

9/1	Mjukstart, ridvägar, inverkan.
16/1	Repetition: Att ställa hästen.
23/1	Sitsträning: rida utan stigbyglar.
30/1	Dressyr: Skänkelvikning samt öka och minska volter.
6/2	Hoppning: Enkelhinder fokus rakrikning och anridning
13/2	Teori:
20/2	Ryttarens inverkan: Övergångar mellan skritt, galopp, trav och halt. Ökning och samling skritt och trav.
27/2	Markarbete med trav- och galoppbommar.
6/3	Hoppning: Räkna galoppsprång mellan hinder
13/3	Dressyr: Delar av dressyrprogram fokus sits, tempo, takt och mjuk inverkan.
20/3	Intro förvänd galopp samt serpentinbågar
27/3	Fortsättning förvänd galopp och intro enkelt byte.
3/4	Hoppning: två enkelhinder på två linjer, fokus landa i rätt galopp/ev enkelt byte
10/4	Ryttarens inverkan: Öppna/slutna samt skänkelvikning
17/4	Ryttarens inverkan: Samling
24/4	Ryttarens inverkan: Fortsättning samling/Framdelsvändning
1/5	Hoppning: Hoppa bana
8/5	Rörelse: Ryggning
15/5	Valbar övning fokus dressyr. Ex träna dressyrprogram till avslutningen.
22/5	Rida ut.

29/5	Enskild ridning.
5/6	Avslutning!

LEKTIONSPLANERING VT 2019 **Onsdag 9**