

Information till elev (och förälder)

# ÖRKS-Nytt

Medlemstidning för Ölmstad Rid & Körsällskap

Nr 4 2023



*God Jul!*

# LEKTIONSRIDNING PM för abonnemang 2023-2024

1. Du måste vara medlem för att rida hos oss och är därmed också försäkrad. Du kan självklart vara medlem i föreningen utan att vara inskriven i ridgrupp.

2. I medlemskapet ingår ett ideellt engagemang!

Du/dina föräldrar jobbar med viss försäljning, caféansvar, fixardagar, Hästens Dag etc. På Ölmstad Rid & Körsällskap är du medlem inte +

kund.

3. Ordinarie lektionsridning sker alla dagar under perioden 2023-08-07 - 2024-06-16.

OBS! ordinarie lektionsridning som vanligt på alla helgdagar o helgdagsaftnar förutom över jul- och nyårshelgen där särskilt schema utannonseras.

4. V. 6 och v 7 är det specialprogram utan extra avgift – inga ordinarie lektioner.

5. Underskrivet ridskoleavtal ska lämnas in av samtliga inskrivna elever.

6. Ridavgift faktureras via e-post ANGE FAKTURANUMMER vid betalning . Lika stor avgift 4 ggr med sista betalningsdag 31/8, 31/10, 28/2, 30/4. Vid start mitt i termin faktureras delavgift i samband med start.

7. Medlemsavgift per kalenderår faktureras i januari, eller betalas vid start.

8. Familjerabatt 20 % på billigaste ridavgiften vid minst 3 ridande och för enskild från det 2:a ridtillfället/vecka. Rabatterna kan inte kombineras och omfattar inte specialgrupper.

9. Återbud som meddelas på telefon 079-303 25 30 senast aktuell dag kl 13.00 ger dig möjlighet att i mån av plats och hästtillgång "rida igen" i annan passande grupp.

10. Lektion från Hösten får ridas igen senast v 5. Lektion från Våren får ridas igen senast vid terminsslut.

11. Om elev uteblir från bokad igenridning där plats och häst finns, oavsett om eleven fått detta bekräftat eller ej, förbrukas 2 lektioner. Det går bra att chansa utan att vara anmäld i förväg. Besked om plats för igenridning lämnas tidigast kl 14,00 aktuell dag.

12. Igenridningar får överlåtas till annan medlem inom egna familjen. (samma adress)

15. Uppsägningstiden är 4 veckor, d.v.s. betalningsansvar för 4 veckor (uppsägningdag ej räknad). Uppsägning inför Hötterminen ska göras senast 1 juni.

16. Under uppsägningstid har elev rätt att rida sina lektioner samt rida igen enl. pkt 9-12 ovan. Igenridning måste ske före uppsägningstidens utgång.

17. Vid uppsägning mitt i läsår regleras avgiften efter det antal lektioner eleven varit inskriven och återbetalning alt. fakturering av restbelopp sker.

18. All ridning, parkering av fordon och vistelse hos oss sker på egen risk.

Vi har kundolycksfallsförsäkring och som medlem är du försäkrad i FOLKSAM via Svenska Ridsportförbundet. Den försäkringen gäller även i andra stall.

VARMT VÄLKOMMEN SOM MEDLEM OCH RYTTARE HOS

ÖLMSTAD RID & KÖRSÄLLSKAP !

# DET HÄNDER PÅ ÖRKS...

3/12 Licensryttarträff

9/12 Ungdomsdag GRATIS

16/12 Klubbträff Julklappshoppning

17/2 Klubbträff Dressyr. Kombo-cup med lördagens hoppning för de som vill

17/12 StallvärdsJulfikaträff kl 15

Vecka 52 inga ordinarie lektioner utan 23/12-6/1 Julaktiviteter på ridskolan enligt separat schema. Alla elever deltar på samma antal som de rider lektion/vecka, går att lämna återbud. Anmälan måste ske i förväg, maximerat antal per grupp. OBS Häst ska vara klar till utsatt tid på de flesta aktiviteter, fråga ridlärare om du är osäker.

24-26/12 och 31/12-1/1 JUL/NYÅRSHYRA av skolhästar

28/12 MÅNDAGSLEKTIONER på en torsdag istället för 1/1

30/12 SÖNDAGSLEKTIONER på en lördag istället för Söndag 24/12. Ändrade tider, lapp delas ut samt kommer på hemsidan

Från Tisdag 2/1 Lektioner igång som vanligt

v. 5 Tävlingsvecka WE

3/2 Klubbträff WE

V. 6 o 7 Hästarna vilar

V. 6 o 7 TEMAVECKOR, alla inskrivna elever går på fritt antal lektioner mm utan extra kostnad

v.8 ÅRSMÖTE lördag kl 11.00

LYXIGA RIDLEKTIONER går att boka, kontakta Mia 070-5581315

TÄNK PÅ

Lämna återbud om du är bortrest eller inte kommer av annan anledning 079-3032530, sms går bra

Att om du skriver upp dig på igenridning /ridning med ridbiljett/hjälpledarkort så måste du komma eller höra av dig . SE PUNKT 11 i PM för abonnemang ! PM är med i varje nr av ÖRKS-nytt samt finns på hemsidan och informeras om i ridskoleavtal

# Min resa på ÖRKS

Hej på er!

Som många av er vet så är mitt namn Emma. Pluggar just nu till ridlärare på Vreta Utbildningscentrum och tänkte berätta lite om hur allt började och min resa till att pluggandet.

Började på ridskolan när jag var 9 år, då hade min syster ridit där i något år och mina föräldrar tyckte det var en bra ridskola. Kommer ihåg min första lektion så väl, vi fick borsta hästarna och ta med två stycken ut i ridhuset där vi blev longerade första gången. Den jag satt på då hette Tissen, är nog väldigt få av som faktiskt kommer ihåg honom, men en stabil trevlig bussig häst.

Gick ett par år, fortsatte rida. Började tävla lite smått på våra blåbärs- och hallon-hoppningar (som det hette då, numer cm-hopp) hade väldigt kul och tyckte hoppning var det roligaste men även nån dressyrtävling och WE-tävling klämdes in här o där.

När jag 15 var jag med i ponnylaget och var ute och tävlade lokal hoppning, ponnyallsvenskan. Otroligt rolig, jag var nog inte så bra men kul hade jag definitivt, vet att jag för det mesta vägrade ut mig men vet också att det var mitt fel (man ska inte kolla på hinderna).

Började även som årselev det året och fick börja gå med på lektioner, är väldigt lärorikt om man lyssnar på vad ridläraren säger hela tiden och kollar vad det är den pratar om. Man lär sig mycket av att kolla på och lyssna. Efter ett år av att vara med på nybörjarlektioner och hänga på teorilektioner fick jag börja ha mina egna teorilektioner för nybörjare. Vilken upplevelse, lite pulshöjande, något nervös för nu skulle man ju försöka lära ut det man själv kan till barn som inte vet något och man vill ju inte göra fel. Gjorde dock nog fel ett par gånger och det lär man sig av, för gör man aldrig fel kan man aldrig lära sig något nytt och kunna gå vidare.

Var årselev ett par år, lärde mig väldigt mycket. Vilket jag är så otroligt tacksam för idag. Så tack för allt ni gjort för mig och alla andra som väljer att vara årselev (eller vad vi nu kommer kalla dem). Ta chansen, var med i BUS, engagera er så mycket ni orkar. Bli årselev, gå utbildningar som ni blir erbjudna.



Jag var även stallvärd ett år eller två. Det jobbet då var lite mer än vad det är idag, man var där från det att första lektionen började tills sista slutade. Packade mat, ut med hästar till lösdrift, såg till att sista mockningen gjordes efter kvällsfodringen som även då inte skedde förens efter sista lektionen. Men vad jag lärde mig om stallarbete och egentligen också om vad arbete innebar, hade ingen lyx då att ha någon som hjälpte till som våra underbara hjälpledare gör just nu.

Nånstans hade jag ett uppehåll på ungefär ett år, men det tänker jag inte på för mycket just nu. Det räknas knappt.. Sen bestämde jag mig för att rätt spontant



packa ihop mitt och flytta till Tyskland. Där jobbade jag i nästan 3 år, men det har jag skrivit om i ett annat ÖRKS-nytt.

Började dock tröttna på att jobba med hästar när jag var där nere, fann ingen glädje i det jag gjorde. Insåg att hästkötare var nog inte min grej, jag ville göra annat. Så jag bestämde mig för att flytta hem och var inställd på att jobba med något annat än hästar när jag kom hem. Men det vet vi ju hur det gick, jag fick erbjudande om att komma och jobba på ÖRKS, mestadels dagtid och vara med på lektioner på kvällarna ibland. Lät som en bra deal tyckte jag, så jag började jobba med hästar igen. Jag var hemma igen på min klubb, där jag var uppvuxen, det var något annorlunda med det än det jag gjort i Tyskland. Kändes skönt att vara hemma.

Under tiden jag var med på lektioner så letade vi utbildningar åt mig. Sökte först en som bara skulle pågå under sommaren ett par veckor, fick något otydligt svar från dem. Så vi letade vidare och hittade en yrkeshögskola, dit jag sökte och kom in. Så jag åkte upp till Linköping för en provridning och fick veta någon vecka senare att jag kommit in på skolan. Så då var det bara att förbereda sig på att åka iväg och vara borta hela sommaren. Var på skolan i 10 veckor och enda beskrivningen jag kan komma på är att det var som ett enda långt hästläger. Vi red lektion minst en gång om dagen, sen ofta minst en häst till som behövde av skolhästarna. Hade mycket teori och undervisningar i princip allt.

När sommaren var slut så var jag tillbaka på ridskolan och har nu min LIA, även kallad praktik, där jag ska vara med på lektioner, ha viss stalltjänst och känna på hur man har egna lektioner med planering och allt som ingår.

Utbildningen kommer vara klar December 2024, så har en bit kvar att kämpa igenom. Har aldrig varit något plugghuvud men gör man något man tycker är kul och brinner för så kommer man långt.



Kan med säkerhet säga att jag kommer ha vänner för livet i människor jag träffat på ridskolan ända sen barnsben och via ridskolan. Är otroligt tacksam för allt de har gett mig, kunskap från marken och på hästen. Ta vara på våra hästkunskaper, vi är rätt unika med att få med oss kunskap om allt runt omkring hästarna.



# Emma

# AUTOMATISERAT BETEENDE?

Det finns många saker man gör per automatik, alltså sådant man gör utan att ens tänka på det.

Här är några saker som är bra att få automatiserade (både som förälder och elev) när det kommer till att vara på ridskolan, men även i andra stall .

- Att automatiskt vara trevlig och säg HEJ till alla tycker vi är väldigt viktigt på ÖRKS. Även de man inte känner, eller kanske speciellt de man inte känner!
- Att automatiskt kolla information på tavlor som finns i stallet; Väggen vid Galax spilta, där kommer den mesta informationen ut om aktiviteter.  
på boxen i mitten av stallet Dagens info  
på Belles vägg för Fodervårdar,  
vid klockan för helgjour/ stallvärd/ hjälpledare mm  
På den lilla anslagstavlan på Ruffs vägg kan elever/ föräldrar kan sätta upp lappar om ni söker något eller något som blivit borttappat.
- Att automatiskt plocka bort spån/halm ur hästens svans och kamma genom manen innan ni går ut i ridhuset. (Är så lätt att man tänker att det gör inget om jag drar borsten igenom här lite snabbt, men det gör det om alla tänker så för då slutar det med att hästarna inte har några långa fina svansar att vifta flugor med när sommaren kommer. )
- Att automatiskt hjälpa någon som behöver hjälp. Man vill oftast kunna själv, men det är inget fel med att be om hjälp speciellt inte när det kommer till tränset.  
hästar som är svåra att träna, och det beror på att man nog omedvetet trycker bettet mot hästens tänder i ett försök att få den att öppna munnen.  
I andra lägen kan det vara bättre att försöka själv, som med sadeln eller säkerhetsknut. Använd pall om hästen är stor
- Att automatiskt ta fram en sopborste om stallgången behöver det
- Att automatiskt ta bort eventuell bajshög hemma hos hästen, kolla vattenkopp och krubba är rena.
- Att automatiskt visitera hästen genom att se och känna på den, och röra sig lugnt och mjukt så hästen känner sig trygg
- Att automatiskt mocka efter ridlektionen, förälder kanske redan i början av lektionen

# HEJ !

Vi har tyvärr för många



Var i så god tid du kan till din lektion, så du hinner ta den extra lilla stunden att skapa kontakt med din häst, rykta och läsa på spilt/boxväggen om det är något speciellt med just den hästen. Om hästen går lektionen före dig så passa på att se lite ridning från läktaren eller hjälp en ridkompis som kanske kommer sent.

Att ha en messengergrupp per ridgrupp är ett bra sätt kommunicera om ex sen ankomst pga köer i trafiken eller samåkning.

Vid samåkning- kom ihåg att alla ridgrupper har en ( eller flera) parallellgrupper så kolla gärna även där om ev samåkning, bra för både miljö och sammanhållning.

## Visste du att blöjor är bra att ha i stallet?...

Blöjor är bra till våtvärmande omslag på en hästhov, ex när det kan vara en hovböld på g. Så har du blöjor hemma som blivit över när barnet växt upp så ta med dem till stallet 😊 (Up&go fungerar inte så bra)

Blöjor som används på barn och byts på anläggningen ber vi att ni lägger direkt i soptunnan och inte i papperskorg på toan, det luktar lite mindre mysigt 😊

## SÖKES till föreningen



Filtvojlock



## PALLVAGN

Arbetsbänk och  
Skruvstäd



Kompressor



Batteridrivnen multikompressorso

Kompressor I



Säljes/skänkes/Sponsring/ Nytt/Begagnat -Kontakta oss



## Hemmavinsten – din förenings eget lokala lotteri

Vilken start vi har fått sen vi bestämde oss för att utöka kontantvinsterna från 2 till 20 i månaden.

På sikt bedömer vi också att fler kommer tycka det är mer intressant att vara med i Hemmavinsten, när man märker hur stor chansen är att vinna lokalt samtidigt som man stöttar idrotten. Segmentet med fler spontanlotter kommer att öka och förhoppningsvis gynnar det din förening utan något större arbete.

Sen 2010 har Hemmavinsten genererat en ekonomisk möjlighet för din förening. Över 23 miljoner har delats ut i provision och 24 miljoner kronor har funnit över 300 lokala vinnare.

Vad är vår styrka?

- Som lokal aktör har vi bättre kontroll på marknaden, nämligen Jönköpings Kommun.
- Som lokal aktör tar vi bort en massa mellanhänder och kan därför dela ut max till din förening. **Räkna alltid procentsats mot lottpriset.** Då märker du hur oslagbart Hemmavinsten är.
- Som lokal aktör blir vinstchansen så pass mycket större. Bäst på marknaden och ansikten folk känner igen. Lokalt vinner alltid över rikstäckande.
- Som lokal aktör blir servicen till din förening maximal. Vi kallar det ett lokalt lagspel.
- Mikael ser till att du får den hjälp du behöver.
- Som lokal aktör får dina prenumeranter maximal service, en mycket viktig del.

Vi har idag en mycket trogen skara prenumeranter som verkar älska spänningen två gånger i månaden och givetvis att det är ett mycket smidigt sätt att stötta din förening på. Nu blir det ju också betydligt fler än två som vinner. Lokala ansikten som vinner varje gång är något som vi alltid framhållit som viktigt.

Vi är av uppfattningen att 100 kr är max vad man kan ta ut från en prenumerant för att få volym. Så det kommer vi att hålla fast vid. Vi och Ni ska vara rädda om de trogna prenumeranter Ni har idag och bygga därifrån.

Vi ser fram emot framtiden för Hemmavinsten tillsammans med Er och glöm inte att kontakta Mikael Jerkinger på [mikael.jerkinger@hemmavinsten.se](mailto:mikael.jerkinger@hemmavinsten.se) när Ni vill bolla framtida kampanjer och behöver underlag och stöd.

Kommer Ni ihåg vad som kommunicerades när vi startade upp Hemmavinsten 2010?

**”På hemmaplan är man starkast”**

Calle Tollén ordf

**Jönköpings Idrottsallians**



# En hästig önskelista

Ett par varma vantar, skönt pannband eller varför inte en ridkjol? Som skulle passa bra på en lyxig privatlektion, eller kanske en privatlektion tillsammans med bästisen?

Listar några saker ni kan önska er i julklapp

- ⇒ Varma ridhandskar, finns många bra alternativ på Hööks i olika prisklasser.
- ⇒ En ridkjol, som kan vara värmande i både stallet och på hästen. Och för att bli lite extra varm så kan man önska sig ett par termoleggings. Eller underställ både tröja och byxa.
- ⇒ Ett snyggt och varmt pannband, till ryttaren inte till häst ;), om man är som jag och inte tycker om att ha mössa men hatar att frysa om öronen.
- ⇒ Man kan önska sig en varm och skön jacka. Kan vara en längre kappa eller en vanlig jacka som är fodrad. Viktigast är att man håller sig varm, att vara snygg är inte det viktigaste i stallet.
- ⇒ Kanske lyxa till det med en privatlektion. En lyxig lektion på någon av våra lyxhästar, kanske få testa på att göra byten, rida spansk skritt eller varför inte känna på hur piaff och passage känns?
- ⇒ Eller att få en privatlektion tillsammans med en stallkompis, ett dressyrpass på eran favorithäst eller få rida ut i skogen i snön. Finns mycket roligt man kan göra på en privatlektion.
- ⇒ Hyra sommarhäst från ÖRKS
- ⇒ Känner ni någon som är lite sugen på att rida lite ibland men som inte har tid att rida varje vecka. Kanske ett 10-kort på ridning passar eller ett par ridbiljetter att kunna använda på valfria lektioner?
- ⇒ Reflexer är alltid en bra julklapp, finns mycket snyggt att köpa nu för tiden.
- ⇒ Ett par varma ridskor, kanske fodrade och en storlek större så man får plats med nästa goa klapptips i skorna.
- ⇒ Varma tjocka strumpor.



Vill du köpa  
presentkort?  
Maila ÖRKS så  
hjällper vi dig

## **Julaktiviteter på ÖRKS ( v.52) – vad gäller?**

Alla elever deltar utan extra kostnad på samma antal som de rider lektion/vecka. Anmälan måste ske i förväg, maximerat antal per grupp. Undantaget fredagens hoppgrupper som har flyttad lektion

Det går att lämna återbud och rida igen fram till v. 5 men du måste lämna återbudet senast 22/12 därefter bindande till det du anmält till ( men för hästarnas skull är vi såklart tacksamma för återbud via telefon/ sms om du inte kommer till anmäld aktivitet.

Aktiviteter kan komma att öppnas för vanliga igenridningar, anslås när det blir aktuellt. Aktiviteter med få anmälda kan komma att ställas in, då kontaktar vi de som anmält.

### **OBS**

Hästen ska vara ryktad, sadlad och klar till lektionens start ( gäller ej Cm-hopp, WE ridskolecup, dressyrkurs och Programridning)

**Vilken häst du blivit tilldelad anslås som till vanlig lektion**

Vanliga lektioner v. 51 Måndag-Fredag

Vanliga lektioner v. 1 Tisdag- Söndag

DESSUTOM rider SÖNDAGSELEVER Lördag 30 dec- lappar med tider kommer delas ut, samt MÅNDAGSELEVER rider Torsdag 28 dec, ordinarie tider. Kom ihåg lämna återbud om du inte kommer.

Igenridningar under Höstterminen är vi som vanligt generösa med att ni får rida igen t.o.m v, 5 i mån av plats och häst, se PM (sid 2 i alla Nr av ÖRKS-nytt ) för full information om läsåret

24-26/12 och 31/12-1/1 JUL/NYÅRSHYRA av skolhästar, se anslag i stallet. Föräldramedverkan krävs.

FIRA JUL I STALLET? Schema där man kan boka sig för extra helgjour om man hyr häst går bra att anmäla sig till även om man INTE hyr häst, vi är tacksamma för all hjälp så att all personal kan få vara lediga ( backup per telefon finns ALLTID)

# VALBARA AKTIVITETER VECKA 51/52/1 - 2023

Reservation för att vi kan ställa in med kort varsel vid få anmälningar.

18-22 dec Ordinarie ridning Mån-Fre

Söndag v. 51 flyttad till LÖRDAG 30 dec

Måndag v. 1 flyttad till TORSDAG 28 dec från 2/1 Ordinarie ridning

OBS LÄMNA ÅTERBUD OM DU INTE KOMMER.

Fredag 22 dec	Lördag 23 dec	Jul 24-26 dec (sönd-tisdag)	Onsdag 27 dec
		Hyra av ridskolehäst	<b>OBS Inga ONSDAGSLEKTIONER</b>
15,00-15,45 JUNIOR - skritt o trav Bommar.	8,00-13,00 Fodervärdar	ANMÄLAN ENLIGT SÄRSKILD INFO !	16.30 Gymkhana, du måste våga galopp
<b>15.45-18.00 Fredagslektioner</b>	samling 13,00- 1a start 14,30 CM-HOPPNING 20-70 cm	FÖRÄLDRAMEDVERKAN KRÄVS!	17,15-18,00 Junior
18.00 -19.00 Hoppning Junior /senior	slut senast 18.00		WE, öva rid med lans och annat
19.00-19.45 Hoppning junior/senior			18.00-18,45 Junior/senior WE, lans
			19.00-19.45 J/Sr alla gångarter Dressyr
			19.45- 20.30 Senior Dressyr
Torsdag 28 dec	Fredag 29 dec	Lördag 30 dec	Nyårs 31/12-1/1
<b>OBS inga torsdagslektioner</b>	<b>OBS inga fredagslektioner</b>		
14.00 J/Sr Dressyr, sidvärtsrörelser	WE-RIDSKOLECUP Ridskolemästerskap	8,00-13,00 Fodervärdar	Nyårshyra av ridskolehäst
15.00 Junior, dressyr galoppfattning	Två nivåer, se separat anslag	<b>13.00-18.30 ORDINARIE SÖNDAG</b>	
<b>16.30-21.15 ORDINARIE MÅNDAG</b>	9,00 samling. 10.00 första start	<b>istället för julafton</b>	ANMÄLAN ENLIGT SÄRSKILD INFO !
<b>istället för nyårsdagen</b>	16,00-16,45 Voltige	<b>ändrade tider,</b>	
	16,45-17,30 J/Sr alla gångarter WE	<b>alla får lapp+hemsida</b>	FÖRÄLDRAMEDVERKAN KRÄVS!
	18,00-18,45 J/Sr alla gångarter WE		
	18,45-19,30 JUNIOR /Sr Sitsträning		
	19.30 -20.15 J/SENIOR - Sitsträning		
Tisdag 2 jan	Onsdag 3 jan	Torsdag 4 jan	Fredag 5 jan
14-14.45 Voltige	14.30-15.15 Voltige	14,30-15,15 JUNIOR	13.30 Dressyrkurs 2 dagar Fre+Lö
15-15.45 Fotboll med häst	15.15-16.00 Fotboll med häst	- skritt o trav Bommar/Hopp	Extra kostnad 500 kr, max 6 delt
<b>16.30-21</b>		15.15-16.00 JUNIOR Bommar/Hopp	<b>15.45-18.00 Lektioner som vanligt</b>
<b>Lektioner som vanligt</b>			
Lördag 6 jan Trettondagen	16.30-21 Lektioner som vanligt	Lektioner som vanligt	Hoppträning istället för v.52
8,00-13,00 Fodervärdar			
13.30 Dressyrkurs dag 2			
14.00 Minior-ridning med förälder	14.00 Minior-ridning med förälder		
16,00 Första start dressyrprogram-17.30	<b>15.00- 20.30 Lektioner som vanligt</b>		

## Vet Du om en häst till salu som du tror platsar för jobbet på ridskolan?

Kontakta oss, vi köper hästar när vi hittar rätt individ, inte för att vi behöver hitta häst till verksamheten nu!



Valack, 3-10 år, Snäll, välbalanserad modell/viktbärande för sin storlek.

Det vi just nu söker är yngre häst av större modell, viktbärande, från 3 år, behöver inte vara inriden. Hästen ska så småningom ska bli verksamhetshäst på vår ridskola med välutbildad personal, vana av att köpa unga hästar samt omväxlande arbete för hästarna ( dressyr, hoppning, WE, uteritter) samt såklart utevistelse med kompisar

## Hästrapport

Uthyrda är just nu Toby, Melker, Gaudi, Billy.

Pensionärspacerade Chester, Castillo, Charlie

Billy omplaceras till en av våra elever, och även Gaudi kommer hem för omplacering. I båda fallen för att det inte riktigt matchat med ryttaren, det är ju en stor fördel när man hyr istället för att köpa- det går att lämna tillbaka enligt kontrakt.

Är du intresserad av att hyra eller köpa Gaudi så prata med ridlärare. Han är slutmätt som D-ponny, f. 2011, pigg o framåt så passar inte nybörjare. Vill ha stall med mycket utevistelse och stora hagar både vinter o sommar.

I höst har vi haft ovanligt mycket skavanker av olika slag på hästar ( och personal- Mia har opererat ett knä med lång rehab) Golo är behandlad i en kota men sätts nu igång, Douglas hade precis börjat öka på sitt arbete på lektionerna när han fick ett sår som träffade precis på en blodåder så tryckförband fick läggas. Snart är han på gång igen men såret ska läka och rörlighet återkomma men han är ohalt nu. Trapper är också lätt igång igen efter en sträckning. MrG är lite oren i rörelsen och ska kollas upp. Galax har haft en hårsäcksinflammation på ryggen och vilat från sadel. Så nu håller vi tummarna för att alla håller sig friska ett tag!

Och för er som undrar så är jag igång o jobbar lite, i full gång i mitten av december/ Mia

# RID MER SOM ROLF-GÖRAN BENGTSSON!

*Varför ska man stå i stigbyglarna vid hoppning och markarbete? Varför ska man lämna sargen och rida lite innanför?*

Jo för att träna sig själv som ryttare! En världsryttare som RGB gör det VARJE gång han rider som ni som var på clinicen på Elmia fick höra om. Hur gör du? Fokuserar på din egen balans i framridningen eller bara väntar på att få börja hoppa ?

Utveckling inom ridsporten mäts inte i hur HÖGT man hoppar utan HUR man hoppar. Inom den svenska hoppeliten rider alla i den lätta sits som vi försöker lära ut på ridskolan, med vikten fördelad i huvudsak i stigbyglarna och det kräver (balans)träning. Och svenska hopplandslaget har de senaste åren samlat på medaljer både EM,VM,OS så det verkar ju vara en bra grej ...

Att lämna sargen och försöka vara lite innanför gör att man tvingas rida lite mer aktivt och sitta mitt över hästen. Om RGB varje ridpass behöver känna att han kan rida rakt fram på rak häst så tror jag vi behöver det med. Det har dessutom den positiva med sig att det blir bättre för hästarnas ben och leder om man inte rider så det blir ett nybörjarspår i ridhuset.

" Never give up" -Ge aldrig upp! Jens Fredriksson berättade på Elmia att han första starten på RS Isac som sedan blev hans mästerskapshäst hade 32 fel i LC. Jens var uppgiven och en av hans tränare frågade då " Ger du upp så lätt?" – det blev en nytändning för Jens som tränade vidare och sedan tävlade han och Isac över hela världen. (Kuriosa- när jag gick ridlärarutbildningen på Strömsholm var Isac med på vår kurs i unghästutbildning och min kompis hade honom så jag har bilder på honom som liten tanig 4åring 😊 /Mia)



## Hästarnas ÖRONSPEL är en del av deras sätt att kommunicera med och hålla koll på omgivningen.

Många som inte är så insatta kan ( eller tror sig kunna) att hästen är glad när den har öronen framåt och sur när den har öronen bakåt. Och det kan den såklart vara.

*Men de har ett mycket mer nyanserat sätt att använda öronen än så! Framförallt visar riktningen på öronen vart de har sin uppmärksamhet riktad. Är det framåt mot ett hinder? Mot en fotograf som kastar en vante i luften? ( för på alla kort vill man ofta ha öronen framåt eller hur) eller är öronen framåt för att den försöker höra vad som händer långt bort?*

Är öronen bakåt för att den lyssnar på ryttaren? Eller ett framåt o ett bakåt för att ha koll åt båda håll? Eller avslappnade och lite mjukt hängande i full koncentration?

Det är alltid viktigt att hålla ner LJUDVOLYMEN i stallet, ibland är det många vuxna och barn samtidigt i stallet och det är lätt att det blir en miljö som hästarna inte trivs i.

När ni sitter på läktaren tänk på att taket fungerar som resonanslåda och om många pratar stör det lektionen. Många ryttare blir ofokuserade på läktarlångsidan och det är lätt att höra halva meningar och därmed missuppfatta innebörden när man rider förbi (för vi har inte lika bra hörsel som hästarna har 😊 ).

## Kläder med klubbtryck Novamerch

beställ före 31/12-2023 så får du 10% på hela order och 50% på frakten när man lägger den i shopen 😊

För att garanterat få det innan ju beställ senast den 18/12 24:00

Beställ enkelt på hemsidan Butik | Novamerch eller via mail [info@novaproduktion.se](mailto:info@novaproduktion.se) (men gå in på hemsidan för du måste ange vilket plagg, vilken modell, färg o storlek samt vilken klubb för att få loggan tryckt på ditt/dina plagg)

Rabatten dras på fakturan som skickas plaggen är skickade

## Klubbdag på Hööks



ÖLMSTAD  
RID & KÖRSÄLLSKAP

**Välkomna på klubbkväll på**

# Hööks

**Tisdagen den 5 december mellan klockan  
18:00-19:00 i Jönköpingsbutiken!**

**20% på allt**

**(ej sadlar, foder, hästskor och presentkort)**

**Passa på att träffa andra klubbmedlemmar,  
köpa julklappar till bra priser.**

**Varmt välkomna!**



## JULKALENDAR SVERIGELOTTER

**BINGOLOTTER** till Uppesittarkväll och Nyår

**Säljtävling** där alla kan vinna!

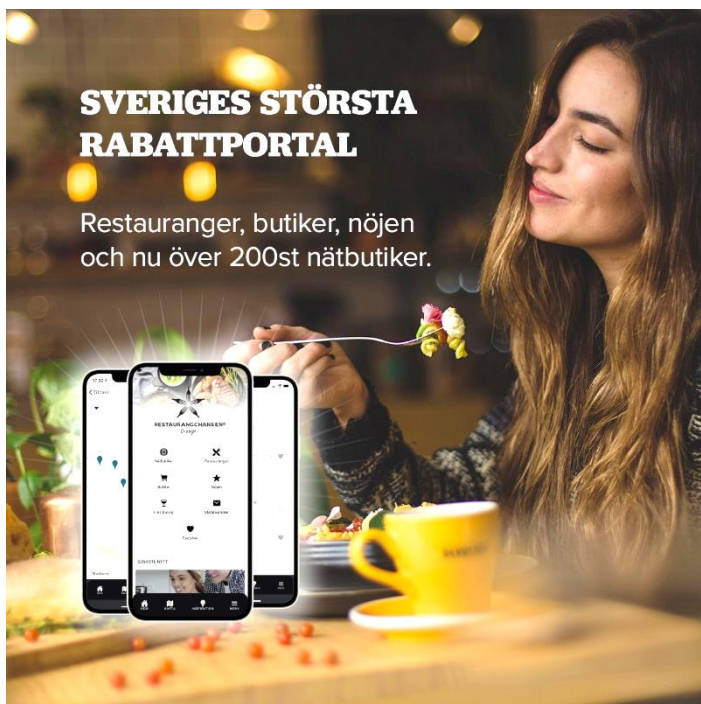
**Vinster till alla som säljer minst 15 kalendrar (2 BL= 1 kalender, 4 SvL= 1 kalender) : Ridbiljett, rid en extra lektion**

**Högvinster**

- 1 . Lyxig privatlektion
2. Privatlektion 45 min med valfri ridlärare
3. Privatlektion 30 min med valfri ridlärare

**För samtliga vinster gäller att Kalendrar och lotter ska redovisas enligt**

**utlämningsinfo och utan påminnelse**



## VÅR FÖRENING VINNER FÖR VARJE SÅLD LOTT / KALENDER / RC

### RESTAURANGCHANSEN

säljtävling mellan grupperna i början av nästa år med chans att vinna en kursdag till hela gruppen! men går att köpa redan nu och du kan ange om du vill att någon ridgrupp ska få tillgodoräkna sig den

# Riktlinjer för sociala medier, ÖRKS

Finns även på hemsidan

## Utgångspunkt

Ölmstad rid och körsällskap har som utgångspunkt en positiv syn på användandet av sociala medier. Vår närvaro på sociala medier stärker vårt varumärke och sprider vårt budskap. Den gör också att vår organisation upplevs mer öppen och tillgänglig.

Du som person är alltid närvarande som enskild individ, men det du gör på sociala medier påverkar inte bara bilden av dig utan också bilden av vår klubb Ölmstad rid och körsällskap. Du har alltid personligt ansvar för allt Du publicerar på eget initiativ oavsett om du gjort det i egenskap av medlem, anställd, förtroendevald eller privat. Om du är osäker på vad som är tillåtet att skriva/publicera så fråga en anställd, ordförande eller annan förtroendevald.

## Förhållningsregler

- Visa respekt. Även om du sitter bakom en skärm uttryck dig bara så som du hade gjort i ett samtal med personen.
- Publicera eller skriv aldrig något nedsättande.
- Var alltid korrekt och visa gott omdöme. Tänk dig för, minst en gång extra, på hur ditt inlägg kan tolkas och vad det kan ge för konsekvenser. Även när du skriver/svarar något riktat till en viss person kommer ditt inlägg troligen läsas av många.
- Respektera andras integritet - använd inte någon annans kunskap eller referera inte till en viss person utan att fråga/informera denne.
- Använd inte andras material utan tillåtelse, ange källa och följ upphovsrättsliga lagar och regler.
- Tänk på att länkar kan uppfattas som en rekommendation från Ölmstad rid och körsällskap.
- Tänk på personuppgiftslagens (PUL:s) regler, var noga med att personuppgifter behandlas korrekt. Detta innebär bland annat att inte publicera kränkande personuppgifter, och att ta bort kränkande personuppgifter.
- Var noga när du använder bilder både med tanke på upphovsrätt och att inhämta samtycke från samtliga som kan identifieras i bilden (eller dess vårdnadshavare).
- Diskussioner på sociala medier bland annat Facebook kan ha relativt "högt i tak" men personangrepp, mobbing, spekulationer, ryktesspridning, eller medveten spridning av felaktig information ska inte förekomma.
- Skriv/publicera aldrig i affekt, det är lätt att bli upprörd och handla i stunden. Även när du blir upprörd över något, låt inte det ta över i kommunikationen. Tänk en gång extra och försök undvika svordomar och förstärkningsord.
- På sociala medier använder vi ett vårdat men inte byråkratiskt språk. Vi har en öppen attityd, och är personliga utan att bli privata. Vårt språk ska vara sakligt, trovärdigt och fakta baserat.
- Vid film/bild får inte ljud publiceras. Endast du/ditt barn får vara synlig på bild/film. Ridlärare samt övriga i gruppen ska tillfrågas.



## BYGGNATIONERNA

Rullar på, baksidan har väggar och tak och på bilden ser ni påbörjade väggar till vattenspiltan.

Baksidan ( Takstallet? Utbygget? Vi får se vad vi kallar det) kommer innehålla 3 boxar, några skötselpiltor för lösdriktshästar, vattenspilat, behandlingsplats för veterinär och skospilta för hovslagare. En box i stora stallet försvinner så småningom för där ska väggen öppnas upp så alla avdelningar går att komma till utan att behöva gå ut.



På framsidan är Nya stallet påbörjat, det som ska ersätta Utestallet och där blir även en ny entré med elevmottagning ( ca utanför Simbas fönster i vinkeln mellan stora o nya stall)



## PARKERINGEN

Blir vid vissa tillfällen ganska full som en del av er märkt. Försök vara noga när ni parkerar, lite på diagonalen och ganska NÄRA varandra. Lär barnen att öppna försiktigt/ hjälp dem hålla i dörren så den inte går emot en annan bil.

Tänk också på att både första raden och första mittenraden går att fylla på en längre sträcka än vad som ofta görs. Det är körbar fast mark ända ner till staketet.

Det är INTE ok att parkera på gräsytor eller nära brunnen som är där. Är det helt fullt vid något tillfälle så kom ihåg att det finns en grusparkering bortanför Lilla ridhuset , där kan ni parkera i kanten mot ridhuset och mot utestallets hage och de som kommer med transort kan ändå komma in

## Är du intresserad av att jobba i styrelsen?

Inför 2024 behöver styrelsen personer med intresse för/kunskap om sälj, samt media/IT. Är du intresserad? Kontakta oss i valberedningen eller ordförande Sophia!

### Valberedningen

Valberedningen består i år av Susanne Andersson, Josefin Berndtson och Therese Arnell. Är du intresserad av att engagera dig i styrelsen eller något av dess utskott? Eller vill du nominera en eller flera personer som kan vara en tillgång? Tveka då inte att höra av dig till oss i valberedningen! Vi finns i stallet på måndag, onsdag, torsdag, lördag samt söndag (nedan finner du också mailadresser till oss).



Susanne Andersson bor i Uppgränna och har ridit på ÖRKS i ca 22 år. Är fodervärd på Golo och rider onsdag, lördag och söndag. Har alltid gillat hoppning men tycker nu att dressyr är roligast. Gillar också fikastunder i stallet på lördagarna. Jag finns på [susanne@mattsagarden.se](mailto:susanne@mattsagarden.se)



Therese Arnell bor i Ölmostad och har ridit på ÖRKS i 9 år. Är fodervärd på MrG och rider lördag, söndag och måndag. Tycker WE och bom-lektioner är det roligaste. Vill du kontakta mig kan du maila [therese.arnell@gmail.com](mailto:therese.arnell@gmail.com)

Josefin Berndtson bor i Skärstad. Började rida som vuxen och har idag ridit ca 4 år. Är i stallet 3-4 dagar/vecka och rider lektion på söndagarna. Älskar att galoppa, mocka, dricka kaffe och prata. Vill du nå mig så finns jag på [berndtsonjosefin@gmail.com](mailto:berndtsonjosefin@gmail.com)



### Sektioner

Kanske vill du engagera dig i föreningens arbete men inte i styrelsen? Även våra sektioner behöver insatser

Vill du att vi ordnar tävlingar? Engagera dig i TS (tävlingssektionen), andra sektioner är Anläggningssektion ( fix o trix o enklare underhåll ), Klubbgrupp-Café , Utbildningssektion (bevaka externt kursutbud och initiera kurser och clinics på egna anläggningen.)

Som alla ridsportsföreningar har vi även en aktiv Ungdomssektion- BUS som har egen styrgrupp/eget årsmöte

KONTAKTA VALBEREDNING ELLER PERSONAL OM DU VILL vara mer med i föreningen!

# Grönt kort kurs 2023/2024 hos oss på ÖRKES.

Anmäl ditt intresse nu genom att mejla  
[orks@orks.nu](mailto:orks@orks.nu)

Vi kommer sätta igång kurs vid årsskiftet och kursen klart februari/mars.

I december kommer inbjudan för mer info om datum, priser m.m.

## Vad är grönt kort ? Se nedan

Alla som tävlar, från inbjudningstävling och uppåt ska ha tagit Grönt kort, oavsett om man är häst- eller ponnyryttare, kusk eller voltigör. Grönt kort är ett bevis på att du har den breda grundkunskap som behövs inför en tävlingsstart.

- Alla som tävlar, från inbjudningstävling och uppåt ska ha tagit Grönt kort, oavsett om man är häst- eller ponnyryttare, kusk eller voltigör.
- Från och med det år den tävlande fyller 13 år kan han/hon själv gå grönt kort kursen och avlägga proven. Från och med 1/1 det år den tävlande fyller 14 år måste han/hon ha ett eget Grönt kort.
- För barn upp till och med 13 år gäller att målsman/vuxen person som idag inte har Grönt kort ska delta i kursen, och ta Grönt kort samt därefter ansvara för barnet och dess handlingar under tävling. Barnet rekommenderas delta på kursen tillsammans målsman/vuxen person.
- Enbart föreningar anslutna till Svenska Ridsportförbundet kan arrangera Grönt kort-kurser samt genomföra examinationer. I menyn till vänster hittar ni aktuella kurser i Grönt kort runt om i distriktet.
- Läs mer på Svenska Ridsportförbundets [hemsida Länk till annan webbplats, öppnas i nytt fönster.](#)

För dig som ska gå kurs

- Grönt kort-kursen består både av en fysisk träff med kursledare och en utbildningswebb. Du genomför Grönt kort på webben innan den fysiska träffen. Den ska vara genomförd och godkänd minst 5 dagar innan träff med kursledaren. Testerna innehåller frågor om Svenska Ridsportförbundets organisation, tävlingsfrågor i ridsportens grenar samt frågor om hästen.

# B



Om adressaten begärt definitiv eftersändning återsändes brevet till avsändaren med uppgift om ny adress.

**Avsändare:**

**Ölmstad Rid & Körsällskap  
Ölmstad Södergård  
563 93 Gränna**

[www.orks.nu](http://www.orks.nu)

mail : [orks@orks.nu](mailto:orks@orks.nu)

Tel 079-3032530

**BG 5457-8158**

**Swish Café 123 029 50 14**

**Swish Ridning 123 510 91 03**