



# Stallregler

## NYBÖRJARE

Nybörjare (ej vuxna) ska alltid ha ledare med sig. Det kan till exempel vara en förälder eller en hästvan kompis.

## LEKTION

Lektionerna är 60 min långa. Eleven gör själv iordning hästen innan och efter ridning vid behov. Hästlekis är 60 min.

## SJUKDOM/ÅTERBUD

Kontakta alltid din lärare om du inte kan komma! Skicka gärna ett sms.

Kontaktuppgifter till din lärare får du när grupperna är satta.

Om du lämnar återbud till din ridlärare innan kl 10 samma dag har du möjlighet att rida igen den gången i annan grupp (på din nivå eller lägre) i mån av plats. Kolla med läraren om plats finns!

## LÄMPLIG KLÄDSEL

All ridning sker med godkänd hjälm, skor/stövel med klack och säkerhetsväst. Du ska ha tröja med ärm. Ta ur eller tejpa smycken och ha uppsatt hår. Hjälmar och västar finns att låna, men är i första hand till våra nybörjarelever som inte har hunnit köpa egna än.

Undvik prassliga kläder och luvor.

## HÄSTENS HEM – STALLET

Stallet är hästens hem. De kan inte dra sig tillbaka någon annanstans och därför måste vi respektera deras behov av lugn och ro när vi befinner oss i stallet. Plötsliga ljud eller rörelser kan skrämra eller störa dem.

Prata alltid med hästarna när ni vill gå fram och hälsa. Hästen ser inte så bra rakt fram och rakt bakåt, så närma dig därför alltid hästen från sidan. Gör hästen uppmärksam på att du kommer.

Inne hos hästen är vi max 2 personer.

Undvik att ha hundar i stallet, teorirummet eller cafeterian.

## OLYCKA

Alla medlemmar i Wisby Ridklubb är försäkrade. Om en olycka händer och du behöver uppsöka läkarvård, kontakta Folksam och uppge elevens personnummer, så kan du t ex få bidrag till en ny hjälm.

## INNAN LEKTIONEN

Innan lektionen ska hästen borstas ordentligt så att den inte får skavsår av utrustningen. Bind upp hästen med grimskafte och säkerhetsknut. Ta alltid på sadeln innan du tränar. Om du behöver lämna hästen så sätt grimman på huvudet utanpå tränset så att hästen inte kan trampa i tyglarna eller rulla sig med sadeln på. Be gärna någon hålla ett öga på hästen medan du är borta.

Våra nybörjargrupper behöver ofta lite mer tid och träning i stallet, varvid tiden i ridhuset kan bli något kortare.

## PÅ LÄKTAREN

När man sitter på läktaren är det viktigt att vara lugn och visa hänsyn till hästarna och de som rider.

## EFTER LEKTION

Efter lektionen leder vi ut hästarna när ridläraren säger till. Det ekipage som är uppställt längst bort går först. Hästarna är flockdjur och kan bli oroliga om flocken går ifrån dem.

Om hästen inte ska gå något mer så klär du av hästen dess utrustning och hänger upp den på plats i sadelkammaren. För att undvika sår i hästarnas mungipor, skölj alltid bettet efter ridning. Till sist borstar du hästen.