



## Ridelejer uge 31 2023

### Program og madplan

#### ***Mandag:***

Kl: 09-1000: Indkvartering i telt

Kl: 10-1030: Information

Kl: 1030-1230: Hente heste til ridning.

Kl: 1230-1330: Frokost egen madpakke medbragt og pause.

Kl: 1330-1500: Planlægge stævne

Kl: 15-1530: Frugt/ kage og saft

Kl: 16-1730: Pony games med Gitte og Natasja.

Kl: 18-19: Aftensmad = Lasagne m/salat + brød - og pause

Kl: 19-21: Dressur undervisning med Tine Larsen.

Kl: 21-23: Planlægge stævne og aftenkage/te-saft

Kl:2300: I seng

#### ***Tirsdag:***

Kl: 8-9: Morgenmad

Kl: 9-1030: Morgenfordre og staldarbejde/ hente heste.

Kl:1030-1230: Turridning.

Kl: 1230-1330: Frokost: Varme frikadeller og fiskepinde + lidt pålæg - og pause

Kl: 1330-15: Ordne stævne og øve programmer uden hest.

Kl: 15-1530: Koldskål og pause/saft

Kl: 1530-1730: Ride programmer.

Kl: 1730-1830: Aftensmad: Wraps m/marineret kylling, ovnstegte kartofler  
salat – dessert: pandekager m/is.

Kl: 19-21: Aftenspring træning med Tine Larsen.

Kl: 21-23 Planlægge stævne/ aftenkage og saft/te.

Kl: 23: I seng.

### ***Onsdag:***

Kl:8-9: Morgenmad

Kl: 9-10: Morgenfodre og staldarbejdet/hente heste.

Kl: 1030-1300: Træne til stævne.

Kl: 1300-1400: Frokost: Æggekage samt rest af pålæg - og pause.

Kl: 14-1600: Gøre heste klar til stævnet.

Kl: 16-1630: Varm kakao og nybagte boller

Kl: 1630: Klæde om til stævnet.

Kl: 1700-2000: Stævne i dressur og spring.

Kl: 20-2030: Afslutning på ridelejr og årets ungerytter udnævnes.

**Hvad skal der medbringes: se næste side**

**At medbringe:**

Telt og soveudstyr/ luftmadras,

Ridetøj alt efter vejret/ rideudstyr heri sikkerhedsvest

Skiftesko

Stævnetøj

Toiletsager (medicin som man tager) og håndklæde

Lygte

Solcreme, evt. en kasket.

Ekstra tæppe/ koldt om natten

Penge til boden

Forældrehjælpen: Her er kagebagning til aftenmøderne samt bemanning til stævnecafeen (salg af toast – kaffe - kage) nødvendigt.

På gensyn Gitte - Natasja og VISK.