

Varmt välkomna till vårterminen!

Observera att det är olika startdatum på våren:

Start från 6/1 för alla blå och röda grundgrupper, alla galoppgrupper/TR/Special/vuxna.

Start från 13/2 för alla gröna grupper.

Nybörjargruppen på lördagar 13:45 startar vecka 2.

Inga uppehåll oavsett väder, temperatur, röda dagar, lov m.m.

Nyheter

SPK är en ridskola och förening som verkligen värnar om att skapa en familjär stämning. Alla ska känna sig sedda och lyssnade på. I de oroliga tider som råder så är det extra skönt att känna att man får en stunds Må-Bra-zon i stallet. Vi har under 2022 jobbat hårt för att skapa möjligheter att hänga mer i stallet. Och nu står vår fina, nya klubblokal på plats. Det är dock en hel del kvar att göra och här behöver vi Din hjälp. Vi är säkra på att det, bland er medlemmar finns en massa kompetens och hjälparvilja. Ingen behöver göra allt. Utan om många gör lite så blir det inte så jobbigt.

Klubbhuset behöver:

Målas – bidra gärna med färg eller målarhjälp

EI – vi behöver LED-armaturer

Omlädningsrum – här behövs låsbara skåp och draperier

Dusch – vi behöver duschkabiner

Samlingsrum – runda bord och bra stolar sökes

Sovrum – vi letar 4st våningssängar. Gärna med en bredare del underst

Grävare som kan fylla igen runt om klubbhuset

Under 2023 så kommer vi att lägga mycket fokus på vårt värdegrundsarbete och att utveckla vår lektionsmodell för att bli ännu bättre. Vi fortsätter självklart att satsa på våra Stjärngrupper som erbjuder ridning för barn i behov av särskilt stöd och lugn och ro.

KLUBBRABATTHÄFTEN

I höstas vädjade vi om hjälp att samla pengar genom att sälja klubbpratthäftet. Då samlade vi in över 65.000kr vilket oavkortat gick till att inte höja ridpriserna till denna termin. Vi hoppas att ni vill göra samma igen. Vi tänker 2st/elev och du kommer att få dem i stallet. Du kan sedan sälja dom vidare eller använda dom själv. Vi fakturerar er. Vi hoppas på eran hjälp! Vi ska klara detta tillsammans!



Om HIPPOCRATES

Alla elevers målsman har en egen elevportal. Viktigt att kontrollera er inloggning och att era uppgifter stämmer:

<https://academy.hippocrates.se/>

- Kontot ska stå på MÅLSMAN. Under "Familj" lägger ni till elev.

- Här ser du alla dina fakturor och betalningar. Du kan även välja delbetalning.

- Avboka din lektion.

- Boka kurser och läger.

- Boka igenridning. Allt det du ser kan du boka igenridning i. Det är nivåstyrt.

- Du kan själv byta mail, lösen, adress m.m.

- Viktigt att era kontaktuppgifter i HC stämmer – annars kan vi inte nå er!



STALLVÄRDAR

Går du i TR-grupp och är 10 år eller äldre kan du bli stallvärd. En fast dag, varannan vecka i stallet där du och en kompis hjälper till under lektionstid och håller snyggt i stallet. Du lär dej, du är delaktig – du är viktig för klubben!

Om SPK

Storvreta Ponnyklubb är en ideell förening

Det är ni medlemmar som påverkar klubbens inriktning och årsplanering. SPK är medlem i Svenska ridsportförbundet.

SPK hyr anläggning och hästar från Solängen men har egen anställd personal på lektionerna. Ridskolechef är Elin Öhman. Ordförande i klubben är Åsa Hedlund.

Alla som rider på ridskolan, oavsett ålder, ska vara medlemmar i SPK.

300kr för barn/ungdom och 350kr för ridande vuxen.

Nytt år = ny medlemsavgift.

Medlemsavgift 2023 faktureras separat.

Hästarnas välfärd

I stallet är det **VIKTIGT** att ni läser den information som vissa hästar har vid sin plats. Det är för hästarnas väl och Er säkerhet! Vi vill även påminna er om att man **ENDAST** får vara 2 hos en ponny samtidigt!

OBS! Vi ser helst att en vuxen alltid medföljer under ridskoletider men vi har som krav att *alla* elever under 12 år och G1-nivå alltid ska ha en vuxen medföljare. Ska du vara i stallet och rida utan vuxen så ska du kunna göra dej redo för lektion på egen hand och kunna sitta upp. Vill du bara hänga i stallet så ska du ha koll på våra öppettider och följa våra stallregler.

Vi behöver dej!

SPK anordnar olika tävlingar för att få in pengar till klubben, men också för att skapa fler aktiviteter för era barn. DU behövs som funktionär! Anmäl intresse till: anmalan@storvretaponnyklubb.se

De flesta av våra ponnyer går på lösdrift, vilket betyder att de sover ute i hagen med sin flock och har tillgång till stor ligghall. Studier visar att man får friskare och sundare hästar då de får leva som en häst större delen av dygnet.

Vårt stall har i dagsläget inte plats för alla hästar inne samtidigt vilket innebär att de står på olika platser olika dagar och att de även byter plats under kvällen. Detta sköter personalen.

Det är **inte** tillåtet att mata eller ge godis!

Personal

Therese är nu klar sjuksköterska och har valt att sluta jobba som instruktör hos oss.

Natta kommer att jobba måndag, onsdag, torsdag, fredag med lektioner.

Karro fortsätter som vanligt måndagar och tisdagar.

Elin fortsätter som vanligt onsdagar och torsdagar samt har träningar på tisdagar.

Anna fortsätter fredagkvällar.

Julia fortsätter tisdagar och ojämn lördag tillsammans med ungdomsledare *Alice*.

Tina träffar ni på jämn lördag ihop med ungdomsledare *Felizia*.

Olivia och *Emily* kommer ha nybörjargruppen på lördagar samt en galoppgrupp på lördagar.

I stallet jobbar *Tova* för att våra hästar ska må så bra som möjligt. Till sin hjälp under våren har hon *Tina* som även kommer att rida och utbilda våra ponnyer tillsammans med *Karro*, *Natta* och *Julia*.

Och jag, *Elin* fortsätter att vara spindeln i nätet 😊

En lektion hos oss

GRÖN GRUNDGRUPP VARANNAN VECKA 15 min stall, 30 min ridning

BLÅ GRUNDGRUPP VARANNAN VECKA 15 min stall, 45 min ridning

BLÅ/GRÖN VARJE VECKA 15 min stall, 30 min ridning

RÖD GRUNDGRUPP + GALOPPGRUPP har en lektionstid på 45min och innefattar upprop, upp-/avsättning samt ridning. Man ska själv färdigställa sin ponny till lektionsstarten och man tar hand om den efter ridning. Galoppgrupp är uppdelat på Gstart — G4.

Vi på SPK tycker att det är viktigt att barnen från början får lära sig ett tryggt och säkert hästhanterande och grunderna i hästkunskap.

*Med kunskap och trygghet från stallet
får man trygga ryttare i sadeln.*

STORVRETA PONNYKLUBB

Ridskolechef: Elin Öhman
Lena-Ängeby Soläng 42
743 91 STORVRETA
0706-31 55 70

info@storvretaponnyklubb.se
INSTAGRAM @Storvreta_ponnyklubb
www.solangensridskola.se



RIDHUSREGLER

Olika ingångar:

Dörr på kortsida = besökare

Dörr på långsida = hästingång

Skjutporten hålls stängd under lektion.

- Personal öppnar/stänger hästingången.
- Rör dig lugnt och tyst i ridhuset.
- Inga hundar eller barnvagnar.
- Stör ej lektionen!

VISTAS DU I OLIKA STALL?

Tänk på att smitta, som kvarka, sprids via dina kläder, skor, hjälm, handskar, väst.

Förhindra att hästar blir sjuka genom att:

- Byta ridkläder. Tvätta allt i 60 grader.
- Sprita av hjälm, skor, väst.
- Tvätta händerna.


Följ dessa regler och rekommendationer så blir ditt besök hos oss lärorikt, säkert och roligt!

För en så säker ridskola och ridupplevelse som möjligt ber vi er att läsa följande:

Vi vill vara tydliga med att alla telefoner ska vara tysta samt att samtal på läktaren inte ska störa lektionen. Det är svårt att överrösta mobilsamtal eller trevliga föräldrasamtal och det är era barn som får svårt att höra oss, ridlärarens information.

Tänk på att följa läktarreglerna för att inte skrämra hästar eller störa lektionen.

TILL OCH FRÅN STALLET

- **Kör sakta på vår väg!** Tänk på barn och djur. Du spar inte in någon tid de sista 100 metrarna om du är sen till din lektion.
- Ge anländande bilar som ska svänga ner förtur. Använd mötesplatsen.
- Tänk på hur du parkerar! Ställ er tätt. Vid lektionsbyten ska det få plats med många bilar.
- Kom i tid till din ridlektion! Tänk på att det är andra som får vänta. Vid mer än fem minuters försening kommer vi tyvärr inte tillåta att ni får rida. Detta för att få en bra arbetsmiljö för våra hästar. 

KLÄDSEL

Hjälm är obligatoriskt och skall vara CE-märkt med standard VG1 01.040. Viktigt att hjälmen passar barnets huvud. En riktig ridhjälm är ett krav från ridtillfälle nr 3. ALLTID hjälm på i stallet!

- Byxor och skor med ordentlig sula och klack (minst 1 cm) skall alltid bäras vid ridning. Vi tillåter EJ ridning i fel sorts skor. Detta av säkerhetsskäl samt försäkringsfråga.
- Sätt upp långt hår i hästsvans så att du inte riskerar att fastna i något samt att du vid ridning inte ska behöva stryka bort hår från ögonen.
- Vi har lektion i alla väder. Vid regn är det bra att ha regnkläder. **Paraply** får stanna i bilen för att inte skrämra hästarna.
- Under den varma årstiden; skor med klack, ej tillåtet att rida i linne, shorts eller kjol. ALLA som vistas i stallet eller är med och leder häst ska ha riktiga skor och inte exempelvis sandaler.
- Under den kalla årstiden; tänk på att gummiridstövlar kyler så välj hellre vinterkängor med klack, ha fingervantar, bär ej halsduk eller långa snören som kan fastna, klä er varmt med olika lager då det blir kallt på hästryggen.

SÄKERHET

- Se över barnets/elevens försäkring så att den täcker ridning. Medlemmar i SPK har en bra försäkring genom sitt medlemskap, men bör komplettera med en egen.
- Barnvagnar, hundar och syskon får vistas vid uteridbanans kortsida mot parkeringen. Hundar ska vara kopplade och syskon får inte störa lektionerna. Är vuxen med får gående syskon såklart besöka stallet (med hjälm) under den vuxnes ansvar. HA ORDENTLIGA SKOR – gäller ALLA besökare i stallet!
- Du besöker hästarnas hem så visa hänsyn och stör dom inte i onödan!
- Mata aldrig hästar, stora som små! Framför allt inte hästar i hage.
- Klappa ej hästar i hage!