

## Terminsplaning GARS på GFRK VT 2019

Fredagar kl 14-15

Datum	Aktivitet	Tema	Nivå*
V 3 (18/1)	Dressyr	Takt, tempo, tajming	1-3
V 4 (25/1)	Dressyr	Ryttarens sits, hållning, balans	1-3
V 5 (1/2)	Teori		0-3
V 6 (8/2)	Markarbete		1-3
V 7 (15/2)	Markarbete m. hoppning		1-3
V 8 (22/2)	Dressyr	Hästens koordination (skänkelvikning, bakdelsvändning mm)	1-3
V 9 (1/3)	Dressyr	Övergångar, lyhördhet, halvhalter	1-3
V 10 (8/3)	Markarbete		1-3
V 11 (15/3)	Markarbete m. hoppning		1-3
V 12 (22/3)	Dressyr	Hästens följsamhet, ställning, böjning	1-3
V 13 (29/3)	Dressyr	Ryttarens sits, hållning, balans	1-3
V 14 (5/4)	Teori		0-3
V 15 (12/4)	Markarbete		1-3
V 16 (19/4)	Markarbete m. hoppning		1-3
V 17 (26/4)	Dressyr	Takt, tempo, tempoväxlingar	1-3
V 18 (3/5)	Dressyr	Hästens följsamhet, flytta för skänkeln	1-3
V 19 (10/5)	Teori		0-3
V 20 (17/5)	Markarbete		1-3
V 21 (24/5)	Dressyr	Rakriktning av hästen, rida innanför spåret	1-3
V 22 (31/5)	Markarbete m. hoppning		1-3
V 23 (7/6)	Dressyr	Hästens följsamhet, ställning, böjning	1-3

### \*Nivå

0 – Nybörjare som aldrig ridit/ridit ett fåtal gånger

1 – Nybörjare som kan rida hästen i alla gångarter

2 – Rider självständigt i alla gångarter och kan hoppa en bana i följd men behöver fortfarande stöd

3 – Rider självständigt och har befästa erfarenheter och kunskaper