

# Trainee program KLRK



**Bakgrund:** Utbildningen är tänkt att genomföras och kvalitetssäkras i samarbete med Idrottsutbildarna SISU.

Syftet med kursen är att fånga upp de medlemmar och privatryttare som vill satsa på att komma vidare i sin ridning. KLRK har som mål att skapa nya kontakter mellan våra medlemmar och de som idag redan tävlar. Genom att stimulera ett organiserat utbyte mellan tävlingssektionen och våra unga talanger kan vi uppmuntra till att:

- skapa förebilder
- öka deltagarnas kunskap i säkerhet
- erbjuda fler möjligheter att delta i tävlingssammanhang
- skapa gemenskap mellan yngre och äldre ryttare
- skapa gemenskap mellan lektions- och privatryttare
- utbilda och rekrytera unga ledare
- kunskapsöverföring
- öka hästkännedomen
- ge ungdomar möjlighet till en givande fritid

## Trainee 1

- Hästskötarkurs bas, (hästskötsel samt persedelvård)
- Säker hästhantering, bok, dvd, genomgång av KLRK:s säkerhetsregler samt lastning.

## Trainee 2

- Hästskötarkurs 2, bandagering, knoppning, mm.
- Föreläsning av tävlingsryttare om att tävla och ha egen häst
- Föreläsning om att köpa häst
- Hästen i trafiken samt allemansrätten.

### **Trainee 3**

- Få utbildning och delta som funktionär på lokal hopp- och dressyrtävling
- Föreläsning om foder
- Förbered dig och din häst för tävling
- Fys träning

### **Trainee 4**

- Grönt kort
- Mentalträning
- Formulering av mål

### **Trainee 5**

- Teori inför bronsmärket
- Dressyrträning
- Hoppträning
- Bronsmärkestagning