

# Ridelejr uge 27- 2023



Hermed følger programmet til vores ridelejr i uge 27 her på Vipperød Ridecenter.

Vi glæder os til at tage imod jer igen, og jeg glæder mig til at være sammen med alle jer dejlige ryttere, som går til ridning her i Vipperød Sportsrideklub samt kusinerne Victoria og Filipa, som kommer udefra.

I år har jeg valgt en ridelejr med et afsluttende stævne. Vi skal hygge os med heste og undervisning på alle niveauer. Pauser skal vi jo også huske, så alle kan nå, at få slappet lidt af.

Alle kan deltage til stævnet, og da niveauet er meget bredt på denne ridelejr, så skal vi træne og øve.

Vi skal have hjemmelavet mad som sædvanlig, og hvis der er noget, man ikke kan tåle, har allergi for, så er det rart for os at vide inden, at der er handles ind og maden er lavet.

Medicin eller andet, som jeg skal vide, er også rart at få klaret før ridelejren starter.

OBS: Jeg vil gerne opfordre forældrene, som har lidt ekstra tid til at afse en halv dag til at hjælpe med køkkenet, da vi ikke både kan undervise og sørge for rytterne samt lave maden samtidig.

Man kan se i programmet til hvilke opgaver.

Ligeledes vil vi gerne have hjælp af heste forældre (folk med hesteforstand) onsdag eftermiddag, da der er heste, som skal vaskes og der skal flettes til stævnet, og det tager tid.

Et par kager ville også være fint, hvis to kunne bage kage til de 2 aftner.

## ***Mandag den 3. juli.***

KL.0900-1000: Opsætning af telte på græsset foran fold 5.

KL.1000-1030: Information i rytterstuen og mødetid.

KL.1030-1230 Striglekonkurrence i stalden. Holdkonkurrence.

KL.1230-1330: Frokost og saft i rytterstuen og pause. Medbragt madpakke.

KL.1330-1600: Alm ridning i ridehallen.

KL.1600-1630: Frugt og saft/**forældrehjælp.**

KL.1630-1730: Undervisning i rytterstuen. Førstehjælp og farlige situationer.

KL.1800-1900: Aftensmad: Lasagne og salat og brød/**forældrehjælp.**

KL.1900-2100: Aftentur med de små heste.

KL.2100: Aftenhygge med kage og saft/te/**forældrehjælp.** : VCollage. Holdkonkurrence.

KL.2200: Afhentning af ryttere som sover hjemme.

KL.2230: I seng.

### ***Tirsdag den 4. juli.***

KL.0800-0900: Morgenmad/**forældrehjælp.**

KL.0900-1000: Fodre heste og hente heste fra fold.

KL.1000-1200: Springformiddag udendørs.

KL.1200-1300: Frokost: Varme frikadeller og fiskepinde, lidt pålæg - og pause/**forældrehjælp.**

KL.1300-1400: Undervisning i rytterstuen. Hesteforståelse og forskellige situationer.

KL.1400-1500: Øve programmer i rytterstuen og ridehallen uden hest.

KL.1500-1530: Koldskål

KL.1530-1830: Øve programmer på hest i ridehallen.

KL.1830-1930: Festmiddag: Burger m/kylling mm, pandekager og is / **forældrehjælp.**

KL.1930-2130: Stjerneløb på Ridecenteret. Holdkonkurrence.

Tirsdag forsat.

KL.2130: Kage og saft/te/**forældrehjælp.**

KL.2200: Afhentning af ryttere om skal sove hjemme.

KL.2230: I seng.

### ***Onsdag den 5. juli.***

KL.0800-0900: Morgenmad/**forældrehjælp.**

KL.0900-1000: Fodre heste og hente heste.

KL.1000-1200: Øve til stævnet på hest.

KL.1200-1300: Frokost: Æggekage, rest pålæg / **forældrehjælp.**

KL.1300-1600: Øve til stævnet og ordne heste til stævnet (Det tager tid).

KL.1600-1630: Varm Kakao med flødeskum og nybagte boller med pålægschokolade.

KL.1630-1700: Heste færdige og skifte tøj til stævnet. Håret sættes op på rytterne.

KL. 1700-2000: Stævneaften med dressur og spring, og hvor ryttercaféen har gode tilbud.

KL.2000: Afslutning, hvor vinderhold findes samt vinderne af dagens stævne.

Oprydning og tak for denne gang.

**Næste side : HUSKELISTEN MED HVAD DELTAGERNE SKAL HAVE MED 😊**

## **HUSKELISTE:**

**MADPAKKE** til første dag.

Telt: Sig til, hvis der er plads til flere i jeres telt, der er altid nogen, som ikke har telt.

Liggeunderlag og soveudstyr.

Varmt tøj og regntøj - se evt. vejrudsigten.

Skiftetøj og skiftesko – Nemme sko at få på, hvis man hurtigt skal på toilettet.

## **RIDEUDSTYR**

Toilettaske OG HUSK solcreme SAMT den evt. medicin man bruger.

LOMMELYGTE, da det er mørkt om natten.

Ekstra undertøj.

Ridestøvler.

Til stævnet skal man have hvide bukser/leggings /gamacher/strømpebukser (hvad man nu har) og sort jakke/trøje på.

ANDET efter behov (men ikke for meget) og lidt lommepenge til hygge (slik og is kan købes).

På gensyn

Gitte og hjælpere samt Vipperød Sportsrideklub.