

**Kurs 1**  
**Tävla hos JRF**

**Detta teorikurs är för dig som under 2025 går i tankar att börja tävla på våra klubbtävlingar.**

**Här går vi igenom hur vi genomför våra tävlingar, TR regler och annat mått och gott för att du ska känna dig redo på tävlingsdagen.**

**Datum: Måndag 14/4**

**Nivå: H+P3-P5**

**Tid: 17.15-18.30**

**Samlingstid: 17.15 i nya stallets teorisal**

**Instruktör: Malin Dahlgren**

**Antal platser: 50 st.**

**Pris: 100 kr**

**Anmälan sker via MinRidskola och öppnar 10/3 kl. 18.00**

**Anmälan är bindande och stänger 48h innan riddagens start.**

## Kurs 2

# Hoppträning

**Extra hoppträning ett pass med fokus på sits och vägar.**

**Datum: Måndag 14/2**

**Nivå: P3-4**

<b>Ridtid:</b>	<b>Grupp 1</b>	<b>08.30</b>
	<b>Grupp 2</b>	<b>09.30</b>
	<b>Grupp 3</b>	<b>10.30</b>

**Samlingstid: 07.45 i ridhuset för banbygge**

**Instruktör: Malin Dahlgren**

**Antal platser: 8 st./grupp**

**Gruppindelning skickas ut ett par dagar innan lektions start.**

**Pris: 450 kr**

**Anmälan sker via MinRidskola och öppnar 10/3 kl. 18.00**

**Anmälan är bindande och stänger 48h innan riddagens start.**

 [Hemsida: jarfallaryttarforening.se](https://www.facebook.com/jarfallaryttarforening.se)  
 [Järfälla Ryttarforening](https://www.instagram.com/jarfallarf)  
[jarfallarf](https://www.instagram.com/jarfallarf)



**Kurs 3**

# **Dressyr i liten grupp - häst**

**Ett extra ridpass i dressyr.  
Fokus på ryttarens sits och inverka.**

**Datum: Tisdag 15/4**

**Nivå: H3-H4**

**Tid:            Grupp 1      09.00  
                  Grupp 2      10.00**

**Samlingstid: 30 min innan riddtid i nya stallet**

**Instruktör: Isabelle Lamprecht**

**Gruppindelning skickas ut ett par dagar innan  
lektions start.**

**Antal platser: 4 st./grupp**

**Pris: 595 kr**

**Anmälan sker via MinRidskola och  
öppnar 10/3 kl. 18.00**

**Anmälan är bindande och stänger 48h innan  
riddtidens start.**

**Hemsida: [jarfallaryttarforening.se](http://jarfallaryttarforening.se)  
Järfälla Ryttarforening  
 [jarfallaryttarforening](https://www.facebook.com/jarfallaryttarforening)  
 [jarfallaryttarforening](https://www.instagram.com/jarfallaryttarforening)**



**Kurs 4**

# **Dressyr i liten grupp - ponny**

**Ett extra ridpass i dressyr. Fokus på ryttarens sits och inverka.**

**Datum: Tisdag 15/4**

**Nivå: P2**

**Ridtid: 10.00-10.45**

**Samlingstid: 09.15 i ponnystallet**

**Instruktör: Malin Dahlgren**

**Antal platser: 6 st./grupp**

**Pris: 450 kr**

**Anmälan sker via MinRidskola och öppnar 10/3 kl. 18.00**

**Anmälan är bindande och stänger 48h innan riddidens start.**

**Hemsida: [jarfallaryttarforening.se](http://jarfallaryttarforening.se)  
Järfälla Ryttarforening  
 [jarfallaryttarforening](https://www.facebook.com/jarfallaryttarforening)  
 [jarfallaryttarforening](https://www.instagram.com/jarfallaryttarforening)**



**Kurs 5**  
**Dressyrträning P3**

**Ett extra ridpass i dressyr.  
Fokus på ryttarens sits och inverka.**

**Datum: Onsdag 16/4**

**Nivå: P3**

**Ridtid:        Grupp 1        11.00-12.00  
                  Grupp 2        12.00-13.00**

**Samlingstid: 10.15 i ponnystallet**

**Instruktör: Jenny Liljedahl**

**Antal platser: 8 st./ grupp**

**Gruppindelning skickas ut ett par dagar innan  
lektions start.**

**Pris: 450 kr**

**Anmälan sker via MinRidskola och  
öppnar 10/3 kl. 18.00**

**Anmälan är bindande och stänger 48h innan  
ridtidens start.**

Kurs 5

# Dressyrträning P4-5

**Ett extra ridpass i dressyr.  
Fokus på ryttarens sits och inverka.**

**Datum: Torsdag 17/4**

**Nivå: P4-5**

**Riddtid: 11.30-12.30**

**Samlingstid: 10.45 i ponnystallet**

**Instruktör: Mia Berg**

**Antal platser: 8 st./ grupp**

**Pris: 450 kr**

**Anmälan sker via MinRidskola och  
öppnar 10/3 kl. 18.00**

**Anmälan är bindande och stänger 48h innan  
ridtidens start.**

 [jarfallaryttarforening.se](https://www.facebook.com/jarfallaryttarforening.se)  
 [jarfallarf](https://www.instagram.com/jarfallarf)

