

Frida & Tova AB

Ridläger 2024

I vårt nya stall i Tygelsjö anordnas ridläger sommaren 2024 för barn och ungdomar i åldrarna 8-14 år. Ridlägerna har planerats i samförstånd med en specialpedagog och hålls av oss, Frida och Tova, båda med meriter upp till 140 cm hoppning. Resterande delar av året driver vi utbildning- och träningsstall på gården samt utbildar ekipage i både hoppning och dressyr upp till elitnivå. Vi har en vision att förmedla mer än bara ridkunskap och önskar att ge barnen både insikt i ett liv med hästar och viktiga lärdomar till övriga livet. Samtliga ridläger består av dressyrlektioner, hopplektioner, uteritter, teori, hemlagad mat samt aktiviteter för gemenskap och utvecklad hästkunskap.

Det går även bra att ta med sin egen ponny eller häst.



Frida och Tova AB

Gessievägen 124-69
235 93 Vellinge
070 - 385 12 77
info@fridaochtova.se

Övernattningsläger 15 juli - 18 juli 2024 (vecka 29)

Anvisande schema med matsedel:

Måndag

09:00	<i>Avlämning</i>
09:00-09:30	<i>Samling och frukost</i>
09:30-10:00	<i>Rutingenomgång</i>
10:00-11:30	<i>Grupp A: Ridning - dressyr Grupp B: Praktisk teori - introducering av stallsysslor</i>
12:00-13:00	<i>Lunch: Pastasallad med kyckling</i>
13:00-14:30	<i>Grupp B: Ridning - dressyr Grupp A: Praktisk teori - introducering av stallsysslor</i>
14:30-17:00	<i>Fri lek, fika, clinic (om vädret tillåter åker vi till stranden eller pool)</i>
17:00-17:30	<i>Avslutande stallsysslor</i>
17:30-18:30	<i>Middag: Spaghetti och köttfärssås</i>
18:30-20:30	<i>Spel och kvällsaktiviteter</i>



Frida och Tova AB

Gessievägen 124-69
235 93 Vellinge
070 - 385 12 77
info@fridaochtova.se

Tisdag

08:30-09:00	<i>Fodra hästar och frukost</i>
09:00-10:00	<i>Gemensamma stallsysslor</i>
10:00-11:30	<i>Grupp B: Ridning - Markarbete</i> <i>Grupp A: Praktisk teori - relevant anknytning till dagens utbildning</i>
12:00-13:00	<i>Lunch: Köttbullar och makaroner</i>
13:00-14:30	<i>Ridning - Markarbete</i> <i>Grupp A: Praktisk teori - relevant anknytning till dagens utbildning</i>
14:30-16:30	<i>Utflykt beroende på väder</i>
17:00-18:30	<i>Tacokväll med gemensamma förberedelser</i>
18:30-20:30	<i>Spel- och filmkväll</i>

Onsdag

08:30-09:00	<i>Fodra hästar och pannkaksfrukost</i>
09:00-10:00	<i>Gemensamma stallsysslor</i>
10:00-11:30	<i>Grupp B: Ridning uteritt (om väder tillåter)</i> <i>Grupp A: Praktisk teori - frågestund</i>
12:00-13:00	<i>Lunch: Tomatsoppa med baguetter</i>
13:00-14:30	<i>Grupp A: Ridning- uteritt (om väder tillåter)</i> <i>Grupp B: Praktisk teori - frågestund</i>
14:30-16:30	<i>Tvätt, rykt- och putstävling inför uppvisning</i>
16:30-18:00	<i>Fri lek, fika, clinic, packa</i>
18:00-19:00	<i>Utflykt till affär och pizza</i>
19:00-20:30	<i>Middag: Pizza och kvällsaktiviteter</i>



Torsdag

08:30-09:30	<i>Fodra hästar och frukost</i>
09:30-10:30	<i>Grupp A: Ridning - avslutande hoppuppvisning Grupp B: Se och lär!</i>
10:30-11:30	<i>Grupp B: Ridning - avslutande hoppuppvisning Grupp A: Se och lär!</i>
11:30-12:30	<i>Avslutningscermoni Lunch: Frivillig avslutande grillning med föräldrar</i>

Packlista:

Utrustning som skall medtagas till ridning:

- Hjälms och väst
- Ridskor/ridstövlar
- Ridkläder
- Regnkläder

Utrustning som kan medtagas till vardagsaktiviteter:

- Fritidskläder
- Badkläder
- Skor för utflykter

Utrustning som skall medtagas till kvällsaktiviteter:

- Myskläder
- Sovkläder
- Underkläder
- Kläder som passar olika temperaturer
- Hygienartiklar
- Handduk
- Lakan, påslakan, örngott, kudde och täcke (gärna luftmadrass eller annat liggunderlag)

Genom att fylla i denna blankett accepterar man våra villkor.

[Villkor omfattande ridlägerdeltagande](#)



Frida och Tova AB

Gessievägen 124-69
235 93 Vellinge
070 - 385 12 77
info@fridaochtova.se