

# Intensivridning på höstlovet



Datum: 31/10, 1/11 och 2 /11 2017

Tid: Kl. 13, 14 och 15

Lunk i kring kommer under loven 2017 att erbjuda ridning 3 dagar i sträck. Tanken är att ditt barn ska få möjlighet att rida lite mer intensivt.

## Syfte:

Det finns forskning som visar att monotona, vaggande rörelser som kräver att man om och om igen måste återfinna balansen, precis som när man rider, stimulerar de områden i hjärnan där inlärningsreceptorerna finns. Upplevelsen att sitta på en häst är en rolig och en positiv upplevelse med allt vad det innebär att få komma ut i natur, skog och mark. Närheten och kontakten med hästen skapar också starka band.

## Mål:

Är att med hästen som hjälpmedel försöka eliminera, reducera eller kompensera funktionsnedsättningar, bevara befintlig funktion och allmänt bidra till ökad livskvalité.

**Upplägg:** Ca 30 minuters ridning i skog och mark eller på volten.

Sammanlagd tidsåtgång ca 50 min. Kostnad: 500 kronor för 3 dagar. Anmäl ditt barn/ungdom på mail till [lena@lunkikring.nu](mailto:lena@lunkikring.nu) eller Lena 073-7209084 och Maria 0737404696 .Begränsat antal platser. Ni får gärna stanna och ta en fika men vi kommer inte att ha någon extrapersonal på plats.



VÄLKOMNA!

