

Hoppning60	
Fredag 18.20-19.20 Johanna L	
Hoppning	
Hoppgrupp	
vecka	
2	serier
3	ponnycupsbana
4	serier
5	böjt spår
6	teori i klubbhuset
7	relaterade avstånd
8	relaterade avstånd
9	relaterade avstånd i bana
10	all inclusive
11	serier
12	studs och fem och en halva
13	praktisk teori
14	serier och volt
15	Vägar lång och kort anridning
16	serier och volter
17	serier och serpentiner
18	huset
19	huset
20	serie på medellinjen
21	bana
22	hoppning på böjt spår
23	WE hoppning
24	avslutning

På väg mot första start



Målsättning: Ryttaren ska ha tillräckliga kunskaper för att ta ett helhetsansvar för hästens välbefinnande.

Det ställs högre krav på ridningen med ökad precision i hjälpgivningen och på hästens form. Ryttaren ska kunna hoppa flera hinder i följd, med såväl lång som kort anridning. Hoppning av enklare hinder ute i terrängen ingår också. Större fokus på hur ryttaren inverkar på hästen.

<https://www.ridklubbennorrtaljeryttare.se/wp-content/uploads/2022/12/ryttarmarken-folder.pdf>

T	Teori, avsuttet lektionstillfälle
WE	Working Equitation
	Hästbyte



Veckans övning

Träningsbok för elev på Vigelsjö Ridskola

Datum: _____

Veckans övning – tema och fokus: _____

Den här veckan red jag häst/ponny: _____

Ridlärare: _____

Övningar

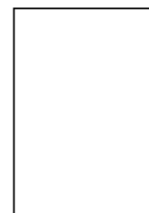
Så här gick övningarna till (I vilka gångarter red vi? Vilka mönster och ridvägar red vi? Hur gick övningarna till?) Använd gärna färgpennor när du ritar upp övningarna! Svart X = halt. Grönt = skritt, blått = trav, rött = galopp.



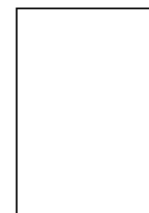
Uppvärmning
ryttare



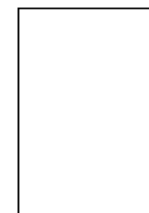
Uppvärmning
häst



Övning 1



Övning 2



Avslutning

På dagens ridlektion lärde jag mig att...

Vad tar jag med mig från dagens ridlektion till framtida ridpass?