

Lagedi Ratsaspordikooli juuli edasijõudnute laager 2023

Lagedi Ratsaspordikooli ratsalaagrid 2023

Lagedi Ratsaspordikool asub Tallinna lähedal, linnapiirist kõigest 4-5 km, 10min autosõidu kaugusel. Bussipeatus asub praktiliselt talli ukse ees ning rongijaam on 12 min kiire jalutuskäigu kaugusel.

Treeninglaagrisse tervitame kõiki edasijõudnud ratsutajaid oma hobustega- Hüpata võiks osata vähemalt 70cm parkuuri ja võiks hakkama saada ABC skeemidega. Suurimaks eelduseks on ainult tahe areneda. Laagrisse ootame osalejaid ka oma hobusega. Treeningud toimuvad vastavalt tasemele 2-4 gruppides. Treeninguid viib läbi Lagedi Ratsaspordikooli treener Helina Taal.

Toimumise aeg: 03-05.07.2023

Osavõtjate tase: ts vähemalt 70cm, ratsastus vähemalt ABC.

Päevakava:

Esmaspäev 03.07

- Saabumine ja ümbrusega tutvumine, tutvume ka talli kodukorraga.
- Ratsastustreeningud
- Ühine vestlusring, takistuste vahed ja erinevate harjutuste mõju hobusele.
- Latitreeningud, kergemad võimlemisharjutused.
- Grillõhtu

Teisipäev 04.07

- Ratsastus, skeemide sõitmine.
- Vestlusring, arutlemine skeemide ja treeningute kohta.
- Proovime ratsakooli hobusega voltižeerimist.
- Krossitrenn.
- Grillõhtu, saun, kümblustünn.

Kolmapäev 05.07

Takistussõidutreening koos terve grupiga, mille lõpetame võistlustega.

Autasustamine

Vestlusring, muljete jagamine, tordi söömine.

Lisaks saab käia ujumas, hobustega jões, korraldame erinevaid sportmänge ja teeme muud põnevat.

Soovitus, mida kaasa võtta:

Ratsanikule- Kaasa võtta: mugavad riided ja jalanõud iga ilma jaoks (kindlasti soojad riided, kummikud, tossud, plätud, päevitusriided), oma magamiskott ja padi, pesemisvahendid ja rätik ning õhuke müts. Ratsutamiseks mõeldud püksid ei tohi olla paksude siseõmblustega ja võiksid olla kas liibuvad või alt kummiga, et püksisääred ratsutamise ajal üles ei kerkiks, pükste üleskerkimise vastu aitab kui üle pükste tõmmata põlvikud. Ratsutamiseks sobivad

jalanõud on kinnised, madala tallaga, väikese kontsaga ja ei tohiks olla väga libedad. Õhukesed kindad ratsutamiseks, nt töökindad. Kindlasti tuleks arvestada, et ilm võib olla muutlik ja varuda vahetusriideid.

Hobusele- Tavapärane treeningvarustus.

Ohutus: Ratsutamise ajal on kohustuslik kanda ratsakiivrit, turvavest on soovitatav. Kindlasti kaasa võtta ka sääsetõrjevahendid ja päikesekreem.

Hind ja registreerimine:

Treeninglaagri hind on 160€ , mis sisaldab soovi korral ka majutust ratsanikule. Registreerimisega kaasneb 50% broneerimistasu (80€). Broneering jõustub alates broneerimistasu laekumisest. Teine osa tuleb tasuda koha peal laagri esimesel päeval.

Registreerimiseks saata email

- ratsaniku andmetega (ees- ja perekonnanimi),
- hobuse andmetega (väike kokkuvõttev tekst hobusest, treeningutest, võistlemisest ning eripäradest,
- arve tasuja andmetega (ees- ja perekonnanimi, aadress).
- kas soovid boksi
- kas soovid hommiku ja lõunasööki ja millistel päevadel, grillimisel on vorstikesed ja salat hinna sees (kui soovid midagi rohkemat, siis võta kaasa).

Hobuse boks laagri ajal 50€, sisaldab allapanu, heina ning soovi korral kaera või vajadusel valmis pandud soda etteandmist hommikul. Boksi peab korrastama iga ratsanik ise. Toitlustus (hommiku ja lõunasöök) 5€ päev.

Laagris osalemise tingimuseks on tähtajaks tasutud laagritasu ja täidetud ankeet. Ankeeti võib saata ka digitaalselt allkirjastatuna.

Ankeedi leiab siit: <http://capriole.ee/lagediratsaspordikool/laagrid/ankeetid.htm>

Registreerimisel saadetakse vastu arve, mille alusel tasuda saab. Broneering jõustub hetkest, kui raha on laekunud.

LAAGRIKOHA ÜLES ÜTLEMISEL BRONEERIMISTASU EI TAGASTATA!

Ratsakooli õpilased võivad laagris osaleda ka ratsakooli hobusega. Lisandub hobuserent 50€, boksirenti sellisel juhul tasuma ei pea.