

## *Sörgården Kurs och Lägers kurs/lägerverksamhet sommaren 2018*



### Sommarkurs för VUXNA

#### *"Tanthelg"*

1. Helgkurs fredag 15/6 kl 15.00 – söndag 17/6 kl 16.00.
2. Helgkurs fredag 10/8 kl 15.00 – söndag 12/8 kl 16.00

Kursavgiften är 2 200 kr. Helinackordering ingår.

En helg där fokus ligger på en kravlös och avstressande samvaro tillsammans med Hästen. Lugna och avspända övningar på hästryggen varvas med avsuttna kontakt och kommunikationsövningar i stallet och på ridbanan.

Enkel men god mat, tidiga kvällar, promenader och avslappningsövningar bidrar till en rogivande och harmonisk helg i en vacker och lugn miljö.

I kursavgiften ingår allt dvs. undervisning, mat, logi i 2-bäddrum samt uppställning till egen häst. För den som inte har/vill eller kan ta med egen häst finns Sörgårdens hästar att låna kostnadsfritt. (maxvikt ryttare 80 kg)

Lämplig förkunskap är minst 1 års häst/ridvana.

Varmt Välkommen till oss!

MVH Yvonne och Stig

**Samtidigt som anmälan skickas in måste avgiften betalas in till plusgirokonto nr: 412 93 68 - 9 Sörgården Kurs och Läger för att anmälan skall vara definitiv (inom 7 dagar). Anmälan är bindande. Vi ev förhinder kan dock bokad plats säljas/överlåtas till annan person som uppfyller krav på vikt och förkunskaper.**

**Anmälan görs på bifogad anmälningsblankett! Mer information finns på vår hemsida [www.sorgarden.org](http://www.sorgarden.org)**

**OBS! Kontrollera att plats finns innan anmälan och avgift insändes!**



*Sörgården*  
kurs & läger





## **Sommarkurs/läger för VUXNA, från 15 år och uppåt**

### ***”Inspirationsveckan”***

Veckoläger (5 dgr) måndag 9/7 kl 10.00 – fredag 13/7 kl 16.00

Kursavgiften är 4 600 kr. Anmälningsavgiften är 1 900 kr och frånräknas det totala beloppet. Resterande avgift skall betalas senast 10 dagar innan kursen börjar. Helinackordering ingår.

Deltagarna får massor av varierad undervisning, både avsutten och i sadeln. Vi blandar Centrerad Ridning, sitsträning, kommunikationsövningar med något pass i rundcorallen samt med utmaningar i form av miljöträning, bruksridning mm.

Intressanta föreläsningar med olika innehåll förgyller kvällarna (det kan bli allt från hästens välbefinnande/massage, sadelanpassning, bitt och munvård, hästens beteende och psykologi samt inläring, utfodring, örter till dig själv eller din häst, lastträning) Listan kan göras lång och i skrivandets stund är inte dessa föreläsningar exakt planerade.

Ev kan någon uteritt också hinnas med om så önskas.

Kursen avslutas på fredagen med en enklare ”tävling” i bruks/trabridning i mkt vänskaplig anda.

I kursavgiften ingår allt, dvs. förutom undervisning mat, logi samt uppstallning till egen häst.

För den som inte har/vill eller kan ta med egen häst finns Sörgårdens hästar att låna kostnadsfritt. (Maxvikt ryttare 80 kg)

Lämplig förkunskap är minst 1 års häst/ridvana.

Välkommen till årets roligaste och mest intressanta veckokurs och en vecka fylld med massor av inspiration!

**Samtidigt som anmälan skickas in ska anmälningsavgiften betalas in till plusgirokonto nr: 412 93 68 - 9 Sörgården Kurs och Läger för att anmälan skall vara definitiv (inom 7 dagar).**

**Anmälan måste göras på bifogad anmälningsblankett! Mer information finns på vår hemsida [www.sorgarden.org](http://www.sorgarden.org)**

**OBS! Kontrollera att plats finns på önskad kursperiod innan anmälan och avgift insändes!**

