

# Ryttarstilar - teorivecka vt-24

Vad menas med begreppet "Ryttarstil"? Kanske har ni hört det förut eller så är det något helt nytt och främmande för er. Oavsett vilket så är det något som är bra att reflektera över för att försöka upptäcka vilken ryttarstil Du har för att bättre förstå och utveckla din ridning.

Vi ska under teoriveckan försöka bena ut vad som egentligen menas med "Ryttarstil" och hur det påverkar oss som ryttare men även hästarna vi rider.

Dels kommer vi ha **clinic på måndag 11/3, onsdag 13/3 och torsdag 14/3** där vi kommer använda oss av några av ridskolehästarna i ett försök att visa på olika ryttarstilar och tillsammans diskutera likheter och skillnader mellan dessa. Hästarna kommer att ridas av två olika ryttare som har varsin tydlig ryttarstil. På så vis vill vi kunna jämföra och fundera över hur hästarna reagerar på olika ryttarstilar och om det finns någon koppling mellan ryttarstil och vilken typ av häst olika ryttare föredrar att rida.

På **tisdag 12/3 kommer vi ha en workshop** där vi gemensamt diskuterar kring ryttarstilar och varför det är viktigt att förstå sin ryttarstil för att ta sig vidare i sin ridning. Vi kommer även att kolla på klipp på elitryttare och fundera kring vad de har för ryttarstil och hur det kommer sig att alla kan prestera på hög nivå trots att de har olika stil.

	Clinic:	Workshop:
När:	Måndag 11/3 Onsdag 13/3 Torsdag 14/3	Tisdag 12/3
Klockan:	Alla clinics 18:30-20:00	19:00-20:00
Var:	I ridhuset	Samlas i/utanför stora stallet

Anmäl er till det ni vill vara med på genom att maila till [ridskolan@grys.se](mailto:ridskolan@grys.se), glöm inte att ange vilken eller vilka av dagarna ni vill delta.

