

TEMA-VECKOR på ÖRKS 2021

Anslag vecka 6 finns i Lilla stallet och för vecka 7 på anslagstavlan samt på hemsidan

Föranmälan obligatorisk för planeringens skull.

Anmälan till aktiviteter som är på plats sker på plats

Anmälan DIGITAL NÄRVARO TILL MAIL på aktuell veckodagsadress ["veckodag"@orks.nu](mailto:veckodag@orks.nu) (t.ex mandag@orks.nu, tisdag@orks.nu osv Föräldraträffar; foralder@orks.nu)

OBS ETT MAIL PER AKTIVITET DU VILL VARA MED PÅ – vi kan inte hantera flera anmälningar i ett mail! Var rädd om vår tid- gör rätt!

Skriv vilken aktivitet du anmäler till i ämnesraden

Dekorativ hästvård

Fläta, knoppa, gör schackrutor mm .
Genomgång via Teams, praktiskt tillfälle
med separat anmälan v. 7

Måndag 8/2
16.30-17.15

Via
Teams

För alla åldrar. Speciellt för dig som vill kunna göra hästen tävlingsfin.

Gratis för elev inskriven i gruppverksamhet.

Föranmälan för planeringens skull, anmäl DIGITAL NÄRVARO TILL MAIL på aktuell veckodagsadress "veckodag"@orks.nu (t.ex mandag@orks.nu, tisdag@orks.nu osv) OBS ETT MAIL PER AKTIVITET DU VILL VARA MED PÅ – vi kan inte hantera flera anmälningar i ett mail! Var rädd om vår tid- gör rätt!

Att ha egen häst

Hur gör man om man vill skaffa egen häst, vad innebär det och finns det alternativ?

Måndag 8/2

17.30-18.15

Via
Teams

För alla åldrar. Speciellt för dig som kommit en bit på väg
Gratis för elev inskriven i gruppverksamhet.

Föranmälan för planeringens skull, *Föranmälan för planeringens skull, anmäl DIGITAL NÄRVARO TILL MAIL på aktuell veckodagsadress ["veckodag"@orks.nu](mailto:veckodag@orks.nu) (t.ex mandag@orks.nu, tisdag@orks.nu osv) OBS ETT MAIL PER AKTIVITET DU VILL VARA MED PÅ – vi kan inte hantera flera anmälningar i ett mail! Var rädd om vår tid-gör rätt!*

CLINIC-

Ridlärare rider LEKTIONSHÄSTAR

Måndag 8/2

19.00 – ca 20.00 på Teams

För alla åldrar och kunskapsnivåer, speciellt för dig som vill ha lite repetition ang grundridning.

Ni kan önska vilka hästar ni vill se, men vi har en del förinspelat material som ev kommer visas

Gratis för elev inskriven i gruppverksamhet.

Föranmälan för planeringens skull, anmäl DIGITAL NÄRVARO TILL MAIL på aktuell veckodagsadress ["veckodag"@orks.nu](mailto:veckodag@orks.nu) (t.ex mandag@orks.nu, tisdag@orks.nu osv) OBS ETT MAIL PER AKTIVITET DU VILL VARA MED PÅ – vi kan inte hantera flera anmälningar i ett mail! Var rädd om vår tid- gör rätt!

Föranmälan för planeringens skull, vid få anmälda kan aktivitet ställas in.

Ponnypromenad

Led hästen på rätt sätt. Teori och praktik, promenad ute eller något av ridhusen beroende på väder

Tisdag 9/2

16.30- 17.15

För alla åldrar och nivåer. Speciellt bra för dig som är ny i stallet och för dig som vill umgås mer med hästarna.

Gratis för elev inskriven i gruppverksamhet.

Föranmälan för planeringens skull, vid många anmälda kan gruppindelning ske och vid få anmälda kan aktivitet ställas in.

Käpphästträning

Ridsportens grenar

Tisdag 9/2

17.30- 18.15

Ta med egen käpphäst eller låna av oss

För alla åldrar och nivåer. Speciellt bra för dig som tycker det är kul att träna kondition och koordination och samtidigt lära dig om ridsportens olika grenar.

Gratis för elev inskriven i gruppverksamhet.

Föranmälan för planeringens skull, vid många anmälda kan gruppindelning ske och vid få anmälda kan aktivitet ställas in.

miniCLINIC-

Dressyr-

rörelser



Tisdag 9/2
18.00-18.45

Via
Teams

Du får se Åsa och Mia rida olika dressyrrörelser, sidvärtsrörelser, fram och bakdelsvändningar. Möjligheter till frågor

För alla åldrar, speciellt för dig som vill veta mer om dressyr.

Gratis för elev inskriven i gruppverksamhet. Övriga 100 kr

Föranmälan för planeringens skull, *Föranmälan för planeringens skull, anmäl DIGITAL NÄRVARO TILL MAIL på aktuell veckodagsadress ["veckodag"@orks.nu](mailto:veckodag@orks.nu) (t.ex mandag@orks.nu, tisdag@orks.nu osv) OBS ETT MAIL PER AKTIVITET DU VILL VARA MED PÅ – vi kan inte hantera flera anmälningar i ett mail! Var rädd om vår tid-
gör rätt!*

Skoning

Om hovar och hovvård. Film när vår hovslagare Magnus Bergqvist skor, Mia visar och berättar via Teams.

- Hur lyfter man ett bakben på Guevara?
- Hur tar man av en sko och sätter fast en ny?
- Varför skor? Måste man sko både fram o bak? (billigare sko bara fram?)
- Behöver hovar skötas varje dag? Torr sommar, blöt höst, leriga hagar- hur påverkas hästens hovar? Hjälper det smörja in?
Hur för bäst effekt? mm mm

Tisdag 9/2
19.00-ca 20

Via
Teams

alla åldrar välkomna - lämpligt även för dig med egen häst !

Gratis för elev inskriven i gruppverksamhet. Övriga betalar 150.

Föranmälan för planeringens skull, *Föranmälan för planeringens skull, anmäl DIGITAL NÄRVARO TILL MAIL på aktuell veckodagsadress ["veckodag"@orks.nu](mailto:veckodag@orks.nu) (t.ex mandag@orks.nu, tisdag@orks.nu osv) OBS ETT MAIL PER AKTIVITET DU VILL VARA MED PÅ – vi kan inte hantera flera anmälningar i ett mail! Var rädd om vår tid- gör rätt!*

Hästköttsel

och mys i stallet

Rykta och kratsa, sköta utrustning
Praktiskt med hästarna i stallet

Onsdag 10/2

16.30-17.15

För alla åldrar och nivåer. Speciellt bra för dig som är ny i stallet och för dig som vill umgås mer med hästarna. Även för fodervärdar och tävlingsryttare

Gratis för elev inskriven i gruppverksamhet.

Föranmälan för planeringens skull, vid många anmälda kan gruppindelning ske och vid få anmälda kan aktivitet ställas in.

Lastning i hästtransport

Lär dig lasta rätt o säkert för både människa och häst

Onsdag 10/2

17.30 - 18.30

På plats för dig som tar grönt kort, Klä dig varmt, vi är ute eller i ridhus övriga välkomna att delta via Teams.

Föranmälan för planeringens skull, anmäl DIGITAL NÄRVARO TILL MAIL på aktuell veckodagsadress ["veckodag"@orks.nu](mailto:veckodag@orks.nu) (t.ex mandag@orks.nu, tisdag@orks.nu osv) OBS ETT MAIL PER AKTIVITET DU VILL VARA MED PÅ – vi kan inte hantera flera anmälningar i ett mail! Var rädd om vår tid- gör rätt!

Främst för dig som vill ut o tävla/hyra häst osv

Gratis för elev inskriven i gruppverksamhet. Övriga 50 kr

ANATOMI & MUSKLER

Lär dig om hur hästen är byggd och hänger ihop.

Med Åsa Linnér

Vi målar skelett mm på en häst som vi sedan ser
röra sig

Onsdag 10/2

19.00-20.30 ca

Via
Teams

För alla åldrar, speciellt för dig som kommit en
bit på väg.

Gratis för elev inskriven i gruppverksamhet.

Övriga betalar 200 kr

*Föranmälan för planeringens skull, anmäl DIGITAL
NÄRVARO TILL MAIL på aktuell veckodagsadress
["veckodag"@orks.nu](mailto:veckodag@orks.nu) (t.ex mandag@orks.nu,
tisdag@orks.nu osv) OBS ETT MAIL PER AKTIVITET DU
VILL VARA MED PÅ – vi kan inte hantera flera
anmälningar i ett mail! Var rädd om vår tid- gör rätt!*

Börja Tävla

Även för dig som vill hjälpa till på tävlingar eller helt enkelt vill lära mer om tävling.

Torsdag 11/2
kl.16.30- 17.15

Via
Teams

För alla som vill tävla, ryttare under 15 med förälder.

(Ryttare till 15 år måste ha med vuxen när de ska tävla på ÖRKS klubb tävlingar)

Gratis för alla medlemmar och föräldrar.

Övriga betalar 50:-

Föranmälan för planeringens skull, anmäl DIGITAL NÄRVARO TILL MAIL på aktuell veckodagsadress "veckodag"@orks.nu (t.ex mandag@orks.nu, tisdag@orks.nu osv) OBS ETT MAIL PER AKTIVITET DU VILL VARA MED PÅ – vi kan inte hantera flera anmälningar i ett mail! Var rädd om vår tid- gör rätt!

Hästens utrustning

Sadel, träs – vad finns mer till hästen och hur och varför används det

Torsdag 11/2
17.30- 18.15

Via
Teams

För alla åldrar och nivåer. Speciellt bra för dig som är ny i stallet och för dig som vill umgås mer med hästarna. Även bra för dig som är ny stallvärd eller förälder till mindre barn

Gratis för elev inskriven i gruppverksamhet.

Föranmälan för planeringens skull, anmäl DIGITAL NÄRVARO TILL MAIL på aktuell veckodagsadress ["veckodag"@orks.nu](mailto:veckodag@orks.nu) (t.ex mandag@orks.nu, tisdag@orks.nu osv) OBS ETT MAIL PER AKTIVITET DU VILL VARA MED PÅ – vi kan inte hantera flera anmälningar i ett mail! Var rädd om vår tid- gör rätt!

Praktisk övning med hästarna i stallet vid annat tillfälle, separat anmälan

Veterinär

Helena Kättström

Första hjälpen för häst

Torsdag 11/2

19.00- ca 20.30

Via
Teams

alla åldrar välkomna - lämpligt även för dig med egen häst !

Gratis för elev inskriven i gruppverksamhet.

Övriga betalar 150

Föranmälan för planeringens skull, anmäl DIGITAL NÄRVARO TILL MAIL på aktuell veckodagsadress ["veckodag"@orks.nu](mailto:veckodag@orks.nu) (t.ex mandag@orks.nu, tisdag@orks.nu osv) OBS ETT MAIL PER AKTIVITET DU VILL VARA MED PÅ – vi kan inte hantera flera anmälningar i ett mail! Var rädd om vår tid- gör rätt!

Ponnypromenad

Led hästen på rätt sätt. Teori och praktik, promenad ute eller något av ridhusen beroende på väder

Fredag 12/2

16.30- 17.15

För alla åldrar och nivåer. Speciellt bra för dig som är ny i stallet och för dig som vill umgås mer med hästarna.

Gratis för elev inskriven i gruppverksamhet.

Föranmälan för planeringens skull, vid många anmälda kan gruppindelning ske och vid få anmälda kan aktivitet ställas in.

Ryttarens hjälper

Händer, tyglar, skänklar, vikt o röst,
förhållande mothållande osv det är
mycket att hålla reda på!

Lär dig om ridning!

Fredag 12/2

17.30-18.15

Via
Teams

För alla åldrar. Både du som är ny i ridsporten och nyttig repetition för dig som hållit på ett tag.

Gratis för elev inskriven i gruppverksamhet, övriga 50 kr

Föranmälan för planeringens skull, anmäl DIGITAL NÄRVARO TILL MAIL på aktuell veckodagsadress "veckodag"@orks.nu (t.ex mandag@orks.nu, tisdag@orks.nu osv) OBS ETT MAIL PER AKTIVITET DU VILL VARA MED PÅ – vi kan inte hantera flera anmälningar i ett mail! Var rädd om vår tid- gör rätt!

Blått kort för klubbtävling

Hur gör man på en klubbtävling? Detta är en kurs som kommer att följas upp av ett prov vid annat tillfälle. Blått kort är sedan 1/1 2021 obligatoriskt för ridskoleelever för att få lov att vara med på klubbtävlingar på ÖRKS med skolhäst.

Fredag 12/2

18.30 - 19.30

Via
Team

För dig som tävlar/ vill börja tävla på klubbnivå , **gärna MED FÖRÄLDER**

även för dig som vill hjälpa till som funktionär eller med att fixa med klubbtävlingarna på annat vis

Gratis för elev inskriven i gruppverksamhet. Övriga 100 kr

Föranmälan för planeringens skull, anmäl DIGITAL NÄRVARO TILL MAIL på aktuell veckodagsadress "veckodag"@orks.nu (t.ex mandag@orks.nu, tisdag@orks.nu osv) OBS ETT MAIL PER AKTIVITET DU VILL VARA MED PÅ – vi kan inte hantera flera anmälningar i ett mail! Var rädd om vår tid- gör rätt!

Ponnypromenad

Led hästen på rätt sätt. Teori och praktik, promenad ute eller något av ridhusen beroende på väder

Söndag 14/2

15.00- 15.45

För alla åldrar och nivåer. Speciellt bra för dig som är ny i stallet och för dig som vill umgås mer med hästarna.

Gratis för elev inskriven i gruppverksamhet.

Föranmälan för planeringens skull, vid många anmälda kan gruppindelning ske och vid få anmälda kan aktivitet ställas in.

Ponnypromenad

Led hästen på rätt sätt. Teori och praktik, promenad ute eller något av ridhusen beroende på väder

Söndag 14/2

15.45- 16.30

För alla åldrar och nivåer. Speciellt bra för dig som är ny i stallet och för dig som vill umgås mer med hästarna.

Gratis för elev inskriven i gruppverksamhet.

Föranmälan för planeringens skull, vid många anmälda kan gruppindelning ske och vid få anmälda kan aktivitet ställas in.

Ryttarens hjälper

Händer, tyglar, skänklar, vikt o röst,
förhållande mothållande osv det är
mycket att hålla reda på!

Lär dig om ridning!

Söndag 14/2

16.30-17.15

Via
Teams

För alla åldrar. Både du som är ny i ridsporten och nyttig repetition för dig som hållit på ett tag.

Föranmälan för planeringens skull, anmäl DIGITAL NÄRVARO TILL MAIL på aktuell veckodagsadress "[veckodag](mailto:veckodag@orks.nu)"@orks.nu (t.ex mandag@orks.nu, tisdag@orks.nu osv) OBS ETT MAIL PER AKTIVITET DU VILL VARA MED PÅ – vi kan inte hantera flera anmälningar i ett mail! Var rädd om vår tid- gör rätt!

ratis för elev inskriven i gruppverksamhet, övriga 50 kr

Mockningskurs

Den svåra konsten att mocka så det blir bra för både häst, ekonomi och din egen kropp

Insläpp

av

hästarna på säkert sätt

Söndag 14/2

18.00- 19.00

Via

Teams

Speciellt bra för alla fodervärdar och de som har helgjour

Gratis för elev inskriven i gruppverksamhet.

Föranmälan för planeringens skull, anmäl DIGITAL NÄRVARO TILL MAIL på aktuell veckodagsadress

["veckodag"@orks.nu](mailto:veckodag@orks.nu) (t.ex mandag@orks.nu,

tisdag@orks.nu osv) OBS ETT MAIL PER AKTIVITET DU

VILL VARA MED PÅ – vi kan inte hantera flera

anmälningar i ett mail! Var rädd om vår tid- gör rätt!

TRÄNING 11-13 feb med NUNO AVELAR (Tyskland/Portugal) DRESSYR o WE

Torsdag kväll, heldag Fredag, Lördag till kl 13

Schema publiceras på hemsidan

Läktarplats - Gratis för elev inskriven i gruppverksamhet.
- 50:- / dag för övriga medlemmar
-100:- dag för dig som ej är medlem i ÖRKS

Maximerat antal personer på läktaren

Föranmälan behövs ej. Ridlärarna är med och tränar

Dekorativ hästvård

Fläta, knoppa, gör schackrutor mm . Öva
det vi gick igenom på Teams 8/2

Måndag 15/2

16.30-17.15

Anmäl dig även till
genomgång
dekorativ hästvård
som är via Teams
måndag 8/2

För alla åldrar. Speciellt för dig
som vill kunna göra hästen tävlingsfin.

Gratis för elev inskriven i gruppverksamhet.

Föranmälan för planeringens skull, vid många anmälda
kan gruppindelning ske och vid få anmälda kan aktivitet
ställas in.

Föräldrträff med information

Hur fungerar ridskolan och föreningen, vem gör vad och mycket mer.

Måndag 15/2
kl.18.30- ca19.30

Via
Teams

Främst för nya föräldrar på ÖRKS, men alla välkomna!
Gratis

Även onsdag 17/2 Träffen sker via Teams och kommer spelas in för att finnas tillgänglig via privat Youtube för de som inte kan delta nu.

*Föranmälan för planeringens skull, anmäl DIGITAL
NÄRVARO TILL MAIL foralder@orks.nu*

*OBS ETT MAIL PER AKTIVITET DU VILL VARA MED PÅ
– vi kan inte hantera flera anmälningar i ett mail! Var rädd
om vår tid- gör rätt!*

Ryttarträning med Josefine

Tisdag 16/2
kl.18.00-19.00

I ridhus

Främst för barn och tonåringar, i något av ridhuset.

Gratis för elev inskriven i gruppverksamhet,
övriga betalar 50:-

*Föranmälan för planeringens skull, skriv upp dig i rätt
åldersgrupp*

Hästens utrustning

Sadel, träns –praktiskt öva att göra hästen klar för ridning

Onsdag 17/2

17.00- 18.00



För alla åldrar och nivåer. Speciellt bra för dig som är ny i stallet och för dig som vill umgås mer med hästarna.

Gratis för elev inskriven i gruppverksamhet.

Teoretisk genomgång via Teams To 11/2, separat anmälan

Föräldrträff med information

Hur fungerar ridskolan och föreningen, vem gör vad och mycket mer.

Onsdag 17/2
kl.18.30- ca19.30

Via
Teams

Främst för nya föräldrar på ÖRKS, men alla välkomna!
Gratis

Även onsdag 17/2 Träffen sker via Teams och kommer spelas in för att finnas tillgänglig via privat Youtube för de som inte kan delta nu.

*Föranmälan för planeringens skull, anmäl DIGITAL
NÄRVARO TILL MAIL foralder@orks.nu*

*OBS ETT MAIL PER AKTIVITET DU VILL VARA MED PÅ
– vi kan inte hantera flera anmälningar i ett mail! Var rädd
om vår tid- gör rätt!*

Hästköttsel

och bygga hinder för löshoppning

Horse make over inför löshoppning
Praktiskt med hästarna i stallet och vara
med och löshoppa hästarna (sänds
digitalt för övriga elever)

Söndag 21/2
15.00-18.00

**Arrangeras av vår
ungdomssektion
BUS**

Främst för dig som klarar att borsta/krats och leda de allra flesta hästarna i stallet utan hjälp

Gratis för elev inskriven i gruppverksamhet.

Föranmälan för planeringens skull. Om du anmäler dig är det viktigt att du kommer då vi måste begränsa antalet anmälda.

Arrangeras av vår ungdomssektion BUS

HÄSTARNAS EGEN SHOW BUS-HOPPNING

Söndag 21/2

16.00 - 18.00 med ev pauser

Sänds digitalt, med ev pauser. Mer info och länk kommer på hemsidan v. 7

B.U.S jobbar för att samla in pengar och KÖPA EN PONNY. De tackar på förhand för varje litet eller stort bidrag som ni swishar in till klubben 123 510 91 03 märk BUS-ponny ALLA BIDRAG SOM KOMMER IN I SAMBAND MED DENNA POPULÄRA SHOW GÅR OAVKORTAT TILL NY PONNY!

INGEN ANMÄLAN – gå in på hemsidan samma dag för att se länk till sändningen