



Invitasjon til Grønt Kort kurs i regi av Søndre Nordstrand Rideklubb 3. og 5 mars 2017.

Instruktør: Iselin Hustad

- Grønt Kort (GK) er krav for start på utvidede klubbstevner og oppover, og inngangsbilletten til lisenssystemet i rytterforbundet.
- Norges Rytterforbund ønsker at alle konkurranseryttere skal ha nødvendige basiskunnskaper om hest, sikkerhet og reglement, og det er derfor et krav om Grønt Kort for å kunne løse lisens i NRYF.

Grønt Kort-kurset består av fire deler – og ryttere må gjennom alle fire deler for å kunne få godkjent Grønt Kort:

- Reglements kurs ca 4,5 timer inkl. en avsluttende prøve
- Sikkerhet og hestekunnskaps kurs ca 3 timer
- Praksis i stall ca 1,5 time
- Ridetest LC:1 dressur og sprangprøve

Alle under 16 år MÅ ha med seg en av foreldrene/ansvarlig person på alle delene av kurset.

OBS!!! Denne gangen er kursene satt opp fredag og søndag!!!

Kurset vil foregå slik:

Dag 1 Fredag 3. mars	Dag 2 Søndag 5. mars	Dag 2 Søndag 5. mars
17.00-21.30 Teori REGLEMENTSKURS	09.00-12.00 Teori SIKKERHET OG HESTEKUNNSKAPSKURS	12.00 - Ridetest Gruppe 1 (ca 1 t) Ridetest Gruppe 2 (ca 1 t) Praksis i stall. (ca.1,5t.)
Til Reglements kurset skal du ha med deg penn, papir. Gå gjerne inn på www.rytter.no og les litt først. Husk grønt kort boken og reglementet!	Husk grønt kort boken din, og penn og papir.	Til dette kurset må du huske å kle deg da du skal være en del i stallen. I tillegg så må du ha med deg rideklær og sikkerhetsutstyr til ridedelen, boken din, og penn og papir.

Program

Oppmøte kl. 17.00 Reglements kurs (ca.4,5 timer)

Dere får utdelt boken på veien til grønt kort.

Vi skal gjennomgå følgende:

- Organisasjon
- Reglement
- RASK og hestevelferd
- Stevne
- Slutttest og gjennomgang



Oppmøte kl. 09.00 Teori i sikkerhet og hestekunnskap. (ca.3timer)

Vi skal gjennomgå følgende:

- Hestens instinkter og adferd.
- Kommunikasjon med hest.
- Hestens anatomi.
- Hold hesten frisk – dyrevelferd.
- Hvis ulykken er ute.
- Hest i trafikken.
- Sikkerhet i stall.
- Lasting av hest.
- Mønstring.
- Ridning, oppvarming, konkurransebanen.



Oppmøte kl 12.00 Praksis i stall og ridetest.

13.00 Ridetest gruppe 1

14.00 Ridetest gruppe 2

ca 15.00 Praksis i stall begge grupper

Vi skal gjennomgå følgende:

- Gjør hesten oppmerksom på når man kommer inn.
- Ta på grime og binde fast.
- Visitering, fint om de kan noen kroppsdelar.
- Leietrening, mønstring.
- Konkurransklargjøring.

De som ikke har egen hest kan leie rideskolehest av Søndre Nordstrand Rideskole. Kursholder er Iselin Hustad, Ridelærer III, Dressurdommer 1.

Pris for kurset:

- Reglements kurs 550 kr inkl Grønt kort boken (450 for medlemmer av Søndre Nordstrand Rideklubb.) Dersom søsken deler bok betaler nr 2 kun 450 kr eller 350 kr.
- Sikkerhet og hestekunnskaps kurs 300 kr (250 for medlemmer av Søndre Nordstrand Rideklubb.)
- Praksis i stall og ridetest 150 kr (100 for medlemmer) pluss evt. lån av rideskolehest: 150 kr.
- Totalt for alle tre kurs: 1150 kr (950 for medlemmer).
- **Kontant betaling ved oppmøte, evt vipps. Det er bindende påmelding! Vi har vanligvis en lang venteliste på disse kursene, dukker du ikke opp, blir du fakturert for det du er påmeldt!**
- Du kan melde deg på alle tre kursene eller bare en/to av dem.

Påmelding via e-post til rideskole@snord.no, merk påmeldingen: "Påmelding grønt kort". Frist 20. februar 2017.

I påmeldingen må du skrive:

1. Du må sende navn, tlf.nr, e-post, fødselsdato og hvilken klubb du er medlem av.
2. Skal du være med på alle kursene eller har du noen deler fra før?
3. Tar du med deg en eller to voksne? (Alle under 16 år MÅ ha med seg en av foreldrene/ansvarlig person på alle delene av kurset. Hvis du er under 18 år trenger du underskrift av foresatte)
4. Tar du med egen hest til ridetesten, vil du leie en av Søndre Nordstrand Rideskole?
5. Sjekk NØYE at du har svart på alle disse spørsmålene og send til rideskole@snord.no innen 20. februar 2017.

Når du skal på kurset må du huske å ta med deg:

- Skrivesaker (noe å skrive på og noe å skrive med). Du trenger dette begge dagene.
- Boken og reglementet. Har du det ikke fra før får du det utlevert første kursdag. Du trenger dette begge dagene.
- Matpakke (til begge dagene)
- Til dag 2: rideklær og sikkerhetsutstyr.

Velkommen til kurs!

Søndre Nordstrand Rideklubb