***Wedstrijdtips***

*Tips en aandachtspunten voor de voorbereiding en de wedstrijddag zelf*

**Inschrijving voor FNRS-wedstrijden bij stal de Ripse Ruiters.**

* Inschrijven op inschrijfformulieren op het prikbord
* Naam en niveau invullen achter pony/paarden naam
* Doe je voor het eerst mee? Dan start je op niveau F1 (tenzij je instructrice anders besloten heeft)
* Paard/pony al bezet? Kies dan een ander. Tijdens de wedstrijd wordt namelijk gekeken hoe jij rijdt en niet hoe het paard loopt. Dus als jij je hulpen goed geeft en het paard reageert niet goed, dan kun je toch een voldoende halen.
* Inschrijven is bindend. Afmelden kan kosteloos tot 10 dagen voor de wedstrijd.
* Afmelden kan alleen via [info@deripseruiters.nl](mailto:info@deripseruiters.nl)

**Voorbereiding voor de wedstrijddag**

* Zorg dat je de proef thuis enkele malen doorneemt. In de lessen zal aandacht besteed worden aan de onderdelen en je rijdt je proefje 1x helemaal in je groepsles.
* Als je ook theorie-examen moet doen (F2, F4 en F6), begin dan op tijd met het leren van de theorie. Heb je nog vragen over de theorie? Stel deze aan je instructrice!
* Ruim voor het rijden van de proef moet je zorgen dat je paard/pony netjes schoongemaakt en ingevlochten is. Houdt rekening met de anderen die op hetzelfde paard/pony moeten rijden. Misschien kun je afspreken om je paard/pony samen wedstrijd klaar te maken. Vergeet ook het hoofdstel en zadel niet. Ga je op zondagochtend je proefje rijden? Dan kun je op zaterdagmiddag na 16.00 al beginnen met vlechten.
* Bij de klasse F1 en F2 wordt er voorgelezen. Als je in een hogere klasse start moet je een eigen voorlezer regelen. In principe kan iedereen voorlezen. Het is wel aan te raden om de proef als voorlezer te oefenen.
* Zorg dat alle spullen klaarliggen, zodat je niks vergeet. Maak voor jezelf een checklist: ruiterpaspoort, cap, laarzen, witte handschoenen, witte of beige rijbroek, rijjasje met plastron en plastronspeld of verenigingstrui, zweep, haarnetje of maak van je haren een nette knot, proeven-boekje, elastiekjes voor de manen en natuurlijk een goed humeur.

\* Als je voor het eerst meerijdt hoef je niet gelijk een volledig wedstrijdtenue aan te schaffen. Zorg dat je er zo netjes mogelijk uitziet en misschien kun je wel iets van iemand lenen.

**Voor het rijden van de proef**

- Zorg dat je op de wedstrijddag minimaal 1 uur voor de geplande starttijd aanwezig

bent. Het programma kan zowel in- als uitlopen. Meld je als eerste bij het

secretariaat en betaal je inschrijfgeld en lever je ruiterpaspoort in.

Na het inschrijven heb je de tijd om je paard te doen en op te zadelen. Wil je weten of het in- of uitgelopen is, vraag dit dan aan de ringmeesters.

* Ongeveer 45 min voor het rijden van je proef ga je het paard opzadelen. Je kunt een witte sjabrak huren bij het wedstrijdsecretariaat voor € 2,50,-. Je eigen sjabrak gebruiken mag natuurlijk ook.
* Voor het rijden van de proef heb je tijd om in te rijden. Je mag maximaal 20 minuten voor je te rijden proef de inrijbak in. Als jouw paard al eerder een proefje loopt mag je hem gelijk overnemen als de vorige deelnemer zijn proef heeft gereden. Probeer bij het inrijden jezelf en je pony zo goed mogelijk voor te bereiden op de te rijden proef. Maak hem niet onnodig moe. Zit er geen galop in jouw proef, galoppeer dan ook niet met inrijden. Probeer niet zomaar rondjes te rijden, maar maak overgangen en tempowisselingen en rijdt wat figuren zodat je paard goed aan de hulpen staat.
* Denk bij het inrijden ook aan de andere ruiters in de bak, dus blijf niet stilstaan op de hoefslag en ga niet kletsen. Instructies van de ringmeester moet je altijd opvolgen! Doe je dat niet, dan kun je zelfs uitgesloten worden van de wedstrijd…
* Uiteindelijk ben jezelf verantwoordelijk voor het netjes en op tijd verschijnen in de bak voor het rijden van je proef. Ook als het programma in of uitloopt.

**Het rijden van de proef**

* De ringmeester zorgt voor het openen en sluiten van de bakdeuren en geeft je een seintje als je naar binnen kan. Houdt het zelf ook in de gaten. Kijk ook altijd op de startlijst wie er voor je rijdt.
* In de bak ga je rustig draven. Welke kant mag jezelf kiezen. De jury geeft een seintje aan de voorlezer als je mag beginnen.
* Tijdens de proef mag je niet praten en moet je je zweepje in dezelfde hand houden.
* Probeer alle onderdelen zo netjes mogelijk te rijden, maar raak niet in paniek als er eentje mislukt. Concentreer je dan op het volgende onderdeel.
* Na het groeten aan het einde van je proef ga je in vrije stap linksom bij A. Pas als je bij de F bent mag je het paard belonen en weer praten.

**Na het rijden van de proef**

* Als er nog een deelnemer op jouw paard vlak achter je komt, geef het paard dan zo snel mogelijk over. Gun de ander ook tijd om in te rijden.
* Het is niet de bedoeling dat er anderen op het paard zitten dan de deelnemers zelf.
* Als je de laatste deelnemer op een paard bent, of er veel tijd tussen de proeven zit (meer dan 30 min.), stap je het paard uit en verlaat je daarna zo snel mogelijk de bak. Je wilt anderen, die nog aan het inrijden zijn, geen last bezorgen.
* Zet je paard weer op stal als je de laatste deelnemer op dat paard bent. Zadel dan het paard weer af, haal de vlechtjes eruit (elastiekjes in de prullenbak), ruim je spullen op en lever je witte sjabrak weer in bij het wedstrijdsecretariaat.
* Na het rijden van je proef kun je napraten in de kantine, zodat het bij de rijbak rustig blijft voor de overige deelnemers.
* Rijd je de proeven F2, F4 en F6 voor je 2e promotiepunt? Dan moet je ook een theorie-examen doen. Dit examen kun je voor of na het rijden van de proef maken. Je meldt je hiervoor bij het secretariaat.
* Dan is het wachten totdat iedereen klaar is en de prijsuitreiking plaatsvindt!

**Tot slot**

* Voor vragen kun je altijd terecht bij een van de instructrices, of op de wedstrijddag zelf bij het secretariaat
* De wedstrijd wordt georganiseerd door PSV de Ripse Ruiters, waarvan het bestuur bestaat uit vrijwilligers. Een paar extra handen op een wedstrijddag zijn dan ook hard nodig om er een succes van te maken. Op het prikbord hangt voor de wedstrijd een lijst waar ouders/deelnemers zich kunnen aanmelden voor de diverse taken.
* Wees altijd sportief tegenover je paard, vrijwilligers en andere deelnemers. Zonder hen zou zo’n dag niet kunnen plaatsvinden.