

Utbildningsplan Jönköpings Fältrittklubb

Häst

	Teori	Dressyr	Hoppning
Nyb/Intro	Säkerhet i stallet, borstning, sadling, tränsning, upp- och avsittning, leda hästen, ryttarens sits, ridvägar.	Du lär dig att starta och stanna hästen. Ridvägar och styrvöningar i skritt och trav. Tränar på lätttridning i traven och att rida på rätt diagonal.	Du lär dig att stå i lätt sits. Skritt och travar cavaletti.
Nyb	Sadeln och tränsets delar, hjälper.	Tränar vidare på ridvägarna och lär dig olika voltvägar. Tränar nedsittning i traven. Provar på galopp innan terminens slut.	Fortsätter arbeta med lätt sits och cavaletti i skritt och trav.
I	Repetition av nyb kurserna. Hästens färger och tecken, hjälper, halvhalt, hästens delar, hästens beteende, visitation av hästen.	Öka precisionen av ridvägarna. Halvhalt, övar på galoppen, balansövningar, ställer hästen. Fokus på sits och balans. Vi börjar jobba med vändande och sidförande hjälper.	Hoppa enkelhinder, hinderhöjden anpassad till gruppen. Enklare övningar med cavaletti och hinder.
II	Genomgång av takt, tempo och rytm. Genomgång av sidvärtsrörelser och böjning av hästen, sår och friskvård	Sidvärtsrörelser, Inverkan, träna avspändhet i ridning. Öva på att korta och långa hästen i alla gångarter	Enkelhinder, seriehoppning och banhoppning med hinderhöjd anpassad till gruppen.
III	Foderlära, hästens sjukdomar, hästens anatomi, gemongång av hästens olika former i ett arbetspass. Tagen bakdel och bogen in, bakdelsvändning.	Du lär dig bakdelsvändning. Provar på tagen bakdel och bogen in.	Enkelhinder, seriehoppning och banhoppning med hinderhöjd anpassad till gruppen. Provar på terränghoppning.
IV	Genomgång av hästens muskelgrupper och senor. Genomgång av skolorna öppna och sluta, förvänd galopp och galoppombyte.	Träna på skolorna, förvänd galopp och galoppombyten.	Enkelhinder, seriehoppning och banhoppning med hinderhöjd anpassad till gruppen. Provar på terränghoppning.