Obozy w Hermanowie
Szczegółowy opis zajęć

1. PLAN JAZD NA OBOZIE

OSOBY POCZĄTKUJĄCE – JEŻDŻĄCE NA LONŻY.

W ciągu całego obozu jest siedem 30 min. indywidualnych lekcji (na placu lub hali), oraz jeden spacer w terenie. W sumie osiem lekcji jazdy konnej. W niedzielę odbywają się zajęcia zapoznawcze w stajni, nie jest to jazda konna. W poniedziałek są dwie lekcje jazdy, od wtorku do czwartku jedna lekcja, a w piątek dwie lekcje jazdy konnej (plan tygodnia czasem może ulec zmianie, ale ilość jazd nie).

OSOBY JEŻDŻĄCE

W ciągu całego obozu jest osiem jazd (na placu lub hali), oraz jedna jazda w teren. W sumie dziewięć lekcji jazdy konnej. Pierwsza jazda odbywa się w niedzielę i jest to jazda sprawdzająca. W poniedziałek są dwie lekcje jazdy, od wtorku do czwartku jedna lekcja, a w piątek dwie lekcje jazdy konnej (plan tygodnia czasem może ulec zmianie, ale ilość jazd nie).

2. OPIS LEKCJI

Jazda sprawdzająca: pierwsza jazda na obozie, na niej instruktorzy ustalają do jakiej grupy będą przydzieleni obozowicze, aby było najbezpieczniej i nauka przebiegała najbardziej efektywnie. Instruktorzy weryfikują Wasze umiejętności, dobierają Wam na obóz odpowiedniego konia (nie jest to zawsze ten sam, na którym odbywa się jazda sprawdzająca). Na tej jeździe poruszamy się w trzech podstawowych chodach. Czasami zdarza się, że na jeździe sprawdzającej informacje przekazane przez uczestników odnośnie swoich umiejętności nie pokrywają się z praktyką i trzeba „cofnąć się” do jazdy na lonży, co nie jest żadnym wstydem, po prostu trzeba przypomnieć sobie najważniejsze podstawy, które później umożliwiają bezpieczną jazdę z innymi obozowiczami podczas jazd w grupie. Czas trwania całej lekcji sprawdzającej to ok. 45 minut, pozostałe lekcje dla osób jeżdżących trwają godzinę.

Osoby początkujące w niedzielę mają zajęcia zapoznawcze w stajni. Od poniedziałku szkolą się na lonży indywidualnie z instruktorem. Jazda na lonży – jest to indywidualna jazda z instruktorem, który tłumaczy od podstaw jak bezpiecznie zacząć swoja przygodę z końmi. Ta jazda to prawdziwe ABC, na niej nauczysz się solidnych podstaw, tak aby dalsza przygoda z jeździectwem była przyjemna, bezpieczna i efektywna. Poznasz tajniki poruszania się w stępie i kłusie (poprawnie używać pomocy jeździeckich i anglezować.). Oczywiście osoby początkujące również jadą w teren, jednak aby zapewnić im bezpieczeństwo prowadzone są w terenie na uwiązie. Jazdy na lonży trwają 30 minut.

3. Zajęcia z końmi i rodzaje jazd na obozie

Ćwiczenie podstaw – na tej jeździe uczymy się podciągania popręgu z konia, dopasowywanie strzemion z konia, kłus anglezowany, kłus ćwiczebny, półsiad w trzech chodach, przejścia między chodami, zatrzymania, galop w pełnym siadzie oraz półsiadzie, jazda bez strzemion, samodzielne kierowanie oraz skręcaniem koniem.

Jazda z elementami drągów – na tej jeździe ćwiczymy umiejętności niezbędne do pokonywania przeszkód np. najazdy na przeszkody, pokonywanie przeszkód, utrzymanie równego dosiadu i tempa.

Jazda skokowa – trening z elementami przeszkód, na którym pokonujemy pojedyncze przeszkody lub parkur (może zawierać krzyżaki, stacjonaty, oksery, linie, szeregi). Uczymy się prawidłowego pokonywania przeszkód w półsiadzie, orientacji między nimi.

Wyjazd w teren – po weryfikacji instruktora oraz ustaleniu grup osoby z umiejętnościami pozwalającymi na poruszanie się w terenie będą jechały na samodzielną przejażdżkę w lesie pod okiem instruktora. Dla uczestników, których umiejętności nie pozwalają na samodzielną jazdę w terenie przygotowaliśmy wyjazd na spacer do lasu, na koniach które będą prowadzone w ręku.

Oprócz jazd uczestnicy będą także brać udział w zajęciach teoretycznych z instruktorami, na których przeprowadzimy wideoanalizę Waszych treningów na obozie. Będziemy także rozmawiać o bezpieczeństwie w stajni i przy koniach.

W ciągu tygodnia będą również odbywały się zajęcia z pielęgnacji koni SPA połączone z elementami fizjoterapii koni – będziemy rozmawiać o budowie koni, jak prawidłowo je pielęgnować i wspierać ich aparat ruchowy poprzez masaże, aby później umilić im letni czas kąpielą i pielęgnacją kopyt, grzyw i ogonów 😊.

W sobotę, na koniec obozów wspólnie zorganizujemy „zawody jeździeckie”, na których obozowicze wcielą się w rolę organizatorów, sędziów, ratowników, trenerów, osób oficjalnych. Taka organizacja pokaże skalę pracy przy zawodach oraz wzbogaci umiejętności pracy w grupie, będzie również świetnym elementem aby pokazać organizację takiego wydarzenia „od kuchni”. Mając na uwadze bezpieczeństwo oraz to, aby każdy obozowicz, niezależnie od umiejętności jeździeckich mógł wziąć udział w wydarzeniu uczestnicy będą pokonywać parkur sami lub z asystą hobby horse 😊. Będziecie mieli również okazje przejechać się bryczką po naszej pięknej okolicy.

Jeśli będziesz miał ochotę pomóc nam trochę w stajni będzie ku temu okazja. Chętni będą mogli wziąć udział w karmieniu koni i dyżurach porządkowych w stajni.