
PÅLLEN-KOLLEN



SEPTEMBER 2024



Nu är terminen äntligen i full gång igen och det är som vanligt väldigt roligt att få välkomna både gamla och nya medlemmar till ridskolans lektioner. Under sommaren har hästarna fått njuta av ett välförtjänt sommarbete, samtidigt som det pågått en hel del underhållsarbete på anläggningen - bland annat en storstädning av stallet och byte av manegebotten. Den nya manegebotten har fortfarande inte satt sig helt, men det kommer att bli ett riktigt lyft för verksamheten när allt är klart och säkerligen har du redan noterat hur mycket ljusare det är i ridhuset nu.

I vecka 32 och 33 arrangerade vi våra populära sommarläger där både elever och hästar fick chansen att komma i gång inför terminen på ett lugnt och mysigt sätt. Nytt för i år var att vi också erbjöd temalektioner på kvällstid med fokus på igångsättning. Lagom till ridlägren välkomnade vi också Sara Ekstrand som ny ridlärare i verksamheten.

Vi har nyligen genomfört en omorganisation som ger bättre förvaltning av ekonomin, mer tid för utbildning av hästarna samt ett mer effektivt utnyttjande av våra resurser. Som ett resultat av detta kommer både Alva och Sara gå upp på större tjänster. Kickis tjänst försvinner och vi tackar henne för den tid som varit och hoppas att hon kommer igång med sin ridning igen.

Inför höstterminen har vi också vidareutvecklat konceptet med prova-på-ridning och lanserat Första Ryttarskolan som blivit en stor succé och på lördagseftermiddagarna fylls stallet av förväntansfulla små ryttere.

Vi ser fram emot en rolig och händelserik höst tillsammans med våra medlemmar. Knopningskurs, tävlingsförberedande kurs och klubbmästerskap i dressyr är bara några av sakerna som står på agendan!

Vänliga hälsningar från Kajsa och AFRKs styrelse



Nya vänner i stallet

Lagom till terminsstarten har vi välkomnat en ny ridlärare till Askims Fältrittklubb.

Sara Ekstrand:



Sara Ekstrand är ny som ridlärare på AFRK och kommer att hålla lektioner på tisdagar och fredagar. Efter tre års studier på Ridsportgymnasiet Strömsholm är Sara utbildad SRL1 och diplomerad hästkötare. Innan gymnasiet har hon även kört ponnytrav, hållit på med westernridning samt engelsk ridsport och fälttävlan är hennes favoritgren.

”Det bästa jag vet är att se elever lyckas och förstå något de kanske haft svårt med. Min drivande tanke är att ridning alltid ska vara roligt och det hoppas jag att ni kommer att känna på mina lektioner”, hälsar Sara.

Mjukstart med ridläger och temalektioner med fokus på igångsättning

När hästarna kommit tillbaka från sin välförtjänta sommarvila arrangerade vi som vanligt våra populära dagridläger. Både hästar och elever fick chansen att mjukstarta terminen och komma igång i lugn och ro innan höstterminen drog igång. Under de två lägerveckorna blandades som vanligt teori och ridning och eleverna fick prova på nya utmaningar som t.ex. tömkörning och avdelningsridning. Men allra viktigast var nog ändå möjligheten att få lära känna nya vänner - både tvåbenta och fyrbenta, att få dela erfarenheter, njuta av solen på vår fina gräsbana och att få mysa med alla våra fina hästar!

I år kompletterades dagridlägren med tema-lektioner på kvällstid för de som inte hade tid eller möjlighet att delta på en hel lägervecka. På dessa lektioner fick våra elever lära sig mer om hur man jobbar för att sätta igång hästen på ett hållbart sätt efter en längre period av vila.



Årets klubbdagen - full av hästar och aktiviteter

Den årliga klubbdagen bjöd på en härlig mix av spännande aktiviteter och glada deltagare. Dagen inleddes med ett välkomnande tal av föreningens ordförande Anna Rehnberg, som även passade på att presentera klubbens nya ridlärare, Sara Ekstrand. Efter det följde en presentation av våra nya fina ponnyer - Maxi, Lady, Poga och Valle - samt hästarna Holstein, Black och Jazmin som visserligen inte är nya men som ännu inte är så synliga i verksamheten.

Ungdomssektionen (US) stod för två av dagens stora höjdpunkter; en fartfylld gymkhana där Granit och Milton visade upp sina snabba ben och ett populärt DIY-stånd, där besökarna kunde baka sitt eget hästgodis. Möjligheten att göra hästgodis lockade många nyfikna - särskilt de yngre som gärna ville testa.

Prova-på-ridningen med Granit och Mozarella blev en riktig succé, med en ständig kö av barn som ville ta chansen att rida. Dagen bjöd även på en klurig tipspromenad och en spännande lottdragning, där den stora vinsten - en privatlektion - gick till Hanna Berander. Som sig bör avslutades dagen med nygräddade våfflor, vilket har blivit en uppskattad tradition på vår klubbdag.



Första Ryttarskolan - en trygg start i hästlivet

Lagom till starten på höstterminen lanserade vi Första Ryttarskolan - en vidareutveckling av



vårt prova-på koncept. Här får barnen inte bara prova på ridning, utan även lära sig om hästskötsel och bli kompis med hästen i en trygg och pedagogisk miljö. Här får de en djupare förståelse för hästarna, stärker sitt självförtroende och får kunskap som de kommer att ha stor nytta av i sin fortsatta ridning. Varje barn paras ihop med en erfaren ledare som alltid finns på plats för att säkerställa en trygg och rolig upplevelse, oavsett om barnet är nybörjare eller redan har viss erfarenhet. Det finns en kursgrupp och en prova-på grupp.

Första Ryttarskolan kurs består av 7 tillfällen, där vi går igenom olika moment vid varje tillfälle. Barnet får en egen ledare som hjälper till i alla moment, både vid ridningen och i den mysiga stunden i stallet. Kursgruppen riktar sig till barn och ungdomar från 7

år som vill fördjupa sig i ridning och hästkunskap på ett sätt som är mer likt vår ordinarie ridskoleverksamhet. För de barn som genomfört två eller fler kurser i Första Ryttarskolan erbjuder vi förtur till våra vanliga grupper, då barnet redan har byggt upp både kunskap och självförtroende som gör övergången smidig.

Första Ryttarskolan prova-på är perfekt för barn som vill testa på ridning och hästmys utan att binda upp sig. Här bokar man från gång till gång. Första Ryttarskolan blev redan från start en verklig succé, platserna i kursgruppen fylldes på bara en dag och även de prova-på tillfälle vi haft så här långt har varit fullbokade. Ett stort tack till alla er som ställer upp som ledare i Första Ryttarskolan.

Workshop kring vår värdegrund

Söndagen den 15 september samlades ett härligt gäng medlemmar av blandade åldrar och erfarenhet i klubbstugan för att samarbeta kring hur vi levandegör vår värdegrund. Styrelsen arbetade fram denna värdegrund under 2023, och för att bättre kunna applicera den i vår vardag i och runt stallet tog vi hjälp av Robin Svensson från SISU.

Under workshopen diskuterade vi vad värdegrunden faktiskt betyder, i vilka fall och vid vilka tillfällen den kan användas, samt i så fall hur, men också vid vilka tillfällen den kanske rinner ut i sanden. Allt för att förbättra ridklubben's arbete kring att ha en välkomnande, omhändertagande och peppande atmosfär. Efter 2 timmar av goda diskussioner, med mycket skratt och småsnack i pauserna, avslutade vi med en god, gemensam lunch innan vi tackade för denna gång.



Arbetet med att se till att vår värdegrund präglar vår stallvardag kommer aldrig bli färdigt, då vi precis som i ridningen alltid kan förbättras. Därför kommer vi framöver bjuda in till fler träffar med värdegrunden som utgångspunkt. Om detta är något du känner intresserar dig lite extra så är det bara att hålla utkik efter nästa tillfälle - alla medlemmar behövs i detta arbete.

Cafésektionen informerar

Nu är det dags för kyl- och frystömning - den 13/10 kommer cafésektionen att tömma och städa ur alla kylskåp och frysar. Har du något som du vill behålla så se till att det har ditt namn på sig. Allt som inte är namnat kommer att slängas, så att vi skapar utrymme för mat och fika till kommande evenemang.

Tävlingssektionen informerar

På tävlingssektionens möte i augusti kom det upp många bra idéer och önskemål om fler klubbaktiviteter under hösten, exempelvis caprilli och/eller hoppning, kanske i samband med jul/lucia. För att vi ska kunna anordna fler aktiviteter behöver vi också fler medlemmar som är aktiva i tävlingssektionen och kan ta på sig att vara ansvarig för att anordna – självklart tillsammans med och med stöd av andra. Om du som medlem är intresserad av att vara med och engagera dig i tävlingssektionen får du gärna höra av dig till tavling@afrk.se, eller prata med Ylwa Sjölin Wirling, Malin Milthon eller någon annan av tävlingssektionens medlemmar.

AFRK medarrangör till Kållereds Ryttarförening

Lördagen den 24/8 stod AFRK som medarrangör till Kållereds Ryttarförenings ponnyhoppning med division II på Åby. Som medarrangör hade vi ett härligt gäng medlemmar som ställde upp som funktionärer under dagen – med allt från att vara grillmästare till att hjälpa till vid framridningen. Det blev en riktigt lyckad dag med närmare 240 starter och härligt väder. Tack till alla er som hjälpte till!



Vi bjuder in till knopningskurs

Vill du lära dig mer om hur du gör din häst extra fin inför tävling genom att knoppa manen? Då är detta kursen för dig! Under en inspirerande och praktisk kurs får du lära dig steg för steg hur du knoppar din hästs man som ett proffs. Kursen är perfekt som uppladdning inför Klubbmästerskapet i dressyr och programridning, men passar lika bra för dig som helt enkelt vill lära dig mer om hur du vårdar och förbereder din häst.

Kursen hålls lördagen den 28 september från kl 15 - 17

Knopningskursen är öppen för alla nivåer, och dessutom kostnadsfri! Du kommer att få massor av ovärderliga tips och ha chansen att öva upp tekniken. Antalet platser är begränsat - max 6 deltagare - så skynda dig att anmäla dig! Anmäl dig på listan på stallets anslagstavla! Välkommen!

KM dressyr och programridning

Vill du vara med och tävla i dressyr eller prova på programridning? Den 6 oktober har du chansen, oavsett om du är nybörjare eller erfaren. KM dressyr och programridning är öppen för alla ryttare i grupp 1-2 och uppåt, och du kan välja mellan att tävla och rida program utom tävlan. Vi erbjuder följande klasser: LD:1 (endast programridning), LC:1, LB:1 och LA:1 och samtliga ryttare under 18 år som deltar i programridning belönas med en rosett för genomförd ritt.

Anmäl dig senast den 29 september via stallets anslagstavla. För mer information, besök vår hemsida afrk.se. Vill du inte själv delta? Kom och heja fram våra deltagare!

Tävlingsåret 2025

Tävlingssektionen håller på att planera för tävlingsåret 2025. I somras fick vi ställa in Gräshoppet på grund av för få starter och det har varit svårt att få ihop tillräckligt med starter till pay and jump. Sektionen har undersökt möjligheten att anordna Bohuscupen under våren med då samtliga tävlingsdatum ligger på lördagar så fungerar det inte med vår verksamhet i och med att vi har ridlektioner samtliga lördagar. Slutsatsen blev därmed att vi ansöker om att hålla en egen inbjudningstävling i dressyr till våren. Utöver det planerar vi för någon pay and jump på gräsbanan och undersöker möjligheterna att ha öppen bana på gräset.

Ungdomssektionen informerar




Under sommaren har US renoverat boden – ett stort och ganska krävande jobb som gett ett alldeles strålande resultat. Med nymålade väggar, uppfräschade skåp och hyllor är boden nu en mycket mysigare och trevligare plats att byta om på, håller ni inte med?!

Under klubbdagen anordnade US både gymkhana och ett stånd där besökarna kunde göra eget hästgodis, vilket var mycket uppskattat av både barnen och hästarna. Nästa aktivitet kommer till Halloween – så håll utkik!

Kalender

Här hittar du viktiga datum att hålla reda på!

	Knopplingskurs	Perfekt för dig som vill lära dig mer om hur man knoppar manen som ett proffs.
---	-----------------------	--

	Arbetsdag	Anläggningssektionen anordnar arbetsdag med start kl. 10.00
	KM Dressyr & programridning	AFRK anordnar klubbmästerskap i dressyr! För dig som inte vill tävla finns möjligheten att delta i programridning från LD:1 - LA:1
	Arbetsdag	Anläggningssektionen anordnar arbetsdag med start kl. 10.00
	Verksamhetsplanering	Söndagen den 13/10 är det dags för verksamhetsplanering inför 2025. Vi samlas i klubbstugan kl. 16.00, alla medlemmar är varmt välkomna.
	Arbetsdag	Anläggningssektionen anordnar arbetsdag med start kl. 10.00
	Uppsägning	Vill du inte ha kvar din plats under vårterminen måste du säga upp den senast den 1/11 för att inte bli betalningsskyldig.

Återbud och igenridning

På AFRK har vi ett närmast unikt förhållningssätt till igenridning, då de flesta andra klubbar bara tillåter ett fåtal igenridningar per termin. Vi ser ett stort värde i att kunna rida igen i en grupp man vanligtvis inte rider i - det ger möjlighet att lära känna andra medlemmar, att kanske rida för en annan ridlärare, och det stärker klubbgemenskapen.

Samtidigt är det viktigt att du som medlem inte tar för givet att du kan rida igen alla missade tillfällen. En lyckad igenridning kräver inte bara att det ska finnas en ledig plats i gruppen, det behöver också finnas en lämplig häst som passar både ryttaren och gruppen. I perioder då många hästar är skadade blir det extra svårt att rida igen, eftersom det då redan är hög arbetsbelastning på våra hästar, framförallt på de som kan gå i grupper på alla olika nivåer. Igenridning för elever i lägre gruppnivåer är särskilt svårt eftersom de hästar som går i dessa grupper har hög arbetsbelastning och det finns få grupper på samma eller lägre nivå. När

du inte kan rida är det viktigt att du alltid lämnar återbud för att vi skall kunna planera hästarnas arbete och för att någon annan ska få chansen att rida igen. Avbokar gör du i Hippocrates. För att avbokningen ska ge en igenridning måste du avboka senast klockan 09:00 samma dag om du rider på vardagar, eller senast fredag kl 14.00 om du rider på lördagar. Händer något under dagen som gör att du inte kan komma vill vi gärna att du meddelar det även om det inte ger en igenridning, eftersom det är viktigt för oss att veta för att eventuellt kunna justera hästarnas schema.

Vi ser gärna att du avanmäler dig så snart du vet att du kommer att missa en lektion - om vi vet det i tid är det större sannolikhet att vi har möjlighet att erbjuda någon annan plats.

Igenridningar är giltiga under innevarande termin, men du har möjlighet att rida igen i förväg om du vet att du kommer att missa en lektion längre fram på terminen. En preliminärbokad igenridning skall avanmälas på samma sätt och i samma tid som ordinarie ridning för att den inte skall gå förlorad. Vi skickar ut bekräftelse för igenridning samma dag via e-post, oftast strax efter lunch eller på eftermiddagen dagen innan när det gäller dagridning.

All administration av igenridningar behöver ske via Hippocrates, det system vi använder för att planera vår verksamhet. Vi har tyvärr inte möjlighet att hantera förfrågningar om igenridning via mail. All manuell hantering av igenridning tar väldigt mycket tid - tid som vi gärna istället vill lägga på våra hästar och lektioner. På afrk.se/aterbud finns det guider med instruerande bilder som visar hur du går till väga för att avboka din lektion och boka igenridning.

Hippocrates

Hippocrates Academy är det ridskolesystem som AFRK använder sig av för att administrera ridskolan, aktiviteter och privatlektioner. Genom systemet skickar vi ut din faktura, tilldelar dig den häst som du ska ha på nästa ridlektion och gör andra informationsutskick. Det är också här du lämnar återbud, säger upp din plats, bokar igenridning och hittar annan viktig information - så se till att du regelbundet loggar in på Hippocrates för att hålla dig uppdaterad!

FÖLJ AFRK

