



JULENS AKTIVITETER PÅ STERK 2018



JULENS AKTIVITETER 2018

	 <p>Välkommen till stallet VARJE DAG!!</p>	<p><u>PRIVATLEKTION</u></p> <p>Bokas direkt: Evelina 070 8806300 Paris 076 3237073 Camilla 070 5838289 Sandra 073 8003372 Hanna 070 8477467</p>	 <p>Välkommen till stallet VARJE DAG!!</p>
<u>Lör</u> <u>Ë</u> <u>tis</u>	Uteritter 23 ó 24 - 25/12	Uteritter 23 ó 24 - 25/12	Uteritter 23 ó 24 - 25/12
<u>Tisd</u> <u>25/12</u>	Uteritter 23 ó 24 - 25/12	<p><u>Ridning i liten grupp</u> Rid tillsammans.... Storhäst och Ponny Pris: 350 kr</p>	<p>Uteritter 23 ó 24 - 25/12</p> <p>TÄVLINGSBANA I STORA 23 ó 25/12 KL 10.00 ó 16.00</p>
<u>Onsd</u> <u>26/12</u>	<p><u>2 dagars Ponnykurs</u> Hopp o dressyr båda dagarna! Tid 13.00 ó ca 16.30 Pris: 2 dagar 750 kr</p>	<p><u>JUL LÄGER med Fälttävlansinriktning</u> Ridvana Ponnyryttare med inriktning fälttävlan Tid: 08.00 ó ca 13.00 Pris: 2 dagar 1100 kr</p>	<p><u>Ridning i liten grupp</u> Rid tillsammans.... Storhäst och Ponny Pris: 350 kr</p>
<u>Torsd</u> <u>27/12</u>	<p><u>2 dagars Ponnykurs</u> Hopp o dressyr båda dagarna! Tid 13.00 ó ca 16.30 Pris: 2 dagar 750 kr</p> <p><u>Tomtenisse kurs</u> öSmåponnyryttareö Ridning och pyssel och fikaí .. Tid 11.00 ó ca 15.30 Pris: 400 kr</p>	<p><u>JUL LÄGER med Fälttävlansinriktning</u> Ridvana Ponnyryttare med inriktning fälttävlan Tid: 08.00 ó ca 13.00 Pris: 2 dagar 1100 kr</p>	<p><u>Hanna Jultrim</u> Storhäst ekipage, 2 ridpass Dressyr Tid: 08.30 ó 12.00 Pris 1 d 750 kr. 2 d 1200 kr</p> <p><u>Inkluderingsgänget</u> Julkurs för Inkluderings Tid: 14.00 ó 17.00 Pris 250 kr</p>
<u>Fre</u> <u>28/12</u>	<p><u>Tomtenisse kurs</u> öSmåponnyryttareö Ridning och pyssel och fikaí .. Tid 11.00 ó ca 15.30 Pris: 400 kr</p>	<p><u>HÄSTVÄRDSKURS</u> 08.00 ó 12.00 Pris 150 kr</p> <p><u>Ponny Kurs</u> Hopp o dressyr Tid 13.00 ó ca 16.30 Pris: 420 kr</p>	<p><u>Hanna Jultrim</u> Storhäst ekipage, 2 ridpass Dressyr Tid: 08.30 ó 12.00 Pris 1 d 750 kr. 2 d 1200 kr <u>Ridl Hanna</u></p> <p><u>Hanna Jultrim</u> Storhäst ekipage, 2 ridpass Hoppning Tid: 13.00 ó 16.30 Pris 750 kr.</p>

Lör 29/12	Tomtenisse kurs öSmåponnyryttareö Ridning och pyssel och fikaí .. Tid 11.00 ó ca 15.30 Pris: 400 kr	<u>Hästigt jullov</u> "barn fr stan" 09.00 ó 15.30 Ponny Kurs Hopp o dressyr Tid 13.00 ó ca 16.30 Pris: 420 kr	Sitsträning på lina Boka din egen tid. 30 min/ pass 08.00 ó 12..00 <u>Pris: 250 kr</u> Kurs för mindre ridvana Vuxna Storhäst ekipage, 2 ridpass Tid: kl 14.00 ó ca kl 17.30 Pris 750 kr.
Sön 30/12	Tomtenisse kurs öSmåponnyryttareö Ridning och pyssel och fikaí .. Tid 11.00 ó ca 15.30 Pris: 400 kr	Ponnykurs Grupputmaningen! Tid 08.00 ó ca 11.30 Pris: 400 kr <u>Hästigt jullov</u> "barn fr stan" 09.00 ó 15.30	Privat Hopp träning Boka egen tid mellan 08.00 ó 12..00 TRUPPEN TÄVLING Tid: 13.00 óca 16.00 Pris: 200 kr
Mån 31/12		Privat Hopp träning Boka egen tid mellan 08.00 ó 10.00 Pris: 500 kr	TÄVLINGSBANA I STORA 31/12 ó 1/1 KL 10.00 ó 16.00
Tisdag 1/1	2019	2019	2019
Onsd 2/1	LEKTIONSSTART Tomtenisse kurs öSmåponnyryttareö Ridning och pyssel och fikaí .. Tid 11.00 ó ca 15.30 Pris: 350 kr	LEKTIONSSTART Ponnykurs Grupputmaningen! Tid 08.00 ó ca 11.30 Pris: 400 kr	LEKTIONSSTART Helgtjänstteamen! Hästlära och Ridning Kl 08.00 ó 11.00 Pris: 250 kr
Torsd 3/1	Tomtenisse kurs öSmåponnyryttareö Ridning och pyssel och fikaí .. Tid 11.00 ó ca 15.30 Pris: 400 kr	Gallopera mera kurs 1 Ponnyryttare! Tid: 08.30 ó 11.30 Pris: 1 d 420kr 2 d 750kr	Drop in och Privatlektion Kl 09.00 <u>Ridl Cicki</u>
Fred 4/1	Grönt kort kurs Dag 3 kl. 9.00-15.00	Gallopera mera kurs 2 Ponnyryttare! Tid: 08.30 ó 11.30 Pris: 1 d 420kr 2 d 750kr	Drop in och Privatlektioner Kl 09.00 <u>Ridl Cicki</u>
Lörd 5/1			Stall och Cafevärds kurs Hästlära och Ridning 14.00 ó 17.00
Sönd 6/1			"Sitsakuten" - Cicki kurs med fokus på sitsen! Kl 08.00 ó 11.30 Pris: 750 kr

JULENS AKTIVITETER



Kansli: 0220 - 438 10, 0702 6 69 59 49
sterk@storaekby.nu

Cecilia Esseen, Ridskolechef
Telnr 0702 6 69 59 49
sterk.ridskola@telia.com

Stora Ekeby Ridklubb
Stora Ekeby,
725 92 VÄSTERÅS

Glöm inte att besöka vår hemsida
www.storaekby.nu

LEKTIONSSTART
VÅRTERMINEN 2019

ONSDAG 2 januari
Varmt Välkomna!



UTERITTER i JUL!

PASSA PÅ ATT FÅ KOMMA UT
I SKOG OCH MARK OCH KANSKE FÅ CHANSEN
TILL EN SNÖGALOPP...

VID BRA VÄDER KOMMER VI ATT HA UTERITTER
FÖR ALLA MED RIDVANA. Gäller både ponny och häst.

DAGAR: Lördag 23/12 och Söndag 24/12 och Måndag 25/12

TID: kl 09.30

KOSTNAD: 250 kr

anmälan på stallkontoret eller via mail

sterk@swipnet.se

(Gällande anmälningsregler för kurs/tävling)

Varmt välkomna till en härlig upplevelse på
hästryggen !!

JULHELG RIDNING! PRIVATTRÄNING I LITEN GRUPP.

Ung eller gammal, ponny eller häst...
Familjen eller prova på...
En möjlighet att träna extra efter eget önskemål.

ALLA MED RIDVANA KAN VARA MED, VÄLJ TID!

Tisdag 25/12	Onsdag 26/12
fm: kl 08.00	fm: kl 09.00
kl 09.00	kl 10.00
kl 10.00	kl 11.00
kl 11.00	em: kl 14.00
	kl 15.00
	kl 16.00

Pris/pass:

1 st 570 kr 2 st 470 kr. 3 st - 6 st 350 kr

Anmäl dig på önskad tid.

Stallkontor, 0220 438 10, eller via mail sterk@swipnet.se

(Gällande anmälningsregler för kurs/tävling)





2 dagars Julläger med fältävlsinriktning för Camilla!



Ett härligt tvådagars läger för er ponnyryttare
som vill träna hoppning med fältävlsinriktning !

Kursen för dig som vill få en större inblick i fältävlan och få träna
även på några fältävlsinriktningar.
Du får en individuell feedback och exklusiv tid för dig och din häst
med fältävlan som huvudtema!

Varmt Välkomna till två härliga dagar!



Datum: 26-27/12
Kl 09.00 - ca 14.00
Antal platser: 8 st
Medtag egen lunch

Pris: 1100 kr (I mån av plats, 1 dag 650 kr)



anmälan på stallkontoret eller via mail
sterk@swipnet.se

(Gällande anmälningsregler för kurs/tävling)



TVÅ DAGARS PONNYKURS!

För Evelina

Den 26 och 27 december mellan kl 13.00-ca 16.30

Med noggrannheten från dressyren och modet i hoppningen utvecklas du till en allsidig ryttare och får en stadig grund i din utveckling.

Vare sig du väljer att bli hopp eller dressyrryttare, så är grunden det allra viktigaste.

I Evelinas allroundkurs 26- 27/12 får du båda delar!

Du ska rida hästens i balans i alla tre gångarter och vara van vid banhoppning.

Pris: 2 dagar 750 kr (1 dag 420 kr endast vid ej full 2 dagarskurs)

anmälan på stallkontoret eller via mail
sterk@swipnet.se
(Gällande anmälningsregler för kurs/tävling)



"Hannas JULTRIM"

Passa på att träna extra för vår Ridlärare
Hanna Danewid!

DRESSYR

Torsdag den 27/12 och Fredagen den 28/12
kl 08.30 - 12.00

Hoppning

Fredagen den 28/12
kl 13.00 - ca 16.30

Varje dag innehåller två ridpass, personliga genomgångar och
smarrig julfika såklart!

Kurserna är öppna för storhästryttare.

Pris: 1 dag 750kr

Pris: 2 dagar 1200kr

anmälan på stallkontoret eller via mail sterk@swipnet.se

(Gällande anmälningsregler för kurs/tävling)



Varmt välkomna till härliga "trimdagar"!



Tomtenisse kurser

Julkurser för er mindre ponnyryttare.
Kom och var med på julens roligaste timmar
tillsammans med ridl. Sandra!

Vi ska fixa i stallet, göra pappershästar med man o svans,
pärla, leka och fika smörgås. Vi ska så klart rida på våra
fantastiska ponnyer. För er ponnyryttare som inte ridit
så mycket. Du som inte rider själv, medtag ledare.

- Torsdag den 27/12 kl 11.00-ca 15.30
- Fredag den 28/12 kl 11.00-ca 15.30
- Lördag den 29/12 kl 11.00-ca 15.30
- Söndag den 30/12 kl 11.00-ca 15.30
- Onsdag den 2/1 kl 11.00-ca 15.30
- Torsdag den 3/1 kl 11.00-ca 15.30



Pris: 400 kr - Boka fler dagar och få 25% rabatt
Anmälan på stallkontoret eller via mail
sterk@swipnet.se
(Gällande anmälningsregler för kurs)

Varmt välkomna !



PONNY RYTTARE!

Kurs 1 Den 28 december mellan kl 13.00-ca 16.30
Ridlärare Paris

Kurs 2 Den 29 december mellan kl 13.00-ca 16.30
Ridlärare Evelina

Båda ponnykurserna vänder sig till dig som ridit ett tag, och vill träna vidare till nästa steg.

Du rider din häst i skritt, trav och galopp.

Hoppning dressyr och träning efter gruppens egna önskemål står på schemat.

Teori och en massa gofika ingår i julens två eftermiddagskurser.

Pris: 420 kr / kurs

anmälan på stallkontoret eller via mail

sterk@swipnet.se

(Gällande anmälningsregler för kurs/tävling)



Vi samverkar med:
SISU
Idrottsutbildarna

Grönt kort kurs på STERK!

För dig som ska tävla och inte har GRÖNT KORT så anordnar vi på Stora Ekeby ridklubb en kurs på jullovet.

- Grönt kort är ett måste för alla som ska tävla från och med inbjudningstävlingar och uppåt.
- Du kan gå kusen tidigast från och med det år du fyller 13 år. Från och med det år du fyller 14 år måste du ha eget kort (12 år och yngre barn rider på målsmans gröna kort).
- Kursen innehåller 3 tillfällen och man måste närvara vid alla tillfällen. Ni som kommer från andra klubbar behöver ha ett intyg på era ridkunskaper (finns på ridsportförbundets hemsida) med er till kursen (ridande på Stora Ekeby ridskola behöver inte ridintyg).
- Du som förälder behöver inte intyg på ridkunskaper.
- **Du kan endast göra din anmälan via mail.** Maila ditt namn, adress, telefonnummer, klubbtilhörighet och personnummer till: sterk@swipnet.se
- Max 15st deltagare. Minsta antal är 8st för att kursen ska bli av. Vid inställd kurs meddelas ni via mail den 17 december.
- **OBS!! anmälan måste vara inne senast 14 december!!**
- Kostnad: medlemmar i STERK 900kr, övriga 1600kr. Du kan endast betala kontant! (ej swich eller kort) medtages första dagen.

Datum:

Fredag den 28 december kl 13.00-ca 16.00

(mer info om kurs och upplägg samt material får ni den här dagen)

Onsdag den 2 januari kl 09.00-ca 15.00 (medtag egen lunch)

Torsdag den 3 januari kl 09.00-ca 15.00 (medtag egen lunch)

Fredag den 4 januari kl. 09.00- ca 12.00

Söndag 6 januari kl 13.15 Provskrivning! (ni har ca 2 tim på er att skriva provet)

Medtag egen dator/"padda". Var stallklädd.

Samling första dagen på ridskolans stallkontor!

Vill du veta mer om vad Grönt kort är innan du anmäler dig? Gå in på ridsportförbundets hemsida www.ridsport.se

Frågor besvaras av Kursledare Rita Brundin

via mail sterk@swipnet.se Vi svarar så fort vi kan...



PONNY RYTTARE!

Kurs 1 Den 28 december mellan kl 13.00-ca 16.30
Ridlärare Paris

Kurs 2 Den 29 december mellan kl 13.00-ca 16.30
Ridlärare Evelina

Båda ponnykurserna vänder sig till dig som ridit ett tag, och vill träna vidare till nästa steg.

Du rider din häst i skritt, trav och galopp.

Hoppning dressyr och träning efter gruppens egna önskemål står på schemat.

Teori och en massa gofika ingår i julens två eftmiddagskurser.

Pris: 420 kr / kurs

anmälan på stallkontoret eller via mail

sterk@swipnet.se

(Gällande anmälningsregler för kurs/tävling)



Välkommen på Julkurs!

Jag bjuder in dig till julkurs! Jag vänder mig till dig som rider storhäst och som har lite mindre ridvana.

Vi kommer att rida 2 pass samt ha en julig fikastund med hästprat och genomgång.

Hoppas du vill vara med!

Lördag 29/12

Tid 14.00 - ca 17.30

Julkurspris: 750 kr

Anmälan på stallkontoret eller via mail sterk@swipnet.se

(Gällande anmälningsregler för kurs/tävling)

Varmt Välkomna önskar Camilla!





SITSTRÄNING PÅ LINA!

Ridlärare Camilla Björklund hjälper dig rätta till din sist
Boka din egen tid. 30min/pass.

Lördag 29/12

Bokningstider: kl 08.00-08.30

kl 08.30-09.00

kl 09.00-09.30

kl 09.30-10.00

kl 10.15-10.45

kl 10.45-11.15

kl 11.15-11.45

Kostnad 250:-

Anmälan på stallkontoret elle via mail först till kvarn...

sterk@swipnet.se





PRIVATHOPPTRÄNING!

Exklusiv privathoppträning !

En egen hoppträning på din nivå och önskan.
Det blir 30min hopp pass. Du ska vara framriden innan
träningsspassets börjar. Endast en ryttare per pass.

Söndag 30/12 och Måndag 31/12

Boka tiden Kl 08.00

Boka tiden Kl 08.30

Boka tiden Kl 09.00

Boka tiden Kl 09.30

Boka tiden Kl 10.15

Boka tiden Kl 10.45

Boka tiden Kl 11.15

Kostnad 500:-

Anmälan på stallkontoret elle via mail först till kvarn...

sterk@swipnet.se

Varmt Välkommen önskar våra tävlingsryttare och ridlärare
Hanna Danewid och Fanny Flykt!





Julens Galoppera mera!

Dom här kurserna är för dig som rider själv i skritt och trav, har provat galopp men vill öva mer!

Kursen innehåller massor av galopp, pyssel med hästarna och julfika!

Kurs 1 Torsdag den 3/1 kl 08.30-ca 11.30

Kurs 2 Fredag den 4/1 kl 08.30-ca 11.30

Pris: 1 dag 420kr

Pris: 2 dagar 750kr

anmälan på stallkontoret eller via mail

sterk@swipnet.se

(Gällande anmälningsregler för kurs/tävling)

Varmt välkomna till härliga galoppdagar

önskar ridlärare Evelina och Paris!





"SITS AKUTEN"!

Cicki kurs med inriktning på sitsen.

Låt Cicki hjälpa dig förbättra din sist till häst.
En förmiddag med inriktning på sitsen!
2 pass ridning samt personlig feedback till härlig julfika.

- **SÖNDAG** den 6/1 kl 08.00-11.30
Julpris: 750 kr

Frågor besvaras på 072 5664849 (Cicki)

anmälan på stallkontoret eller via mail sterk@swipnet.se

Varmt välkomna önskar Cicki!

