



UTBILDNINGSPLAN

Ridlekis

Förkunskaper: Du behöver inte ha provat på ridning innan men du måste ha en hästvan förälder eller ledare med dig. Gruppen består av barn mellan 4 och 6 år.

Lektionerna: 30 min ridning och 15 min teori.

Praktik	Teori
Upp- och avsittning	Stallvett och säkerhet
Den lodräta sitsens grunder	Gå in till hästen
Balansövningar	Borsta
Start och stopp	Några av hästens färger
Skritt och trav	Lätt om foder
Styrövningar	Så bor hästen
De enklaste ridvägarna	Ridvägar
Bommar i skritt och trav	Lätt om ryttarens sits
Säkerhet på ridbanan	

Mål: Lära känna hästen. Få bra balans och grundlägga en god sits. Känna sig säker till häst. Ha kul i stallet. Ta vita och gula hästen

Nybörjargrupp

Förkunskaper: Du behöver inga förkunskaper. Hästvan förälder/ledare är ett stort plus. Eleverna är från 6 år.

Lektionerna: 45 min ridning och 30 min teori. Ridningen sker med ledare

Praktik	Teori
Leda hästen	Häst- och stallvett
Upp- och avsittning	Gå in till hästen
Den lodräta sitsens grunder	Hästens kroppsspråk
Balansövningar	Borsta, rykta, kratsa hovar
Start och stopp	Sätta på gramma
Trav, lära lättridning	Sadelns och tränsets delar
Prova galopp	Sadla och tränsa
Styrövningar	Hästens dagliga skötsel och foder
De enklaste ridvägarna	Hästens delar, färger och tecken
Den lätta sitsens grunder	Ridvägar
Trava cavaletti	Ryttarens sits
Hoppa litet kryss	Så bor hästen
Skritta ut med ledare	
Säkerhet på ridbanan	

Mål: Ha kul i stallet. Lära sig umgås med och förstå hästen. Få bra balans och grundlägga en god sits. Känna sig säkert till häst. Ta alla barnmärken

Övriga aktiviteter: Minihoppning upp till 30 cm, läger och U-seks aktiviteter.

Märke 1-grupp

Förkunskaper: Du ska kunna rida i skritt och trav. I de flesta fall utan ledare. Du ska också ha provat att galoppera. Kunna grunderna i att sadla och tränsa.

Lektionerna: 45 min ridning och 30 min teori. Vuxna rider 60 min och två lektioner per termin är teoretiska.

Praktik	Teori
Kunna sitta upp och av själv	Fördjupa teori från tidigare nivåer
Rida utan stigbyglar i skritt och trav	Visitation
Stadga i lodrät- och lätt sits	Hovens delar
Rätt nedsittningsben i lätttridningen	Ryttarens sits och inverkan
Övergångar halt-skritt-trav	Om uteritt
Galoppfattningar	Persedelvård
Lära fler ridvägar	
Hoppa två hinder i följd	
Skritt och trav ute med ledare	
Programridning märke 1	
Kunna hantera förstärkande hjälper	
Säkerhet på ridbanan	

Mål: Kunna/våga rida många olika hästar. Kunna rida helt utan ledare. Befästa grunderna till en god sits. Ha kul i stallet. Ta märke 1

Övriga aktiviteter: Minihoppning, läger och U-seks aktiviteter.

Märke 2-grupp

Förkunskaper: Kunna rida i alla gångarter utan ledare samt hoppa enklare hinder i balans. Känna sig säker i stallet och med viss hjälp kunna hantera ridskolehästarna vid lektion.

Lektionerna: 60 min ridning. 30 min teori varannan gång, samt två hela teorigångar per termin.

Vuxna rider 60 min och två lektioner per termin är teoretiska.

Praktik	Teori
Justera stigläder och sadelgjord	Fördjupa teori från tidigare nivåer
Prova galopp utan stigbyglar	Ridlära i dressyr och hoppning
Galoppfattning, rätt galopp	Ryttarens sits
Ställning på böjda spår	Regler på ridbanan
Samverkan mellan tygel och skänkel	Hästen i trafiken
Övergångar på bestämd plats	Häst vid hand
Påbörja vändning på framdelen	Göra i ordning hästen till lektion
Hästens rörelseschema	Extrautrustning
Hoppa enkla serier och studs	Hästens beteende och instinkter
Hoppa liten bana	
Skritt, trav och galopp i paddocken	
Uteritt i skritt och trav	
Ridborgarmärket	
Programridning märke 2	

Mål: Börja påverka hästen aktivt med bibehållet god sits. Ökad stadga vid hoppning. Ha kul i stallet. Ta märke 2. Vilja utvecklas i sin ridning.

Övriga aktiviteter: Klubbtävlingar lägsta klassen, läger, skötare och U-seks aktiviteter.

Märke 3-grupp

Förkunskaper: Du ska kunna rida ridskolans hästar i samtliga gångarter. Du ska ha god kännedom om ryttarens hjälper samt kunna hoppa en liten bana som innehåller galopp. Du ska kunna göra i ordning hästen före och efter lektion.

Lektionerna: 60 min. Två lektioner per termin är teoretiska.

Praktik	Teori
Ökad samverkan mellan hjälporna	Fördjupa teori från tidigare nivåer
Börja rida hästen i form	Anpassning av sadel och trän
Medvetenhet om den egna sitsen	Grundregler för tävling
Ryggning och framdelsvändning	Grundläggande foderlära
Böjning	Longering
Mellangångarter	Dekorativ hästvård
Skänkelvikning	Sitsträning
Hoppa serier	
Hoppa bana med olika hindertyper	
Uteritt med galopp	
Programridning Lätt C:1	
Planera enskild ridning	

Mål: Inverka på hästen med bibehållet god sits. Kunna hoppa en bana i galopp på olika hästar. Ha kul i stallet. Ta märke 3. Vilja utvecklas i sin ridning.

Övriga aktiviteter: Klubb tävlingar, läger, trimgrupper, skötare, Värmlandsmästerskap och U-seks aktiviteter.

Märke 4-grupp

Förkunskaper: För att börja i märke 4 grupp ska du ha god kännedom om hästens form och kunna genomföra Lätt C:1 dressyr godkänt. Du ska kunna rida ridskolans hästar i dressyr och hoppning, samt kunna hoppa bana med olika hindertyper.

Lektionerna: 60 min. Två lektioner per termin är teoretiska.

Praktik	Teori
Rida hästen i rätt form	Fördjupa teori från tidigare nivåer
Aktivt förbättra den egna sitsen	Hovård och hovbeslag
Vändning på bakdelen	Sjukdomslära
Påbörja skolor	Foderlära
Förvänd galopp	Tömkörning
Ökade gångarter	Hästköp
Banhoppning	Löshoppning
Kombinationer	Sitsträning
Programridning Lätt B	
Använda sporrar med omdöme	
Terrängridning	

Mål: Vara väl medveten om sits och inverkan på olika hästar. Ta märke 4. Ha ett mål med sin ridning.

Övriga aktiviteter: Klubbävlingar, läger, trimgrupper, skötare, Värmlandsmästerskap och lokala tävlingar.

Bronsgrupp

Förkunskaper: Du ska ha god kännedom om hästens form och kunna genomföra Lätt B-dressyr godkänt. Du ska kunna rida ridskolans hästar i rätt tempo och form i såväl hoppning som dressyr.

Lektionerna: 60 min. Två lektioner per termin är teoretiska.

Praktik	Teori
Variera hästens arbetsform	Fördjupa teori från tidigare nivåer
Aktivt förbättra den egna sitsen	Hästens utbildning
Skolor	Hästens anatomi
Enkelt byte	Sitsträning
Banhoppning, upp till 90 cm på häst	
Kombinationer	
Programridning Lätt A	
Terrängridning	

Mål: Kunna rida många olika hästar med god sits och inverkan. Kunna anpassa sin ridning efter olika hästar och situationer. Ta bronsmärket. Aktivt arbeta mot ett uppsatt mål.

Övriga aktiviteter: Klubbävlingar, läger, trimgrupper, skötare, Värmlandsmästerskap och lokala tävlingar.

Tävling med lektionshäst

Klubbtävling

På klubbävling får alla klubbens medlemmar vara med. För att delta med lektionshäst krävs att du är lektionsryttare. Prata med din instruktör innan du anmäler dig de första gångerna. Detta för att du ska välja en häst och en klass som ger dig en lagom utmaning.

Värmlandsmästerskap (VM)

Värmlandsmästerskap är ett mästerskap för lektionsryttare och -hästar. Det avgörs årligen i hoppning respektive dressyr. För att bli uttagen till VM gäller att du under året har deltagit med goda resultat på klubbävlingar samt att du har visat stort engagemang för klubben. Uttagningen görs av klubbens instruktörer. För dig över 13 år krävs Grönt Kort. Du som blir uttagen står för samtliga tävlingskostnader.

Lokala tävlingar

En lokal tävling är en tävling som är öppen för alla ryttare som har licens från Svenska Ridsportförbundet. För lektionsekipage från KRK är uttagningsreglerna de samma som för Värmlandsmästerskap. Du som blir uttagen betalar 200:- för lån av häst samt står för samtliga tävlingskostnader.