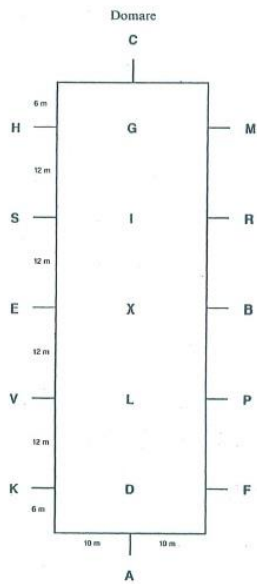
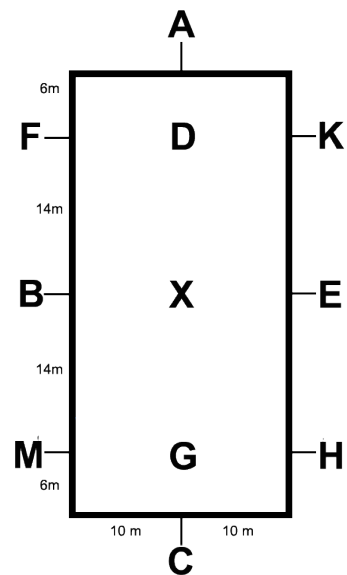


RIDBANANS VÄGAR

Bokstäverna på lång bana

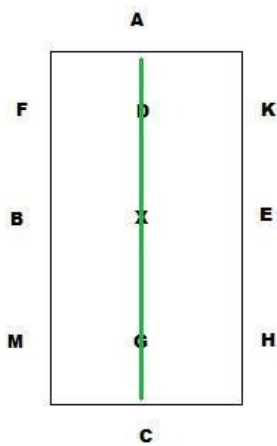


Bokstäverna på kort bana



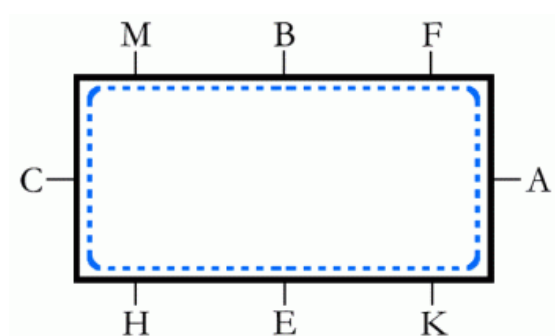
Medellinjen

Medellinjen är en osynlig linje som går mellan A och C. På ridskolan står man alltid på medellinjen vid upp och avsättning.



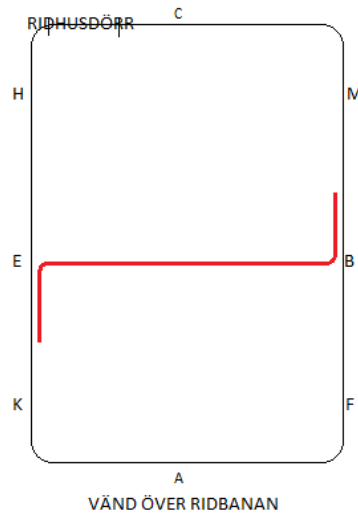
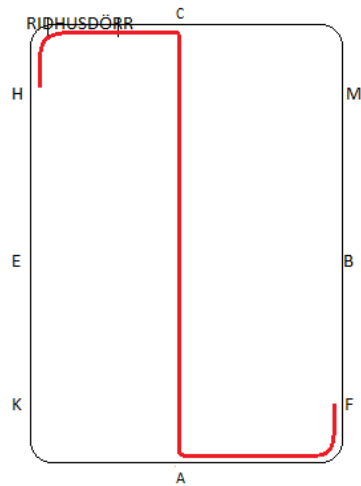
Fyrkantspåret

När man rider på fyrkantspåret rider man utefter ridbanans väggar.



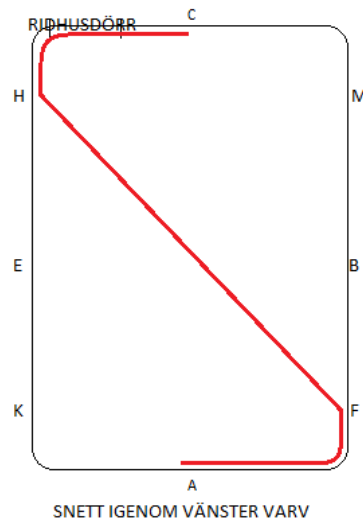
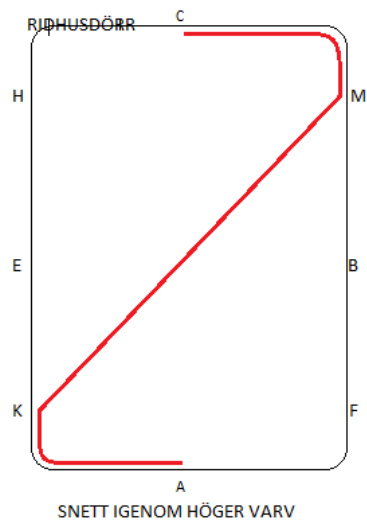
Vänd rätt upp och vänd rätt över ridbanan

När man rider dessa ridvägar behöver man vända lite innan bokstaven man skall vända ifrån för att komma på rätt linje.



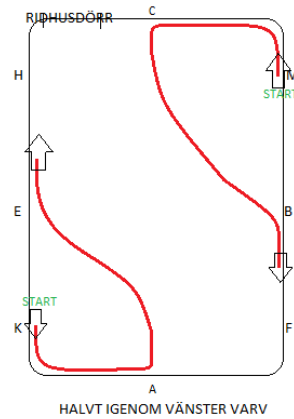
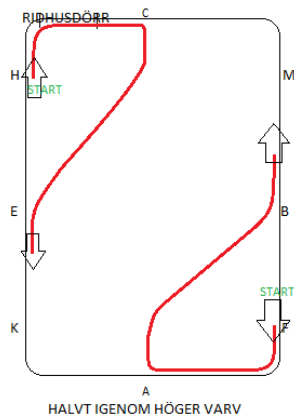
Vänd snett igenom

När man rider denna ridväg skall man vända när ryttaren är vid den bokstav man skall vända ifrån. Man rider tillbaka ut på spåret strax innan bokstaven så att hela hästen är ute på spåret vid bokstaven. Tänk på att rida långt ut i hörnen innan och efter vändningen.



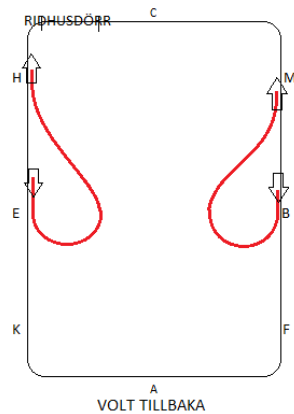
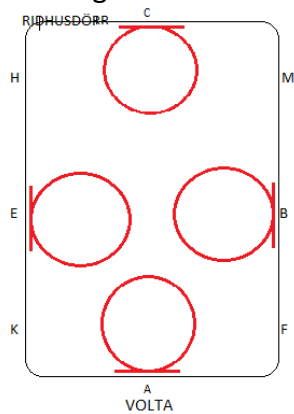
Vänd halvt igenom

När man rider denna ridväg behöver man vända lite innan bokstaven man skall vända ifrån för att komma på rätt linje. Kom ut lite innan bokstaven du skall vända till. Man vänder alltid tillbaka till den långsida man kom ifrån



Volta och volt tillbaka

Skiljer sig från övriga ridvägar då alla vänder samtidigt oberoende av vart på spåret man är. Volta = komma ut i samma varv, volt tillbaka = byta varv. När man rider denna ridväg passerar man aldrig medellinjen, då man riskerar att krocka med någon som rider vägen från andra långsidan.



GALOPP

Vad skall man göra innan man fattar galopp?

- Se till att man har korta tyglar och nertrampade hälar.

Hur gör man för att få hästen att börja galoppa?

- Galoppfattning kan ske från skritt eller trav.
- Man måste sitta ner på rumpan, man får inte stå upp i stigbyglarna och inte rida lätt.
- Inner fot längre fram (den närmast mitten), ytter fot längre bak (den närmast väggen). Ge signal till hästen med båda skänklarna samtidigt. På en piggare häst räcker det oftast att trycka löst med skänkeln på en lite långsammare häst kan man behöva kicka till.

Hur skall man sitta i galoppen?

- Man kan stå upp i lätt sits eller sitta ner på rumpan. För att följa hästen när man sitter ner behöver man gunga med lite. Man skall på sikt lära sig att rida galopp både i lätt sits och nedsittning men när man börjar lära sig kan man göra det som man är mest bekväm med. Oavsett vilken sits man väljer är det viktigt att man trampar ner hämlarna.
- En del hästar som är lite snabbare fortsätter att galoppa själva till ryttaren bromsar. På de lite långsamma hästarna behöver man komma ihåg att gasa lite i galoppen för att hästen skall fortsätta att galoppa.

Hur gör man för att bromsa hästen när man vill sluta galoppa?

- Rumpan skall vara i sadeln när man bromsar oavsett om man tidigare har suttit ner eller stått i lätt sits. Hämlarna skall vara nertrampade. Man lutar sedan överkroppen tillbaka och bromsar med hjälp av båda tyglarna (tyglarna måste vara sträckta för att detta skall fungera).