

Tips & råd till Ryttare och Medhjälpare

Ryttare: Ridhjälm är viktigast av allt. Ha den på vid all hästhantering. Finns att låna första gångerna men köp sedan en egen som passar perfekt. Kom i tid. Hästarna gillar inte när du har bråttom.

Lämplig klädsel är mjuka byxor. Knäpp tröja/jacka/väst så den inte fladdrar. Undvik halsduk som kan linda upp sig och ha gärna uppsatt hår. Inga stora smycken som kan fastna och skada dig. Handskar minskar risken för blåsor i händerna. Ridspö som hjälpmedel finns att låna i sadelkammaren.

När ryttaren börjar rida utan ledare, galoppera och hoppa hinder ökar risken att ramla av. Då är det viktigt att vara rätt klädd. Ridstövel eller rid sko med short chaps ger bra stöd för skänkeln och glider lättare ur stigbygeln. Långärmat minskar risken för skrapsår på armarna om du trillar av.

Säkerhetsväst på vid hoppning och terräng. Kan vara begagnad men ska passa i storlek för att ge rätt skydd och vara bekväm.

Den ovana ryttaren som har ledare ska i första hand klä sig bekvämt och tillräckligt varmt. Tumvantar och kängor går utmärkt.

Skölj bettet efter ridningen. Häng sadel och trän på rätt plats åt rätt håll!

Klappa om hästen men vill du borsta ska du fråga personalen först!

Medhjälparen: Vid skötsel bör du vara vid ponnyns huvud och hålla i grimman. Då blir ponnyn trygg och nyper ingen i rumpan... Mobiltelefonen får vänta tills ryttaren/ponnyn inte behöver dig. Utrusta er med deltatygel och ledgrimskäft.

Vid uppsittning håller du i ponnyn så den står still och grimskäftet så det inte hamnar på backen. Ridläraren instruerar. Lyssna och försök förmedla till ryttaren. Rejäl fotbeklädnad är lämpligt för lerigt underlag och minskar risken för trampsador.

Fråga gärna om du undrar över något eller inte förstår.

Lycka till!

Maria 0707364235 maria@bullerstaponnyskola.se