

Kurs 1

Markarbete- och hoppkurs

**3-dagars träning där vi avslutar med banhoppning.
(OBS! Kursdagarna är inte dagarna efter varandra)**

Datum: 24/2, 25/2 + 28/2

Nivå: P3-5

Samlingstid: 60 min innan i lektionsstart.

Ridtid:

Måndag
Grupp 1. 09.00-10.00
Grupp 2. 10.00-11.00
Grupp 3. 11.00-12.00

Tisdag
Grupp 1. 09.00-10.00
Grupp 2. 10.00-11.00
Grupp 3. 11.00-12.00

Fredag
Grupp 1. 09.00-10.00
Grupp 2. 10.00-11.00
Grupp 3. 11.00-12.00

Gruppindelning skickas ut ett par dagar innan kursstart.

Instruktör: Malin Dahlgren

Antal platser: 18 st

Pris: 1275 kr

Anmälan sker via MinRidskola och öppnar 17 januari klockan 18:00.

Anmälan är bindande och stänger 48 h innan riddagens start.

 **Hemsida: jarfallaryttarforening.se**
 **Järfälla Ryttarforening**
jarfallarf



Kurs 2

Dressyr med inriktning position

Ett dressyrpass där vi jobbar lite extra med sits och inverkan.

Datum: 26/2

Nivå: P3

Samlingstid: 10.15

Tid: 11.00

Instruktör: Jenny Liljedahl

Antal platser: 8 st

Pris: 425 kr

Anmälan sker via MinRidskola och öppnar 17 januari klockan 18:00.

Anmälan är bindande och stänger 48 h innan riddidens start.

**Hemsida: jarfallaryttarforening.se
Järfälla Ryttarforening
jarfallarf**



Kurs 3

Dressyr med inriktning position

**Sitsträning är A och O.
Under passet jobbar vi med sits och position.**

Datum: 27/2

Nivå: P2

Samlingstid: 12.15 i nya stallet

Tid: 13.00-14.00

Instruktör: Jenny Liljedahl

Antal platser: 8 st

Pris: 425 kr

Anmälan sker via MinRidskola och öppnar 17 januari klockan 18:00.

Anmälan är bindande och stänger 48 h innan riddidens start.

Kurs 4

Dressyrpass med sitsen som fokus

Dressyrens viktigaste verktyg är sitsen. Under detta pass jobbar vi för att finna mer kroppskontroll och inverkan.

Datum: 2/3

Nivå: H3

Tid: 11.00-14.00

Samlingstid: 10.00 nya stallet

Instruktör: Mia Berg

Antal platser: 18 st

Gruppindelning skickas ut ett par dagar innan kursstart.

Pris: 450 kr

Anmälan sker via MinRidskola och öppnar 17 januari klockan 18:00.

Anmälan är bindande och stänger 48 h innan riddagens start.

**Hemsida: jarfallaryttarforening.se
Järfälla Ryttarforening
  jarfallarf**

