



Eskilstunaortens Ryttarförening Ekeby och Vilsta Ridskola

En förening och ridskola för alla, oavsett nivå, med hög kvalitet på personal, hästar och anläggning

Nivåindelning ridgrupper - Vilsta Ridskola

Nivå Ljusgrön

Lektionstid: 60 minuter, 2–3 teorilektionstillfällen per termin

Kort om ridnivå

Där tränar ryttaren på de grundläggande hjälperna så som start, stopp, och vändande hjälper. Samt hur upp- och avsittning sker på ett säkertsätt. Går igenom den lodräta och lätta sitsen. Ridbanas vägar med och utan tät. Tränar balansen på hästryggen genom lättridning och nedsittning. Enklare hoppning med fokus på bommar i lätt sits och lättare hindertyper.

I teorin får ryttaren lära sig hur hen borstar och borstarnas namn samt sadeln och tränsets delar. Hur hen sadlar, tränar och sätter på skydd och hur hästen beter sig i olika situationer. Ledarskapet och säkerheten omkring hästen.

Nivå Grön/Blå

Lektionstid: 60 minuter, 2–3 teorilektionstillfällen per termin

Kort om ridnivå

Genomgång utav sits och tygelhjälperna så som framåtdrivande, förhållande, vändande och samverkan mellan hjälperna. Fokuserar på den lodräta sitsen i enklare ridövningar och går igenom ställning och böjning. Galoppfattningar från trav och skritt. Uteritt i skritt och trav, enklare hindertyper samt hoppning i galopp.

I teorin får ryttaren fortsätta träna på att sadla, träna, skydd, hjälptyglar samt på och av med täcket. Hästens delar går igenom samt ryttarens hjälper och fler ridvägar. Enklare visitering på hästarna samt enklare sårvård.

Nivå Röd

Lektionstid: 60 minuter, 2–3 teorilektionstillfällen per termin

Kort om ridnivå

Börjar prata om hästens form samt mer ingående om ställning och böjning samt hur ryttaren arbetar med lösgjordhet hos olika hästar. Ryttaren får prova på fler avancerade övningar som kräver inverkansridning, så som skänkelvikningar, bakdelsvändningar och ryggning. Uteritt i alla gångarter och med det lär sig att läsa av hästarna i olika situationer. Fler olika typer av hindertyper samt anridningsfaktorerna hoppar enklare banor i galopp.

I teori får eleverna lära sig att anpassa hästens mundering, något mer avancerade delar på hästen samt hur de fungerar, färger och tecken. Regler för ridning på ridbanan. Den dagliga skötseln av hästen samt visitering och dom vanligaste sjukdomarna hos hästarna och hur ryttaren ska agera om något uppstår.

Nivå Svart

Lektionstid: 60 minuter, 2–3 teorilektionstillfällen per termin

Kort om ridnivå

Kunna rida samtliga hästar i en önskad form i olika rörelser samt med större precision i samtliga rörelser. Önskvärt att delta på ridskolans klubb tävlingar samt pay and jumps/pay and rides. Fler hindertyper samt avancerade banor i galopp även kombinationer. Ridning ute i terrängen på samtliga hästar.

I teorin får ryttaren lära sig vad som gäller vid ridning i trafik samt regler som gäller vid ridning i terräng. Samtliga sjukdomar som hästen kan drabbas av och hur de går att förebygga. Tävlingsförberedelser från start till mål och mer avancerat om hur den dagliga vården kring hästen fungerar.

Dressyrspecial

Gruppen är för dig som vill utvecklas i din ridning och specifikt inom dressyr. Träningen riktar sig till ungdomar och vuxna som tycker dressyr är det roligaste som finns. Mycket fokus ligger på inverkans ridning, tränar på olika dressyr rörelser och programdelar.

Dressyrprojekt

Gruppen är utformad som tävlingsförberedande träning och riktar sig till ungdomar och vuxna som vill satsa mer på dressyr. Ett första steg inom detta projekt är att rida på interna klubb tävlingar, Pay and ride och i vissa fall lokala och regionala tävlingar som anordnas på hemmaplan. Eleven har samma häst att utvecklas med under terminens gång. Dressyrprojektet har även en lektion för extern tränare per termin.

Hopp-projektet

Gruppen är utformad som tävlingsförberedande träning och riktar sig till ungdomar och vuxna som vill satsa mer på hoppning. Ett första steg inom detta projekt är att rida på interna klubb tävlingar, Pay and Jump och i vissa fall lokala och regionala tävlingar som anordnas på hemmaplan. Eleven har samma häst att utvecklas med under terminens gång.