

# Kurs/treningsopplegg for 2011. Anne Grundvig

Anne er autorisert (NRYF) trener 1, ryttertesttrener/ridelærer og dommer 2, dressurdommer 3 (intermediaire). I tillegg er hun internasjonal dommer i kjøring. Hun var en av de første som begynte å trene lange tøylar i Norge, og har holdt treninger/kurs over hele Skandinavia.

## **Lange tøylar kurspakke, bestående av 2 helgetreninger + 1 programtrening / stevne helg.**

Lange tøylar er en gammel treningsform tilhørende den klassiske ridekunsten. Ingen forkunnskaper nødvendig. Metoden jeg bruker er kjent som "wiener-metoden", dette fordi den er kjent og en del av oppvisningen i den klassiske Spanske Rideskolen i Wien. Prinsippene er basert på klassisk ridning og passer for alle hester uansett nivå og alder. Forutsatt at hesten er leietrent.

Alle hester har godt av litt vektløst arbeid, både som variasjon og med tanke på å gjøre det lettere for hesten å lære nye øvelser. Eller for å perfektionere øvelse den allerede kan. Det faktum at hesten arbeider fritt og selvstendig gjør det til en kjærkommen variasjon for mange hester, og det er svært instruktivt for "rytteren" med tanke på å forstå øvelsenes hensikt og grunnleggende/dominerende hjelpere for hver enkelt øvelse.

Krav til undervisningssted: Det må være et rom hvor vi kan ha teori. Banen bør ha jevnt underlag (det kan godt være fast), helst på et inngjerdet område. Ridehall eller tilgang på hall er å foretrekke, men ikke absolutt nødvendig. Deltakerne går to sammen i gruppe.

Jeg har skrevet helt nye dressurprogram for lange tøylar!

## **Ryttertest kurspakke, bestående av 2 helgetreninger + programtrening / stevne helg.**

Ryttertester passer godt for ryttere som er uerfarne med å starte. Det er et bra tilbud til rideskoleelever og til turryttere og andre medlemmer som vanligvis ikke deltar på tradisjonelle dressurstevner. Les mer om ryttertester på [www.rytter.no](http://www.rytter.no) under grenen dressur.

Krav til undervisningssted: Det må være et rom hvor vi kan ha teori. Ridehall eller tilgang på hall er å foretrekke, men ikke absolutt nødvendig. Deltakerne rir sammen i en gruppe på to tre stykker.

## **Treningshelg.**

Passer for mer erfarne ryttere. Man kan ri eller gå lange tøylar – eller begge deler. Opplegget tilpasses individuelt (ta kontakt), og kan med fordel kombineres med de to ovenstående, og / eller programtrening/stevne.

**Pris:** Etter avtale, enten fast pris eller pris per deltaker. Reise og opphold kommer i tillegg. Ta kontakt for en uforpliktende prat hvor vi ser på ulike muligheter. For stevne/programtrening, gjelder NRYF's priser for teknisk personell.

Kontakt info:

[anne\(at\)klassiskdressur.com](mailto:anne(at)klassiskdressur.com)

Jeg bor i Saltnes, Råde i Østfold.