

Ridning og risiko

«A horse is always a horse.

But a rider without a horse.

Is only a human”

-Hannes Muller, sjef for Deutsche Reitschule Warendorf

Hva er ridning?

Ridning er først og fremst en følelse, og et samspill mellom hest og rytter. Rytteren gir hesten signaler gjennom undersjenkel (leggene), oversjenkel (lår), mellomdel (mage/korsrygg), tøyler (hendene). Rideskolehester har alt innlært øvelsene, slik at elevene vil få mestringsfølelse selv om de ikke gjør det korrekt. Ridning er bra for kropp og sjel, hestens skritt er som menneskets gange, og bra for muskulaturen i bekkene og rygg (derfor er hesten ofte brukt ved terapiridning ved handikap, slagpasienter, osv). Det vil gi deg stor mestringsfølelse av å kontrollere et dyr på mellom 350-600kg.

Ridning som risikosport:

Ved å selge ridetimer og drive med rideskoleaktiviteter er Stall Sæteråsen pliktig til å opplyse deg som rytter, og dine foresatte om at ridning er en risikosport.

Rideskolehestene hos oss er håndplukkede, og vi ville ikke latt de gå på de diverse nivåene dersom vi mente de utgjorde stor risiko. Men hesten er et flokk og fluktdyr, (avlet for å løpe 500meter så fort den kan i flokk, før de stopper opp, og ser etter hva som skremte den), og vi kan ikke garantere at den aldri kan bli redd. Det er alltid større risiko å ri ute på bane/tur grunnet forstyrrelsesfaktorer, vind, turgåere osv.

Derfor er det viktig:

At de utenfor ridebanen snakker rolig, og beveger seg med omhu under ridetimen, (ingen armer og bein over kanten på gjerdet og ut på ridebanen). Foreldre må også være stille, slik at rytterne konsentrerer seg om hva ridelæreren sier, og sin hest. Barn blir lett ukonsentrerte og mister fokus på hesten og rideinstruktøren.

Sikkerhet:

- Du må ha sko med hel, slik at stigbøylen ikke sklir inn på foten, og den bør være over ankelen, for at du skal få tilstrekkelig med støtte rundt ankelen. Invester gjerne i jodphurs, rimelige ridesko. Rideskolehestene har oftest sikkerhetsstigbøyer (halve bøylene med strikk), denne er laget for å løse ut og falle av slik at foten til rytteren ikke skal bli hengende fast om det skulle forekomme fall.
- Tettsittende klær, bukser uten mye søm (gnager lett), sikkerhetsvest bør sitte tett innpå kroppen, heller en jakke på utsiden. Ingen flagrende plagg, som kan skremme hesten.
- Hjelm og sikkerhetsvest i riktig størrelse.
- Ridehansker, gjør at det blir mer behagelig for barna å holde i tøylen. OBS: De må ikke være glatte, slik at rytterne mister tøylen.

«Det er ikke fallet som er viktig, men hvem som tar deg imot. OG om du lander riktig!» - Karpe Diem

Til tanke og ettertanke:

Det sies at det kreves 100fall for å bli en god rytter, og stort sett er det ufarlig. Selvtilliten får som oftest den største «knekken» i fallet, og det er derfor viktig at rytteren setter seg opp på hesten, og får mestringsfølelse igjen (ellers kan de bli ekstremt redde). Vi vil selvfølgelig forenkle øvelsen om nødvendig, slik at rytteren enkelt får det til. Vi fører fallrapport, og vil ta kontakt dagen etter fallet, om vi har kontaklinformasjon på rytteren. VIKTIG at dette oppgis.

Våre rideskolehester har gode rutiner ved på/avsaling, og ved ridning. De skal til enhver tid være fastbundet i stallen.

Vi har et trygt, organisert og sikkert system i stall og ved ridning, som er utarbeidet av en Ridelærer

OBS: Ridelæreryrket er ikke en beskyttet tittel, med de som er utdannet ved NHS, er autoriserte. Dette er viktig å vite når en sender barn på rideleir, og ved bytte av rideskole.