

HÓLARS RYTTARMÄRKEN **2**

2010-2011

Hólars rytarmärken är ett välutvecklat utbildningssystem för Islandshästryttare på alla nivåer. Det finns 5 rytarmärken som måste tas i ordning, där eleven måste bli godkänd av en domare på varje nivå för att kunna gå vidare till nästa nivå. De första nivåerna innehåller grundläggande kunskaper medan de senare nivåerna ökar i kunskap och svårighet efter hand.

Instruktör:

Sara Arnbro, uppvuxen i Haninge (gammal "Forsare"), har gått 3 år på Hólars och är utbildad ridlärare, unghästtränare, tränare, domare. Sara bor på gården Ysta-Gerdi på norra Island tillsammans med sin sambo Lalli och sonen Ivar. Både Sara och Lalli jobbar på gården och tränar hästar; inridningar, tillridningar, inför avelsbedömningar och tävlingar. Sara arbetar även som ridlärare både på Island och i Sverige. <http://www.ysta-gerdi.net>

Examination

I denna utbildningsserie kommer nivåerna ligga parallellt och examinationen för de olika nivåerna sker på samma dag. Domaren är utbildad på Hólars och flygs in från Island. Det krävs godkända resultat i så väl teoretiska som praktiska proven för att eleven skal få fortsätta till nästa nivå. Efter godkänt prov erhåller eleven ett diplom och ett märke från Hólars samt blir registrerad i Hólars utbildningsregister. Minimialder är 12 år för att få genomgå examinationen.

Kursdatum

18-19 september
9-10 oktober
6-7 november
4-5 december
8-9 januari EXAMINATION

Kostnad och anmälan

Varje helgkurs kostar 1900kr/pers om man anmäler sig till hela utbildningen. Till eventuella restplatser välkomnar vi helgkursare som inte följer utbildningen. Enstaka helgkurser kostar 2000 kr. För de som går utbildningen ingår alla kostnader för instruktör och domare (som båda reser från Island) och registrering i Hólars utbildningsregister. Fika ingår men medtag egen mat. Uppvärmningsmöjligheter finns.

Anmälan är bindande och gäller alla helgkurserna.

Om en deltagare av någon anledning inte kan komma får hon/han själv hitta en ersättare. Anmälan skickas via e-post till: info@stallannero.se senast den 31 augusti 2010 men gärna tidigare.

I anmälan sak det framgå; namn och adress, förkunskaper, och en kort beskrivning av den häst som deltagaren ska använda under utbildningen.

Betalning sker senast 10 dagar före varje kurstillfälle.

Ryttarmärke 1

Teori:

- Känna till hästens naturliga beteende och kan umgås med hästen utifrån det.
- Känna till hästens kroppsdelar och sinnen.
- Känna till islandshästens gångarter.
- Känna till hur man umgås med hästen på ett säkert sätt.
- Känna till hästens utrustning och dess användning.

Teoriprov: skriftligt.

Praktiskt:

- Förbereda hästen för ridning på ett korrekt sätt. Borstning, kratsa hovar, sadla och tränsa.
- Leda hästen vid sidan i skritt och trav.
- Sitta upp och av på båda sidor.
- Hålla rätt i tygeln och korta tygeln på rätt sätt.
- Kan visa lodrät, halvlätt och lätttridning i longering i skritt och trav.

Praktiskt prov: förbereda hästen för ridning. Uppsittning, avstigning, tygeltag, reglera tyglarnas längd, leda hästen vid sidan, sitsövningar i longering.

Ryttarmärke 2

Teori:

- Känna till islandshästens historia.
- Känna till islandshästens egenskaper.
- Känna till det samspel som bör råda mellan häst och människan.
- Känna till hjälperna och hur de används.
- Känna till regler och användning av ridbana.
- Känna till vilka regler som gäller vid uteritt.

Teoriprov: skriftligt.

Praktiskt:

- Kyssa stigbyglarna från marken och uppsuttet.
- Ridvägar och gångartsbyten.
- A-B övningar.
- Lodrät, halvlättsits och rida lätt.
- Tygeltag och tygelhjälp.

Praktiskt prov: dressyrprogram.

Ryttarmärke 3

Teori:

- Känna till Islandshästens gångarter.
- Fodring
- Känna till hur hästen är byggd och hur den rör sig rätt.
- Känna till de olika träningsstegen.
- Känna till enkla dressyrövningar.
- Känna till grunden i gångartsträning.

Teoretiskt prov: skriftligt.

Praktiskt:

- Lodrät, halvlätt och rida lätt.
- Precisa gångartsbyten.
- Rida vid slak och lång tygel.

- Skänkelvikning.
- Ryttaren använder rätt tankesätt gentimot hästen.

Praktisk prov: Dressyrprogram.

Ryttarmärke 4

Teoretiskt:

- Känna till tillgången med målsättning, psykisk balans och tanketräning.
- Känna till vikten av en bra sits och kroppsmedvetenhet hos ryttaren.
- Kunna bestämma hästens hälsostånd och känna till de vanligaste sjukdomarna.
- Känna till grunden för skoning och hovvård och känna till skillnaden på olika skoningar, användningen av boots och tandhygien hos hästen.
- Känna till och förstå grunden i träningen av skänkelvikning, halvhalter, halt och andra dressyrövningar vars tillgång är att förbättra hästens balans och styrka.
- Känna till och förstå: balans, rakriktning, hjälpernas samspel, form, samling ofl.
- Känna till grunderna i longering, utförning och tillgång.

Praktiskt:

- Trav, lätttridning, ryttaren känner till och kan byta sittben.
- Dressyrövningar och hästens form:
 - skänkelvikning
 - halt
 - göra ramen större
 - göra ramen mindre
- Höger och vänster galopp i lodrät sits, väl utförda galoppfattningar, tempoväxlingar i galopp.
- Tölt, rätt förberedelser och lodrät sits, serpentiner.
- Tygeln given i skritt.

Eleverna ska kunna longera sin häst och känna till dess grunder. Ridläraren kan själv välja om han vill ha longeringen som en del i slutprovet, eller ha ett särskilt prov för longeringen.

Ryttarmärke 5

Teori:

- Känna till ridningens historia och utveckling i stora drag.
- Känna till det helsta om hästens träning och grunden i träningsfysiologi.
- Känna till och förstå grunden i övningarna öppna och backa.
- Känna till ord som gångartsbyten, temposkillnader, samling osv.
- Känna väl till alla islandshästens gångarter och förstår hur man tränar skritt, trav, tölt och galopp.
- Känner till den isländska stångens användning och verkan
- Känner till vart man kan få information och utbildning inom islandshästar.

Praktiskt:

- Trav, lodrät sits.
- Tölt, lodrät sits.
- Öppna i skritt i båda varven.
- Dressyrövningar och hästens form:
 - halt
 - backa
- Temposkillnader i tölt och trav.
- Given tygel i trav.
- Höger och venster galopp, på stora mittvolten, lodrät sits, galoppfattningar.

Eleverna ska få en varierande undervisning av gångarternas träning. Tex, rida ut i grupp, träning på ovalbana osv.