

REISGIDS DRESSUURLESSEN



BEGINNERSLES

F3 -F4 en Va1

In de beginnersles verwachten we dat dat kinderen zo goed als zelf de pony kunnen opzadelen voordat de les begint. Uiteraard mogen ze hulp vragen op het moment dat het niet helemaal lukt. De les is een uur waarin we stap, draf en waar mogelijk galop behandelen. Er wordt in een rijtje gereden wanneer dit nodig is maar we stimuleren de kinderen zelfstandig te gaan rijden en sturen. Ze gaan dus leren de pony's zelfstandig te sturen.



GEVORDERD

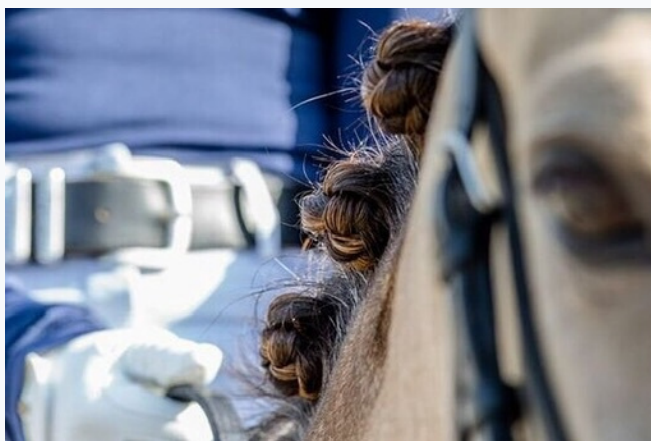
F11-F15, Va3 en S40-S50

In de uursles voor gevorderde ruiters rijden de ruiters door elkaar in stap, draf en galop. Tijdens deze les wordt er gewerkt aan het lichaamsgebruik van het paard. Zo beginnen we met rechtrichten, zijgangen (wijken, schouder voor), achterwaarts en gaan we verder met de nageeflijkheid. Je leert in deze les over de stelling, buiging en sporen waarop je paard loopt. In de gevorderde les gaan we meer combinatiegericht te werk, waar we eerder vooral aan het werk waren om jou als ruiter te verbeteren gaan we nu aan de slag met het beeld van de combinatie. Hierbij wordt hoe je paard beweegt dus ook een belangrijk onderdeel. Als ruiter leer je in deze les hoe je je paard rijdt met voldoende impuls dat het paard energiek doorloopt zonder dat je iedere pas moeite hoeft te doen.

PONYGEWENNINGSLES

A - F2

Een ponygewenningsles is een les van een uur. In dit uur beginnen we met een half uur poetsen en opzadelen. Het is de bedoeling dat de kinderen uiteindelijk zo goed als zelf de pony kunnen opzadelen en dat de instructrice enkel nog de laatste controle hoeft uit te voeren. Het tweede half uur leren de ruiters en amazones spelenderwijs paardrijden. In dit niveau leren we de kinderen controle te krijgen over de pony in de stap en draf. Ook leren we ze wat de juiste houding en zit is op het paard en welke hulpen waarvoor dienen, hoe ze deze kunnen gebruiken en hoe ze het tempo van de pony kunnen controleren.



HALF GEVORDERD

F5-F10, Va2 en S30

In de uurles voor half gevorderde ruiters rijden de kinderen door elkaar zowel in stap als in draf. Voor de galop werken we er naar om ook door elkaar heen te kunnen rijden waarbij ze soms nog achter een andere pony mogen aansluiten. Ze rijden zelfstandig de rijbaanfiguren wanneer de instructie aangeeft wat er gereden gaat worden. Ook het schakelen in het tempo van de pony wordt op dit niveau gevraagd. Naast de overgangen stap, draf en galop vragen we de ruiters ook in dezelfde gang tempo te wisselen (bijv. de draf verruimen) We stimuleren ze om zelf na te denken over wat goed is voor de pony en om zelf te oefenen.

