



## Sommarkurser 2026

### Under sommaren erbjuder vi ridläger, dagläger och träningsläger

Våra **ridläger** är kl.9-16 och erbjuder 2 ridpass om dagen. Upplägget varierar med olika aktiviteter för en så bred och allsidig häst- och ridutbildning som möjligt. Vi har ridläger för olika nivåer, från 7 års ålder. **Anmälan avser hela kursveckan.**

Våra **dagläger** är kl.9-15 och erbjuder 1 ridpass om dagen. Utöver ett ridpass och hästkunskap hittar vi på aktiviteter som tex. lekar och pyssel. Vi har ridläger för olika nivåer, från 7 års ålder. **Anmälan kan göras till enstaka dagar.**

Våra **träningsläger** som vänder sig till dig som vill ha allsidig träning, både hoppning och dressyr, fler ridpass och därmed mer intensivt upplägg och finns på olika nivåer. Vi har träningsläger för olika nivåer och åldrar. **Dagarnas tider varierar. Anmälan avser hela kursveckan**

<b>Vecka 25</b> <b>14–18 juni</b> Start söndag v.24	<b>Ridläger Nr: 401</b> för Nybörjare fortsättning-Märke 1	<b>Ridläger Nr: 402</b> för Märke 2
<b>Vecka 26</b> <b>22–26 juni</b>	<b>Ridläger Nr: 403</b> för Nybörjare	<b>Ridläger Nr: 404</b> för Nybörjare fortsättning- Märke 1
<b>Vecka 31</b> <b>26–31 juli</b> Start söndag v.30	<b>Träningsläger Nr: 405</b> för HRU och tävlingsryttare	
<b>Vecka 32</b> <b>3–7 augusti</b>	<b>Träningsläger Nr: 406</b> för Märke 2-3	<b>Dagläger Nr: 407 &amp; 408</b> för Nybörjare - Märke 1

### Anmälan

Anmälan sker via mail. Från och med 9 mars går det även bra att anmälan genom elevportalen Hippocrates under fliken "Ridskolan". Är du osäker på hur du bokar eller har frågor kring kurserna är du välkommen att prata med din ridlärare eller maila [info@malarhojdensridskola.se](mailto:info@malarhojdensridskola.se)  
Anmälan är bindande och kan inte ridas igen. Vid ersättare behövs ridlärarens godkännande. I lägeravgiften ingår varken lunch eller mellis utan matsäck medtas. Goda möjligheter att värma mat i mikro och förvara i kylskåp finns.

## Vecka 25

### Ridläger Nr: 401

Kickstarta sommaren med en fartfylld lägervecka. Vänder sig till dig som rider utan ledare i skritt och trav. Under veckan kommer det att vara 2 ridpass om dagen, både hoppning och dressyr, aktiviteter utöver ridningen samt hästkunskap. Kursen går parallellt med 402 så vissa aktiviteter är gemensamma.

**Kurstillfällen:** (5 dagar, totalt 35 timmar)

Söndag 14/6 kl:9.00-16.00

Måndag 15/6 kl:9.00-16.00

Tisdag 16/6 kl:9.00-16.00

Onsdag 17/6 kl:9.00-16.00

Torsdag 18/6 kl:9.00-16.00

**Avgift:** 6100kr

**Kompetenskrav:** Nybörjare fortsättning- Märke 1

(OBS! se kursbeskrivning), från 7 års ålder

### Ridläger Nr: 402

Kickstarta sommaren med en fartfylld lägervecka. Detta ridläger vänder sig till dig som rider i alla gångarter. Under veckan kommer det att vara 2 ridpass om dagen, både hoppning och dressyr, aktiviteter utöver ridningen samt hästkunskap. Kursen går parallellt med 402 så vissa aktiviteter är gemensamma.

**Kurstillfällen:** (5 dagar, totalt 35 timmar)

Söndag 14/6 kl:9.00-16.00

Måndag 15/6 kl:9.00-16.00

Tisdag 16/6 kl:9.00-16.00

Onsdag 17/6 kl:9.00-16.00

Torsdag 18/6 kl:9.00-16.00

**Avgift:** 6100kr

**Kompetenskrav:** Märke 2, (OBS! se kursbeskrivning),

## Vecka 26

### Ridläger Nr: 403

Är du nyfiken på hästar och ridning? Du kanske har provat lite och vill lära dig mer. Här erbjuds du fem dagar med grunderna om och med hästar och hästhantering. Vad har hästar för behov? Hur kan vi med vårt kroppsspråk få hästen att förstå vad vi vill att den ska göra? Rätt teknik vid uppsittning, rätt användning av hjälperna när du rider. Listan blir lång om vi ska räkna upp allt som du kommer att få lära dig under detta läger.

**Kurstillfällen:** (5 dagar, totalt 35 timmar)

Måndag 22/6 kl:9.00-16.00

Tisdag 23/6 kl:9.00-16.00

Onsdag 24/6 kl:9.00-16.00

Torsdag 25/6 kl:9.00-16.00

Fredag 26/6 kl:9.00-16.00

**Avgift:** 6100kr

**Kompetenskrav:** Nybörjare, från 7 års ålder

### Ridläger Nr: 404

Det här ridlägret vänder sig till dig som rider utan ledare i skritt och trav, och du har kanske även provat att galoppa. Under veckan kommer det att vara 2 ridpass om dagen, både hoppning och dressyr, aktiviteter utöver ridningen samt hästkunskap. Kursen går parallellt med 402 så vissa aktiviteter är gemensamma.

**Kurstillfällen:** (5 dagar, totalt 35 timmar)

Måndag 22/6 kl:9.00-16.00

Tisdag 23/6 kl:9.00-16.00

Onsdag 24/6 kl:9.00-16.00

Torsdag 25/6 kl:9.00-16.00

Fredag 26/6 kl:9.00-16.00

**Avgift:** 6100kr

**Kompetenskrav:** Nybörjare fortsättning- Märke 1

(OBS! se kursbeskrivning), från 7 års ålder

# Vecka 31

## Träningsläger Nr: 405

### inklusive hästhanterings- och lastningskurs med hämtning av hästar på bete

Ett träningsläger inklusive extra allt! Det som ev. legat utanför vår komfortzon vad gäller hästhantering, lastning, fys- och mentalträning och i ridningen ska bli alltmer befast. Söndag 28 juli hämtar vi hem våra hästar från betet, vi kommer samlas kl:7.00 i stallet. Du bör ha gått hästhanteringskurs här hemma eller på annat sätt lärt dig grundläggande hästhantering. Rådgör med Fredrika om du undrar över något.

#### **Kurstillfällen:** (6 dagar, massor av timmar)

Söndag 26/7 kl:7.00- ca17.00

Måndag 27/7 kl:8.00-16.00

Tisdag 28/7 kl:8.00-16.00

Onsdag 29/7 kl:8.00-16.00

Torsdag 30/7 kl:8.00-16.00

Fredag 31/7 kl:9.00-16.00

**Avgift:** 7700kr

**Kompetenskrav:** Märke 3–5, från 13 års ålder

# Vecka 32

## Träningsläger Nr: 406

Se hit alla ryttare som är sugna på att träna mer på allt såsom, ridkänsla både i hoppning och i dressyr, hästhantering och hästkunskap men även din fysik. För att kunna delta under denna vecka ska du vara säker i att rida alla tre gångarterna på dom flesta av våra ponnysar.

**Kurstillfällen:** (5 dagar, totalt 35 timmar)

Måndag 3/8 kl:9.00-16.00

Tisdag 4/8 kl:9.00-16.00

Onsdag 5/8 kl:9.00-16.00

Torsdag 6/8 kl:9.00-16.00

Fredag 7/8 kl:9.00-16.00

**Avgift:** 6100kr

**Kompetenskrav:** Märke 2-3, Från 12 års ålder

## Dagläger Nr: 407 & 408

Under våra dagläger hittar vi på massor av roliga aktiviteter. Vi kommer att göra lekar, pyssla, sköta om hästar och testa på olika stallsysslor samt ha ett ridpass om dagen. Dagläger 407 är för nybörjare och dagläger 408 är för ryttare som rider i skritt och trav utan ledare.

**Kurstillfällen:**

Måndag 3/8 kl:9.00-15.00

Tisdag 4/8 kl:9.00-15.00

Onsdag 5/8 kl:9.00-15.00

Torsdag 6/8 kl:9.00-15.00

Fredag 7/8 kl:9.00-15.00

**Avgift:** 900kr för en dag. 5 dagar 4250kr. Vid bokning av 5 dagar ges en rabatt på 250kr.

**Kompetenskrav:** Nybörjare, för barn födda 2019 eller tidigare