Lunna Ridklubb
Rödbo Lunnaväg 10
442 90 Kungälv

Trivselregler på Lunna RK

Regler innan ridlektionen:

- Vi vill att du är på plats 30 min innan din ridlektion om du eller din medhjälpare har förmåga att göra i ordning din häst inför lektion. På Lunna är vi alltid på plats senast 15 min innan lektionsstart.
- Kommer du sent upprepande gånger har ridläraren rätt att neka eleven deltagande på lektion.
- Är du under 18 år behöver du ha hjälm på dig i stallet. Har du ingen egen hjälm går det bra att hyra av oss, hjälmar hittar ni i sadelkammaren – **Gröna** dörren rakt in i stallet till vänster. **Gröna** dörren till höger är toaletter. Hjälmhyran är 30kr per gång, säkerhetsväst kostar inget att låna. Behöver ni hjälp med utprovning av väst och hjälm, hjälper personalen er gärna!
- När du kommer till Lunna så ska du:

➢ Ta på dig en hjälm innan du går in i stallet.
➢ Läs på hästlistan vilken häst du ska rida idag.
➢ Hästar som står i box ska vara uppbundna vid skötsel (finns uppbindning i boxen).
➢ Borsta din häst tills den blir ren (även under magen), kratsa sedan hovarna.
➢ Plocka undan borstar/hovkrats.
➢ Sadla hästen – ev be om hjälp beroende på vilken häst det är.
➢ Ta på dig resterande utrustning såsom säkerhetsväst mm.
➢ Tränsa hästen.
➢ Vänta sedan tills ridläraren säger att det är dags att sitta upp.

- Om du behöver lämna hästen när den är tränsad så måste du trä grimman över tränset så att hästen sitter fast i grimman innan du lämnar den ur sikte.
- För att bibehålla lugnet i stallet önskar vi att du tar hand om den hästen du ska rida och låter resterande hästar vara i fred. De behöver vila inför sitt arbete.

Regler under ridlektionen:

- Ridlektionen börjar med att ridläraren/stallvärden ber dig komma fram med hästen, ni stannar då vid ingången. Där spänner vi sadelgjorden och tar ner stigbyglarna för att sedan gå till rampen och sitta upp.

Lunna Ridklubb
Rödbo Lunnaväg 10
442 90 Kungälv

- När du rider ska du ha en hjälm som sitter bra. Har du ingen hjälm kan du hyra från oss. Behöver du hjälp att prova ut en – fråga Lunnas personal!
  Tips: Om du ska ha något värmande under hjälmen rekommenderar vi ett pannband istället för mössa.
  Keps får inte användas under hjälmen.
- Om du rider med stigbyglar så ska du ha skor med klack på för att inte riskera att fastna. Vi rekommenderar att man använder stålhätteskor.
- Du bör alltid klä dig med kläder efter väder!
- Upp- och avsittning ingår i lektionstiden.
- Ridläraren avgör vilken häst du ska rida beroende på hur veckan och terminen ser ut. Det finns alltid en tanke bakom varje val.
- Ridskolans mål är att varje ryttare bör kunna alternera mellan två hästar.
- Elever, ledsagare och bredvidgångare får INTE använda sin telefon under lektionstid! Det är en säkerhetsrisk för alla!
- Åldersgräns för att ledsaga är 15 år.
- Det är ridläraren som håller i lektionen, på läktaren ska det vara tyst.
- Vid eventuella avramlingar är det i första hand ridläraren som tar hand om situationen själv. Vid behov kallar ridläraren in medhjälpare. VIKTIGT! Sitt kvar och håll dig lugn på läktaren och invänta order från ridläraren.
- Det är **filmförbud** hos oss. Lunna Ridklubb är en plats där vi vill att alla ska känna sig trygga. Det är dessutom en arbetsplats för vår personal. Filmning under ridlektioner görs bara i pedagogiskt syfte, när detta beslut tagits i förväg.

  Detta gäller:

  Att använda mobilen under ridning är förbjudet eftersom det är en säkerhetsrisk.
  Filmning och fotande från läktaren kan störa lektionen, det är då också ofta svårt att få med bara en elev. Vi vill att ni undviker detta.

  Du får ta bilder på dig och hästen du rider eller pysslar med i stallet. Du får lägga ut bilder i sociala medier där bara du och ”din” häst syns. Tänk alltid på vad andra kan läsa in i en bild, som du kanske själv inte tänker på.

Regler efter ridlektionen:

Lunna Ridklubb
Rödbo Lunnaväg 10
442 90 Kungälv

- Sitt kvar på hästen tills ridläraren säger att det är varsågod att sitta av.
- Undvik gärna att ge hästarna godis, ge dem hellre en klapp på halsen och säg ”tack för idag”, de värdesätter det minst lika mycket.
- Häng upp stigbyglarna på sadeln.
- När ridläraren säger till är det varsågod att gå in med din häst till dens box/spilta.
- Om hästen inte fått en ny ryttare så ska du tränsa av hästen.
- Sätt sedan fast den med grimma och sitt uppbindningsgrimskaft innan du går till tex sadelkammaren. *Viktigt att sätta fast hästen i grimman, INTE i bettet.*
- Gör rent bettet med vatten och torka sedan av det med handduk
- Häng tillbaka hästens träns på sin plats.
- Sadla av och häng tillbaka sadeln på sin plats.
- Borsta sedan av hästen samt kratsa hovarna.
- När du är färdig ska hästarna i spilta stå kvar uppbundna, men om de står i box ska de släppas lösa i boxen, och stänga dörren ordentligt.

Övrigt:

- Elever och besökare får inte vistas i hästarnas hagar utan personal.
- Vi rekommenderar att man använder stålhätteskor när man vistas bland hästarna.
- Vid hoppning vill vi att man använder säkerhetsväst. Även om du är över 18 år rekommenderar vi att du rider med säkerhetsväst oavsett hoppning eller vanlig ridning.
- **Under din vistelse på Lunna så ska alltid din förälder/medhjälpare/boendepersonal/assistent vara i närheten och tillgänglig för att du ska kunna be om hjälp.**
- Har du frågor under din vistelse på Lunna, tveka aldrig på att fråga personalen! De hjälper dig gärna!