



# Sommarkurser 2023



Välkommen till våra populära sommarkurser!!



- Det finns något för alla!
- Anmälan ska göras på mail till [sofia.sandberg@vaxjoridklubb.se](mailto:sofia.sandberg@vaxjoridklubb.se)
- Du är välkommen att delta med egen häst på alla kurser. Uppstallning för hästar som inte står på anläggningen kan tyvärr inte erbjudas.
- Observera att anmälan är bindande – vid uppvisande av läkarintyg eller veterinärintyg betalas halva avgiften åter. Alla avgifter kommer att faktureras.
- I alla kurser ingår häst- och stallskötsel.
- Om kurserna ej är fulla finns det möjlighet att delta enstaka dagar på dessa
- Kom ihåg att ange eventuella allergier vid anmälan till de kurser/läger där fika ingår

Välkommen med din anmälan 😊



# Läger och kurser vecka 26

## 1. Barnläger – skritt och trav

Ett underbart 5-dagarsläger för barn med härlig gemenskap och varierad ridning! Lägret är anpassat för dig som rider utan ledare eller har börjat träna på att rida utan ledare. Under ridlägret finns två ridlärare på plats så du får hjälp och stöttning både när du ska göra iordning din häst i stallet och under ridlektionen, så inga föräldrar är med under lägret. Lägerdagarna består av häst-och stallpyssel, teori, fika och såklart ridning, du rider 1-2 gånger per dag. Lägret avslutas med att vi rider en caprilibana och alla får rosett. Föräldrar är varmt välkomna att titta på fredagens avslutning som börjar kl.10:00. Vi samlas i stallet varje morgon kl.8:00. Lägret har 12 platser.

**När:** Mån 26 – fre 30 juni, kl. 08:00-12:00 **pris:** 3000 kr

## 2. Ridläger

Ett härligt ridläger med varierad ridning för dig som rider i alla gångarter och kan göra iordning hästen självständigt i stallet. Vi samlas i stallet varje dag kl.13:00 och rider ett pass per dag. Ridningen sker i två grupper om 8 ekipage med ca en timmes ridning per grupp. Förutom ridning så ingår häst- och stallskötsel samt fika i lägret. Lägret har 16 platser.

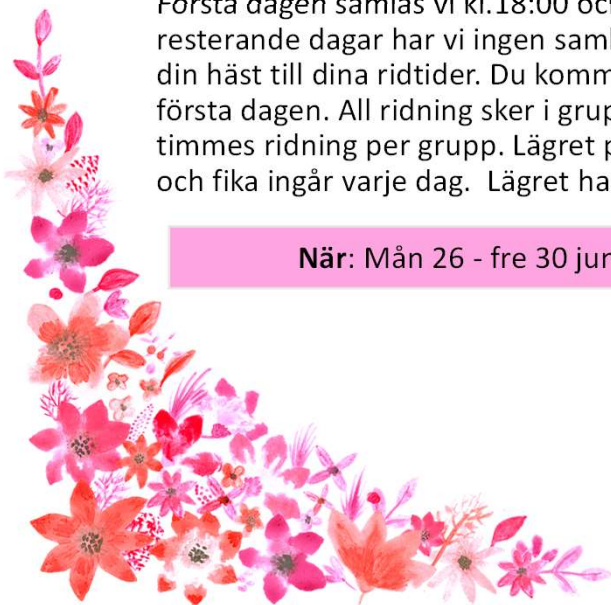
**När:** Mån 26 - fre 30 juni, kl. 13:00-16:00 **pris:** 1700 kr

## 3. Träningsläger dressyr och markarbete

Ett inspirerande och utmanande 5-dagarsläger med varierad ridning och roliga övningar med inriktning dressyr och markarbete. Vi börjar första dagen med en clinic och rider sedan ett pass på ca en timme. Dag två och 4 har du två stycken ridpass varav ett är dressyr och ett markarbete. Dag 3 består av ett ridpass i liten grupp med max 3 stycken ekipage. Vi avslutar sedan kursen på fredagen med ett längre ridpass på ca 1,5 timme/ grupp.

Första dagen samlas vi kl.18:00 och beräknas vara klara ca 22:00, resterande dagar har vi ingen samling utan du gör självständigt iordning din häst till dina riddtider. Du kommer få alla dina riddtider för veckan första dagen. All ridning sker i grupper om max 6 ekipage och med ca 1 timmes ridning per grupp. Lägret passar dig som rider i alla gångarter och fika ingår varje dag. Lägret har 12 platser.

**När:** Mån 26 - fre 30 juni, kl. 18:00-22:00 **pris:** 2700 kr





# vecka 26 fortsättning

## 4. Hoppning/terrängkurs

En inspirerande och utmanande 3-dagarskurs för dig som gillar hoppning. Under kursen kommer du rida flera roliga och utvecklade hoppövningar och om vädret tillåter kommer vi hoppa terränghinder på fälten. Vi samlas kl. 13.30 och beräknas sluta ca 17.00. Ridningen sker i två grupper om 6 ekipage med cirka en timmes ridning per grupp. **Grupp 1** passar dig som rider i alla gångarter och som gärna hoppar låga hinder. **Grupp 2** passar dig som rider i alla gångarter och som hoppar lägst 40 cm. Kursen har 6 platser/grupp, fika ingår.

**När:** Mån 26-28 juni, kl.13:30 – 17:00 **pris:** 1100 kr

## 5. Intensivkurs

Boosta din ridning med en givande intensivkurs. Kursen passar alla eftersom innehållet i kursen anpassas helt efter din befintliga utbildningsnivå. Du får två privatlektioner på 45 minuter varje dag och får ett unikt upplägg för att utvecklas så mycket som möjligt. Första personen börjar rida kl. 13:00, vilka tider du rider mejlas ut senast 22/6. Kursen har 2 platser.

**När:** Tors 29 - fre 30 juni, kl. 13:00-16:00 **pris:** 2000 kr





# Läger och kurser vecka 27

## 6. Barnläger – skritt och trav med ledare

Ett roligt 3-dagarsläger för barn med härlig gemenskap och varierad ridning! Lägret är anpassat för dig som rider i skritt och trav med ledare, i lägret ingår ridning, teori och andra roliga aktiviteter. Vi samlas kl.9:00 på kursdagarna och slutar ca kl.12:00. För att delta måste du ha med dig egen ledare.

**När:** Mån 3 – ons 5 juli, **kl.** 09:00-12:00 **pris:** 900 kr

## 7. Extra allt

Ett äventyrligt och inspirerande läger för dig som är sugen på att prova på flera olika grenar. Under det här lägret får du prova på allt som ridklubben har att erbjuda bland annat dressyr, we, tömkörning, markarbete och körning. Självklart kommer du även få upptäcka vår fantastiska natur i området. Samling sker kl. 13:00 och du har 2 lektioner/ dag. Det här härliga och fullspäckade lägret passar dig som rider i alla gångarter och är minst 12 år, fika ingår sista dagen.

**När:** Mån 3 - fre 7 juli, **kl.** 13:30-16:30 **pris:** 3000 kr

## 8. Dressyrkurs med fokus på sitsen

En inspirerande och utmanande 3-dagarskurs med sits och inverkan i fokus. Vi börjar första dagen med den uppskattade teorin "sitsen är bristen" där du får lära dig om sitsens betydelse i ridningen och gör praktiska övningar för att förbättra din sits och inverkan. Dagen avslutas sedan med ett dressyrpass där vi såklart fortsätter att jobba med sits och inverkan. Dag två inleds med sitsträning på lina och avslutas med ett dressyrpass. Kursen avslutas sedan dag 3 med två stycken dressyrlektioner. Kursen har 6 stycken platser och passar dig som rider i alla gångarter.

**När:** Mån 3- ons 5 juli, **kl.** 18:00-21:00 **pris:** 1700 kr

## 9. Dressyr/Working Equitation

En givande och inspirerande kurs för dig som vill rida både dressyr och WE. I kursen använder oss av olika WE-hinder i roliga övningar för att utveckla ridningen i dressyren. I kursen ingår två ridpass på en timme och massor av feedback! Vi samlas kl 18.00 och beräknas sluta ca 21.00. Kursen har 12 platser och ridningen sker i två grupper om 6 ekipage. **Grupp 1** passar både dig som rider i skritt och trav och dig som börjat med galopp.

**Grupp 2** passar dig som rider i alla gångarter.

**När:** Tors 6- fre 7 juli, **kl.** 18:00-21:00 **pris:** 600 kr



## Läger och kurser vecka 27

### 10. Intensivkurs

Boosta din ridning med en givande intensivkurs. Kursen passar alla eftersom innehållet i kursen anpassas helt efter din befintliga utbildningsnivå. Du får två privatlektioner på 45 minuter varje dag och får ett unikt upplägg för att utvecklas så mycket som möjligt. Första personen börjar rida kl. 08:00, vilka tider du rider mejlas ut senast 3/7. Kursen har 3 platser.

**När:** Tors 6 – fre 7 juli, kl. 08:00-12:30 **pris:** 2000 kr

## Läger och kurser vecka 28

### 11. Ponnykul

Ett spännande läger för dig som tycker om hästar och som är intresserad av att börja rida. Under det här lägret får du lära dig mer om hästar och hur man tar hand om hästen genom att t.ex. borsta. Under lägret får du göra flera roliga aktiviteter och självklart så får du även prova att rida om du vill. Lägret passar barn som är 6 år eller äldre och som har ingen eller lite erfarenhet av hästar. Du som förälder behöver inte delta i lägret, men får såklart närvara under tiden om du vill.

**När:** Mån 10 - ons 12 juli, kl. 13:00-15:00 **pris:** 500 kr

# Läger och kurser vecka 32

## 12. Gryningsritt med frukost

Att uppleva naturen ifrån hästryggen är någonting speciellt. Vi rider ut på en längre härlig tur i sommargryningen och avslutar med frukost när vi kommer tillbaka. För att kunna delta ska du kunna rida i alla gångarter och göra iordning din häst självständigt. Vi samlas kl. 05.30 och rider iväg kl. 05.50. Vi beräknar att vara klara ca 08.30. Vid dåligt väder kan gryningsritten komma att ställas in. Frukost ingår.

**När: Mån 7 aug kl. 06:00-09:00 pris: 350 kr**

## 13. Ungdomsläger

Ett härligt läger för dig som är minst 10 år gammal och som rider i alla gångarter. Lägret är fyllt av olika aktiviteter och varierad ridning. Du rider två ridpass per dag. Under lägret får man en alldeles egen lägerhäst som man sedan har hela lägret, detta gör att man dels har stora utvecklingsmöjligheter i ridningen men också att man får en speciell relation med just sin häst. Lunch från araby värdshus ingår varje dag.

**När: Mån 7 – fre 11 aug, kl. 09:00-15:00 pris: 4000 kr**

## 14. Kick off- läger

Kickstarta höstterminen på bästa sätt med ett utvecklande och roligt 5-dagarsläger skraddarsytt för dig. Både lektionernas innehåll och storlek på ridgrupperna varierar under veckan så att du får möjlighet att träna och utvecklas på bästa sätt. Det här upplägget gör även att du kan skraddarsy ditt läger genom att välja om du enbart vill rida dressyr eller om du vill rida både dressyr och markarbete/hoppning, du anger detta vid anmälan.

Vi börjar första dagen med en clinic och rider sedan ett pass på ca 1 timme, dom ekipage som vill blir filmade under delar av ridpasset. Vi avslutar dagen med fika och för dig som vill enskilt coachingsamtal för att boosta din utveckling ytterligare. Dag två och tre består av två stycken ridpass i mindre grupper och dag fyra och fem består av två ridpass varav ett är i mindre grupp. En av dagarna kommer ni som vill att fotas när ni rider, vid bra väder sker detta på fälten och du får bilderna skickade till dig. Vi avslutar dag fem med middag. Lägret passar dig som rider i alla gångarter och har 8 stycken platser

**När: Mån 7- fre 11 aug, kl. 18:00-22:00 pris: 3800 kr**







# Läger och kurser vecka 32

## 15. Uteritt – i skritt och trav med ledare

Vi rider ut på en härlig tur i skogen. För att kunna delta ska du rida i skritt och trav med ledare, du har med dig egen ledare. Vi samlas kl. 13.00 och beräknar att vara klara ca 15.00, vi rider i ca 1 timme.

**När:** Tis 8 aug kl. 13:00-15:00 **pris:** 200 kr

## 16. Uteritt – i skritt och trav

Vi rider ut på en härlig tur i skogen. För att kunna delta ska du rida i skritt och trav utan ledare och göra iordning hästen självständigt. Vi samlas kl. 14.30 och beräknar att vara klara ca 17.00, vi rider i ca 1,5 timme.

**När:** Tis 8 aug kl. 14:30-17:00 **pris:** 300 kr

## 17. Ridläger

Ett roligt 3-dagarsläger med varierad ridning för dig som rider i skritt och trav på antingen ponny eller storhäst. Vi samlas kl.14:00 och gör iordning hästarna tillsammans innan vi rider ett pass på ca 1 timme.

**När:** Ons 9– fre 11 aug, kl. 15:00-17:00 **pris:** 900 kr



**VÄLKOMMEN!**