nivåer välkomna!

MÅNDAG 23 MARS

17:00 - Pyssel med hästens färger och kroppsdelar

Välkomna på ett roligt och lärorikt pass där vi tillsammans ritar, pysslar och lär oss om hästens olika färger och kroppsdelar.

Öppet för: från nivå Hästlekis

16:30 – Poängtävling

Välkomna på en skojig poängtävling i hästkunskap. Vid ankomst delas ni in i lag och tävlar i en poängtävling där laget tillsammans ska utföra olika hästrelaterade uppgifter.

Öppet för: Nivå D-E

17:30 – Teoripass för stallvärdar

Ett exklusivt pass för alla stallvärdar på Smedstad. Här går vi igenom hur du som stallvärd kan hjälpa elever med rätt information om våra hästar och hur du förmedlar det på bästa sätt. Vi kommer även visa hur vi tänker hanteringsmässigt i olika situationer som kan uppstå. Fika ingår!

Öppet för: Smedstads stallvärdar

17:30 – Ridsportens Code of Conduct

Vad innebär ridsportens Code of Conduct? Vad ska jag tänka på om jag vill tävla? Vi går

igenom, förklarar och diskuterar frågor kring hälsa och välfärd för våra hästar kopplat till träning och tävling.

Öppet för: Nivå E-F

19:00 – Hoppclinic

Här får du lära dig mer om hur du som ryttare kan bli mer följsam när hästen hoppar och hur vi rider an på ett hinder på bästa sätt. Ridlärare Lina Johansson leder clinicen i stora ridhuset.

Öppet för alla nivåer

TISDAG 24 MARS

15:30 – Stallhäng med målning av hästskor

Vi träffas och umgås, pratar häst och målar hästskor som du sedan får ta med dig hem.

Öppet för: Alla barn och ungdomar

16:30 – Käpphästtävling

Välkommen på inomhusfälttävlan med käpphäst! Vi går igenom hur en fälttävlanstävling går till och rider sedan en bana med käpphäst. Ta med egen käpphäst eller låna på plats.

Öppet för alla nivåer

17:30 - Uppskrivning för Ryttarmärke 1-5

Känner du dig redo för att göra teoriprovet för något av ryttarmärke 1-5? Märke 1 och 2 görs muntligt/ praktiskt i stallet och märke 3-5 görs skriftligt om inte annat överenskommit i förväg.

Prata med din ridlärare om vilken nivå som passar dig om du är osäker. Läs mer om Svenska Ridsportförbundets märken här:

<https://ridsport.se/download/18.235a108318d54d988e94ff68/1706779066505/Ryttarmarken-utbildningsplan%20uppslag%202023.pdf>

Under påsklovet kommer det finnas möjlighet att göra ridproven för respektive märke vid en märkestagningsdag.

Öppet för alla nivåer

19:00 – Stressreglering med Yoga-Petra

Gå "från work mood" till "horse mood". På detta pass får du teoretiska kunskaper och praktiska övningar i syfte att släppa vardagens stress INNAN du går in i stallet. Övningar som du sedan kan göra själv innan du går in i stallet, samt reflektera över hur olika hästar bemöter dig om du kommer till stallet stressad eller lugn. Passet leds av yogainstruktör Petra Karlsson.

Alla nivåer välkomna!

ONSDAG 25 MARS

16:00 – Hästens foder

Vad äter hästar, hur mycket och hur ser deras foder ut? Hur många gånger och hur lång tid behöver hästar äta varje dag för att må bra? På detta praktiska och teoretiska pass lär vi ut om hästens foder på ett enkelt sätt.

Öppet för: Nivå A-C/D

17:00 Visitation av häst

Vad menas med daglig visitation och hur går det till? Hur ser jag att hästen mår bra och vad ska jag titta på för att veta om något är onormalt? På detta pass går vi igenom och övar på visitation tillsammans med stallchef Malin Hansson.

Öppet för: Nivå D-F

18:30 Ridlärarkampen

Favorit i repris! Se de tävlingsinriktade ridlärarna rida och tävla i ridsportens olika grenar – en spännande och inspirerande uppvisning i stora ridhuset som bjuder på många skratt 😊

Öppet för alla

TORSDAG 26 MARS

15:30 – Hästhantering och hästkunskap för ridskolans pararyttare

Vi övar på och pratar om hur vi hanterar olika hästar, hästkunskap och hästvälfärd. Vi avslutar med fika.

Öppet för: Ridskolans paraelever

15:30 – Hur ”pratar” hästar med varandra?

på detta pass går vi igenom hur hästar ”pratar” med varandra och med oss med sitt kroppsspråk och försöker förstå vad de menar.

Öppet för: nivå A-C

16:30 – Ta hänsyn till hästens känsloläge

Hur ser vi hästens sinnesstämning och hur kan vi påverka hästens stressnivå? Vi lär oss tolka hästens små signaler och hur vi med vår sinnesstämning och kroppsspråk påverkar hästen.

Öppet för: nivå D-E (vuxen från nivå B)

17:30 – Hur påverkar vi hästarna när vi rider?

på detta pass pratar vi om hur vi som ryttare med vår sits men även vår inställning påverkar hästen vid ridning. Vad kan man som ryttare jobba med och tänka på för att bli en så bra ryttare som

möjligt för hästen?

Öppet för: Nivå E/F (D vux)

19:00 – Ridlärare rider hästar

Kom och se ridlärarna Gith, Lina och Ronja rida några olika ridskolehästar och förklara hur de tänker med de olika hästarna utifrån temperament, exteriör, styrkor och svagheter. Ni som deltar har möjlighet att i förväg önska vilka hästar ni vill att ridlärarna ska rida. Skriv en kommentar i Hippocrates om vilken/ vilka hästar du vill se ridna!

Alla nivåer välkommen!

