



Viarps Kör och Ridklubb

Sommaren 2025



Välkommen på sommaraktivitet 2025

Nu är det dags att anmäla sig till sommarens olika kurser och läger. Vi har en massa roliga saker att erbjuda så läs vidare och se vilket läger som passar dig bäst. Skynda att anmäla dig på blanketten längst bak eller via mail till info@vkrk.se. Sommarens instruktörer är våra utbildade och engagerade ridlärare samt externa tränare.

Uteritt till Ottarp med korvgrillning	15 juni	350 kr + 400 kr
Dagridläger, hopp/dressyr, 4 dagar	16-19 juni	350 kr + 3550 kr
Dagridläger special, terräng	16-19 juni	350 kr + 3550 kr
Kvällskurs dressyr	16-17 juni	350 kr + 1100 kr
Ridlekis	16-18 juni	350 kr + 875 kr
Tävlingsläger med fälttävlansinriktning för dig med egen ponny eller häst	14-18 juli	350 kr + 3450 kr
Dagridläger, tre dagar	22-24 juli	350 kr + 2575 kr
Högre Ridkurs	24-27 juli	Bokad
Dagridläger, hopp/dressyr, 5 dagar	28 juli-1 aug	350 kr + 4050 kr
Kvällskurs markarbete	28-29 juli	350 kr + 1100 kr
Uteritt med fika	29 juli	350 kr + 400 kr
Ridlekis	28-31 juli	350 kr + 1275 kr
Kvällskurs dressyr	31 juli -1 aug	350 kr + 1100 kr
Uteritt med fika	3 aug	350 kr + 400 kr
Dagridläger, hopp/dressyr, 4 dagar	4-7 aug	350 kr + 3550 kr
Dagridläger special, fälttävlan	4-7 aug	350 kr + 3900 kr
Ridlekis	4-6 aug	350 kr + 875 kr
Kvällskurs markarbete och hoppning	4-5 aug	350 kr + 1100 kr
Kvällskurs Working Equitation	7 aug	0 kr + 650 kr
Hyr häst	8 aug	0 kr + 475 kr
Ride & Dine	8 aug	350 kr + 550 kr
Prova på ridning	3 och 24 augusti	140 kr



Dagridläger

Oavsett vilket läger du väljer att gå på under dagtid är det ungefär samma tider som gäller. Dagen startar kl. 09.00 och avslutas kl. 15.30. Under dagen serverar vi lagad varm mat vid lunch och fika på eftermiddagen. Näst sista dagen är det övernattnig (ej 3-dagars). Då stannar du kvar till dagen därpå fram till kl. 14.00. Vid övernattningen är det även korvgrillning på kvällen. För varje läger skickas separat information ut någon vecka innan start.



DAGRIDLÄGER

Lägret är för dig som har börjat galoppa på din ridlektion och upp till en mer avancerad nivå. På lägren har alla en "egen häst" och rider två pass om dagen. Det är **dressyr, hoppning, utedritt, terrängridning, teori och praktik**, allt efter kunskapsnivå. Du kan även ta ryttarmärken, från ridborgarmärket till Svenska Ridsportförbundets märken. Vi har också roliga lekar och tävlingar. Om vädret är bra åker vi till Härslövsbadet och badar. Ta med regnkläder, anteckningsmaterial och ett par andra skor än ridstövlar. På övernattningen behöver du dessutom klädombyte, pyjamas, liggunderlag och sovsäck. Fickpengar till godis och ficklampa till spökrundan är uppskattat. Lägren avslutas med gymkhana eller något annat roligt. På onsdagkväll är det Pay & Jump, då blir det hopptävling på vår stora utebana. Det blir en mysig vecka med hästar och kompisar!

TRE DAGARS DAGRIDLÄGER

Varmt välkommen till tre dagars dagridläger med 2 ridpass, teori och även praktik, pyssel och mycket mer varje dag! Du får känna på hur det är att ha en egen häst. För dig som kan galoppa och även för dig som är redo att börja galoppa. Kl. 9.00–15.30. Ej övernattnig.



DAGRIDLÄGER med special inriktning:

- **Hoppning och terränglägret** har vi första veckan i juni och är för dig som har kommit en bit på vägen i din utbildning. Det är fokus på markarbete, hoppning och terränghoppning. Målet är att utvecklas mer och kunna tävla högre klasser på klubbtävling. Grupper och häst efter kunskap och erfarenhet för bästa utveckling. Vi rider två pass om dagen utomhus med hoppning på bana, i Ottarp eller uteritt. Ett kul läger med mycket praktik och där du lär dig hantera hästen i andra situationer än vanligt!
- **Fälttävlanslägret** är för dig som går i en hoppsspecial/GIV och har gjort detta minst 2 år. Här kommer alla goda häst- och ridkunskaper väl till pass! Vi rider alla fälttävlansgrenarna, dressyr, banhoppning och terräng. Det blir både praktik och teori. Även i år satsar vi på att kunna åka med skolhästarna till en riktig terrängbana. Först till kvarn, max 10 st.



RIDLEKIS

Detta läger har vi för de minsta ryttarna som är 5-8 år gamla kl. 9.00–12.00. Vi rider, leker och lär grundläggande hästkunskap med de små ponnyerna och ridlärare, stallvärdar och teoriledare. Dessutom bjuder vi på frukt och fika. På ridlekis kan man ta barnmärken. Ingen ridvana krävs så även mindre syskon är välkomna!



HYR HÄST

Varmt välkommen till en heldag i stallet där vi mockar, pysslar, rider och mycket mer! Du får känna på hur det är att ha en egen häst. För dig som kan galoppera. Kl. 09.00–14.00.

TÖMKÖRNING OCH VOLTIGE

Dessa kurser arrangerar vi efter önskemål. För dig som är intresserad av att lära dig hur man kan arbeta hästen från marken kan du önska **tömkörning**. Du kan ha med din egen häst eller tömköra med en skolhäst. Genomgång och övning med mål att du lär dig och får förståelse för hästens rörelsemekanik.

Voltige är gymnastik på hästryggen. Lär dig grund positionerna och att ingå i ett lag. Vågar du sitta på en galopperande häst utan att hålla? Då ska du vara med på prova på kursen i voltige! Anmäl ditt intresse till info@vkrk.se!

Kvällskurser

PÅ KVÄLLEN:

På kvällstid har vi flera olika kurser för dig som är ungdom eller vuxen och vill hålla igång ridningen under sommaruppehållet. Kurserna består av ett ridpass, teorielektion och fika varje kväll mellan kl. 17.00 och 20.00. Inriktning efter önskemål.



- **Dressyrkurs** vänder sig till dig som vill finslipa din sits och samverka tillsammans med hästen. Ridpass i smågrupper för Lotta. Vi tränar på form och delar ut program. För de som vill blir det framridning och programridning med proffshjälp av Viarps dressyrlärare dag 2. Roliga pass för dig som vill komma i gång efter sommaren!
- **Markarbete.** Här tränar du grundridning/dressyr men även bomövningar för att öva inverkan och ridkänsla. 2 dagars kurs där bommar hjälper dig till fin känsla med hästen. Härliga dagar där du verkligen får öva samspel med hästen!
- **Markarbete och hoppning.** Med hjälp av bommar, koner och hinder tränar du sits och hjälpgivning för att få hästen positiv, mjuk och smidig samt en så bra känsla över hindren som möjligt. En givande 2 dagarskurs som är rolig för både häst och ryttare!
- **Uteritt.** Du rider en tur till Ottarp eller i Viarps vackra omgivningar med våra ridlärare. Det blir en skön paus med fika eller korvgrillning!
- **Working Equitation.** Här är det viktigt med noggrannhet och samspel mellan häst och ryttare! Tillsammans med hästen rider du olika roliga övningar som kräver både dressyr, teknik och speed. Dagen börjar med teori, ridning och avslutas med fika!
- **Högre Ridkurs** är en specialkurs för dig som har kommit lite längre i din ridning. Du rider för Lotta i små grupper, dressyr varvat med markarbete samt hoppning för de som önskar. God mat och allt lite extra!! *Bokad!*
- **Ride & Dine** Rid ett dressyrpass i smågrupper med Lotta. Kvällen avslutas med god mat, dryck och snack med hästvänner. Välkommen med skolhäst eller egen häst.



För dig med egen ponny eller häst

TÄVLINGSLÄGER med inriktning FÄLTTÄVLAN – Dressyr, hoppning och terräng

För dig med egen ponny eller häst som satsar på att tävla och komma upp en nivå i dressyr eller hoppning. Du är välkommen på ett lärorikt, utmanande och roligt läger. Vi kommer även att ha en grupp för dig som vill börja tävla fälttävlan. Då lär du dig bl. a. hur det går till på en fälttävlanstävling. Vi skraddarsyr dagarna för att det ska bli bra för just dig! Lägre börjar med intensiva dagar på VKRKS anläggning med 1-2 ridpass och teori varje dag. Alla som vill deltar i Pay & Jump på onsdagskvällen. Vi bokar terrängbanan i Annelöv en av dagarna. Det blir dressyr, programträning, markarbete mm. På torsdagen är det övernattnings med spex på kvällen. Vi planerar även för ett givande studiebesök. Lägre avslutas på fredagen. Det är begränsat antal platser, så skynda att anmäla! Gruppindelning beroende av kunskap och mål. En grupp är för dig som satsar på LB/LA nivå i hoppning och vill vara med i **VKRKS lag i div 1**. Det blir mycket individuell träning, men även mental träning, sportsmanship, gemenskap och laganda står på schemat! Fokus på teambuilding för laget samt träningslära, hästen uppbyggnad och utbildning.



Din ponny/häst bor i box på VKRKS anläggning. Strö ingår och foder tar du med själv. Lunch och fika till dig ingår. För alla anmälda blir det en uppstartsträff i början av juni då det finns möjlighet att lämna önskemål inför lägre för att tillgodose allas behov. Anmäl dig snabbt för att vara garanterad en plats!



Anmäl dig!



OBS! Det är ett begränsat antal platser till varje kurs/läger! Först får plats!

Anmäl genom att fylla i talongen på sista sidan och lämna den till en ridlärare eller skicka ett mail till info@vkrk.se. Anmälningsavgift är 350 kr till respektive läger och betalas i samband med anmälan. Resterande del av avgiften ska vara oss tillhanda senast den 31/5 (juniläger) och den 30/6 (juliläger) och 10/7 (augustiläger). Vi fakturerar vid anmälan. Använd samma OCR nr vid båda betalningarna. Anmälan är bindande från det att lägret ska vara betalt, lägeravgiften återbetalas endast mot uppvisande av läkarintyg/ veterinär intyg.

Varmt välkomna till en hästig sommar på Viarp!



Inkommit datum _____ 2025

Härmed anmäler jag mig till läger/kurs:

Datum:

Jag rider i grupp: _____

Dag och tid: _____

Jag önskar häst

1:a _____

2:a _____

3:e _____

Medicin eller dylikt

Namn _____

Adress _____

Postnr. _____

E-post _____

Tel _____

Anmälningsavgift 350:-

Personnr. _____

Jag får vara med på bild på sociala medier, media mm, ja nej

Jag får åka bil till Härslövsbadet och bada med ridskolan.

Jag kan simma

Jag kan inte simma

Målsmans underskrift

Tel.nr. till målsman under lägret: _____

Anmälan är bindande från det att lägret ska vara betalt.