



Sjekkliste for deg som skal på stevne

Før stevnedagen

- Les invitasjonen nøye – der står det meste du trenger å vite
- Husk å melde deg på i rett tid (Påmeldingsfrist står alltid i invitasjonen)
- Lær programmet så du kan ri det i søvne hvis du skal starte dressur
- Sjekk ryttermelding og starttider
- Hvis flere deler hest – bli enige om hvem som skal gjøre hva
- Planlegg når du må komme i stallen
- Gjør klart alt utstyr

Finn frem alt utstyr til hesten:

- Sjekk at det er i orden
- Smør sal og hodelag
- Det er lurt å sjekke hvilken hull man bruker på stighbøylene før stevnet, så slipper man å bruke tid på å eksperimentere på oppvarmingsbanen
- Legg på ren sjabrak
- Vask evt beinbelegg hvis det trengs

Finn frem utstyr til rytter:

- Hjelm
- Høye ridestøvler eller ridesko/støvleskaft (Vaskes/pusses)
- Sikkerhetsvest
- Hansker (obligatorisk i dressur, valgfritt i sprang)
- Ridebukse
- Ridejakke eller mørk, ettersittende genser
- Evt pisk og/eller sporer om du bruker det
- Husk at langt hår skal settes opp – finn frem alt du trenger kvelden før.

Stevnedagen

- Kom tidlig i stallen
- Møkk boksen
- Puss hesten grundig, vask bort eventuelle flekker, sørg for at den er skinnende ren og viser seg fra sin beste side.
- Flett gjerne hesten (lurt å trene masse før den store dagen, man blir ikke god til å flette av å gjøre det to ganger i året)
- Sal opp i god tid før du skal ri.
- Avtal med noen som kan passe på hesten mens du går banen. Husk å beregne tid til dette.
- Beregn når du må begynne oppvarmingen
- Husk at du kanskje skal inn til premieutdeling. Vær klar til det!
- Lurer du på noe så spør!
- Ikke bruk hesten som sofa – ri når du skal ri, hopp av og gi hesten fri når du kan. Det setter den pris på. Ta av beinbelegg når hesten har pause.
- Se til at hesten får tilbud om vann i løpet av dagen.
- Slipp hesten ut når den er ferdig med dagens klasser – da har den fortjent å ha fri.