

Påsklov vecka 14

HOPPDAG

Med vår ridlärare Erica Karlbom Åberg som tävlat upp till 120 hoppning samt coachat sin dotter till 135 cm hoppning.

Fredag 5/4 kl 09.00 - 14.00

Rider du på P6-träning/S6-S10 eller är medlem med egen häst? Då är du välkommen att anmäla dig till en rolig och inspirerande hoppdag.

På förmiddagen är det **teori** där Erica går igenom hoppningens grunder och hur man bäst tränar och förbereder sig för att kunna hoppa sin häst på bästa sätt gällande tempo, rytm, balans, linjer och bana.

På eftermiddagen rider ni en **hopplektion** i små grupper om max 6 elever per grupp. Hela ridhuset är bokad för denna aktivitet.

Anmälan. via Hippocrates, ange 3 hästönskemål.
Kostnad 495 kronor junior, 545 kr senior
Egen lunch medtages. Tillgång till kyl och micro.

Samling i ridhuset!



**Välkommen
med din
anmälan!**