

Hoppgrupp varannan (ojämna veckor)	
Fredag 19.25-20.25 Johanna L	
Udda veckor	
Hoppgrupp	
vecka	
2	x
3	ponnycupsbana
4	x
5	böjt spår
6	x
7	relaterade avstånd
8	x
9	relaterade avstånd i bana
10	x
11	serier
12	x
13	praktisk teori
14	x
15	vägar lång och kort avstånd
16	x
17	serier och serpentiner
18	x
19	huset
20	x
21	bana
22	x
23	Hoppning, WE avslutning
24	x

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, avsluttet lektionstillfälle
WE	Working Equitation
	Hästbyte

Inverkansprotokoll hoppning

<https://ridsport.se/download/18.3cb87ac0181add8e8cf95/1656482988275/inverkansprotokoll.pdf>



Veckans övning

Träningsbok för elev på Vigelsjö Ridskola

Datum: _____

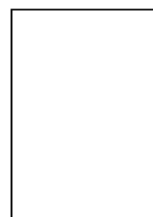
Veckans övning – tema och fokus: _____

Den här veckan red jag häst/ponny: _____

Ridlärare: _____

Övningar

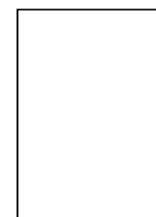
Så här gick övningarna till (I vilka gångarter red vi? Vilka mönster och ridvägar red vi? Hur gick övningarna till?) Använd gärna färgpennor när du ritar upp övningarna! Svart X = halt. Grönt = skritt, blått = trav, rött = galopp.



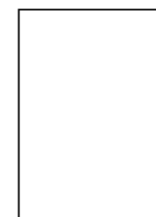
Uppvärmning
ryttare



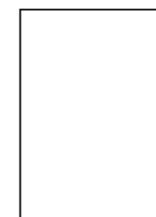
Uppvärmning
häst



Övning 1



Övning 2



Avslutning

På dagens ridlektion lärde jag mig att...

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