

# CLINICVECKA V16

## JÄRFÄLLA RF

**Vecka 16 är det dags för vårens clinicvecka hos oss på Järfälla Ryttarförening!**

**En clinic är ett teoretiskt fördjupningstillfälle inom ett specifikt ämne där vi ofta använder våra ridlärare och/eller hästar för att visa eller förklara. Clinicveckan är till för att fördjupa sig extra inom områden om ni elever visat extra intresse för!**

**Clinicprogrammet för veckan finns publicerat på hemsidan och facebook samt via anslag i stallet. Man är välkommen att gå på den clinic man önskar men observera att vissa clinics är nivåinriktade för att ni elever ska få ut så mycket som möjligt av tillfället.**

**Under clinicveckan är det inga ordinarie ridlektioner utan clinicveckan ingår i ridterminen och är en del av utbildningsplanen.**

**Mer info på separata anslag och MinRidskola, anmälan sker via MinRidskola.**

# VÄLKOMMEN MED DIN ANMÄLAN!

# CLINICVECKAN V.16 2024

**Välkommen till terminens clinicvecka. Den här veckan fördjupar vi oss i ridsportens olika grenar.**

## **Måndag:**

- Häst & ponnypyssel P1+P2 kl. 16.00 i ponnystallet
- Working Equitation kl.18.30 i stora ridhuset

## **Tisdag:**

- Hästens utrustning P1+P2 kl. 15.45 i ponnystallet
- Uppsala Voltige kl. 18.30 i stora ridhuset

## **Onsdag:**

- Häst & ponnypyssel med flätning & knoppning P3+P4 kl. 17.00 i ponnystallet
- Örnäs Islandshästar kl. 19.00 i stora ridhuset

## **Torsdag:**

- Ryktstund för alla nivåer kl. 16.30 i ponnystallet
- Tömkörning kl.18.30 i stora ridhuset

**Anmälan sker via MinRidskola och öppnar fredag 5/4 kl. 18.00**



Hemsida: [jarfallaryttarforening.se](http://jarfallaryttarforening.se)  
Järfälla Ryttarforening  
jarfallarf



# CLINICVECKAN V.16

## WORKING EQUITATION



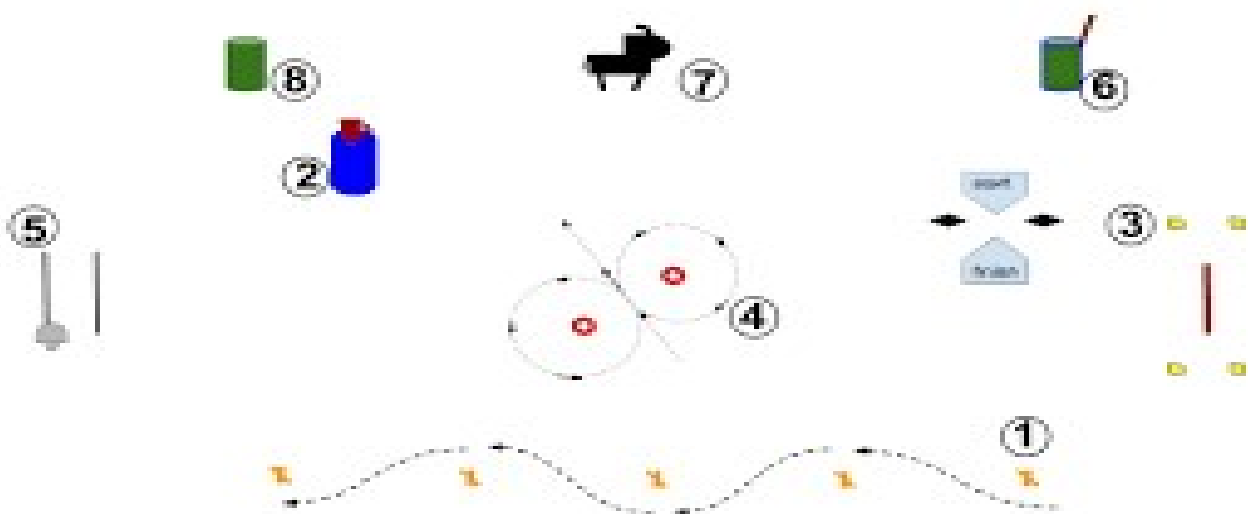
**När: Måndag 15/4 kl. 18.30**

**Var: Stora ridhuset**

**För vem? Alla nivåer**

**Anmälan sker via MinRidskola och  
öppnar fredag 5/4 kl.18.00**

*Inom Working Equitation,  
WE, betonas samspelet med hästen, att  
rida noggranna vägar, ha lydnad men ändå kunna  
rida med fart och fläkt. Inom WE ingår ett  
dressyrmoment, ett teknikmoment och ett  
speedmoment.*



# CLINICVECKAN V.16

## HÄST- OCH PONNYPYSSEL



**När: Måndag 15/4 kl. 16.00**

**Var: Ponnystallet**

**För vem? P1 & P2**

**Anmälan sker via MinRidskola och  
öppnar fredag 5/4 kl. 18.00**

*För dig som vill få lite extra tid till att mysa med hästen och kanske göra den extra fin. Vill ni kan ni få se hur man gör knoppar i hästens man.*



# CLINICVECKAN V.16

## UPPSALA VOLTIGE



**När: Tisdag 16/4 kl. 18.30**

**Var: Stora Ridhuset**

**För vem? Alla nivåer**

**Anmälan sker via MinRidskola och  
öppnar fredag 5/4 kl. 18.00**

*Uppsala Voltige kommer med  
tävlingshästen Maja och visar hur man  
kan kombinera sitt hästintresse med sitt  
intresse för gymnastik!*



# CLINICVECKAN V.16

## HÄSTENS UTRUSTNING



**När: Tisdag 16/4 kl. 15.45**

**Var: Ponnystallet**

**För vem? P1&P2**

**Anmälan sker via MinRidskola och  
öppnar fredag 5/4 kl. 18.00**

*Här får du möjlighet att träna lite extra på att sadla och tränsa samt lära dig all matnyttig information som rör hästens utrustning.*



# CLINICVECKAN V.16

## ÖRNÄS ISLANDSHÄSTAR



**När: Onsdag 17/4 kl. 19.00**

**Var: Stora Ridhuset**

**För vem? Alla nivåer**

**Anmälan sker via MinRidskola och  
öppnar fredag 5/4 kl. 18.00**

*Islandshästen är speciell på sitt sätt då de har fler gångarter än våra ridskolehästar som har 3 gångarter. En del islandshästar har 4 gångarter medan vissa har 5 gångarter. De gångarter som islandshästen har som ridhästen inte har är passgång och tölt.*



# CLINICVECKAN V.16

## HÄST- OCH PONNYPYSSEL



**När: Onsdag 17/4 kl. 17.00**

**Var: Ponnystallet**

**För vem? P3 & P4**

**Anmälan sker via MinRidskola  
och öppnar fredag 5/4 kl. 18.00**

*Behöver du träna på din flät-  
och knopptechnik? Då är det här ett  
kanonbra tillfälle för dig att öva på just  
det.*





# CLINICVECKAN V.16

## TÖMKÖRNING



**När: Torsdag 18/4 kl. 18.30**

**Var: Stora ridhuset**

**För vem? Alla nivåer**

**Anmälan sker via MinRidskola och  
öppnar fredag 5/4 kl. 18.00**

*Tömkörning är ett bra komplement till ridningen. Det är även bra för att sätta igång en häst efter skada och dessutom ett väldigt bra sätt för att vidareutbilda sin häst. Det är också väldigt nyttigt att se sin häst under rörelse från marken.*



# CLINICVECKAN V.16

## RYKTSTUND



**När: Torsdag 18/4 kl. 16.30**  
**Var: Ponnystallet**  
**För vem? Alla nivåer**  
**Anmälan sker via MinRidskola**  
**och öppnar fredag 5/4 kl. 18.00**

*Att rykta sin häst har många fördelar. Lär dig mer om hur och varför man ryktar och satsa på att vinna den avslutande rykttävlingen!*

