

TRÄNINGSELEV VID UPK – VAD INNEBÄR DET?!

Följande elever har möjlighet att få förmånen att bli förberedande tränings elever respektive tränings elever vid Uppsala Ponyklubb:

- Elev som rider i lägst P6 men för det mesta P7 eller uppåt. (f.trän oftast från P5/6)
- Elev som är en aktiv skötare och varit det under några terminer.
- Elev som är en bra kompis och förebild.
- Elev som gärna hjälper till i stallet och finns till hands och hjälper till vid lektionsbyten.
- Elev som vill lära sig mer om hästar och ridning.
- Elev som tar värdesätter sin sköthäst och tar hand om den på bästa sätt.
- Elev med egen häst har två alternativ; Om man avser att rida sin egen häst på lektion så behöver man inte vara skötare på UPK. Om man vill rida på lektionshäst så måste man vara skötare samt aktivt hjälpa till på tävlingar mm precis som övriga tränings elever.
- Elever till träningsgrupperna tas ut gemensamt av ridskolans instruktörer.
- Elever som är intresserade av att bli tränings elever får gärna prata om detta med sin instruktör.

Som fträn/tränings elev har du följande förmåner:

- Du får rida i speciella grupper där alla precis som du är aktiva som skötare på ridskolan.
- I gruppen är alla precis som du mycket intresserade av att lära sig mer om både hästen och om ridning vilket bidrar till en stimulerande och bra inlärningsmiljö.
- I gruppen är ni max 9 stycken mot ordinarie 10 stycken utan extra kostnad.
- Undervisningen i gruppen blir successivt lite mer tävlingsinriktad än i ordinarie grupper.
- När du ridit i träningsgrupp ett par år så kan du välja att rida i mindre grupp (till högre kostnad) .
- Vi har en hoppinriktad träningsgrupp samt en dressyrinriktad träningsgrupp, detta finns ej för ordinarie elever.
- Särskilda kurser för tränings elever på jullov och påsklov, träningsläger på sommaren.
- Särskild avsutten verksamhet för tränings elever ett par gånger per år.
- Vara med på alla pay and jump/pay and ride som anordnas på ridskolan, ca 20 tillfällen/år.

- Vi har ett mycket subventionerat och billigt pris när man deltar i Pay and Jump/Pay and Ride på ridskolehäst.
- Vid klubb tävlingarna får ni när ni är färdiga för det, hoppa högre klasser än "vanliga" elever.
- Möjlighet att få delta på inbjudningstävlingar mot andra ridskolor samt Ridskole-DM i hoppning och dressyr när din instruktör anser att du är mogen för det.
- Möjlighet att få tävla på lokala tävlingar i hoppning och dressyr runt om i distriktet.
- I första hand är det tränings elever som ej har egen häst som får möjlighet att tävla på ridskolans hästar.
- När man får möjlighet att tävla så kräver detta att era föräldrar är beredda att engagera sig genom att köra till och från tävlingarna, gå lastningskurs innan första tävlingen, betala licenser, hästhyror och startavgifter.
- Möjlighet att få en intern ledarutbildning så du får en bra grund innan du hjälper till att hålla i teoriundervisning för nybörjare samt vid lovkurser.
- Lära sig hålla teorikurser, prata inför folk, ger bra erfarenheter för framtiden.
- Möjlighet att gå Ungdomsledarkurser samt andra ledarutbildningar i distriktets regi men på klubbens bekostnad om du är intresserad och aktiv.
- Möjlighet att bli stallvärdinna om du är intresserad och vill hjälpa till lite extra och ta ett större ansvar.
- Möjlighet att gå "Förberedande instruktörskurs" som är en intern ledarutbildning som vi börjar ca vartannat år där ni som är minst 16 år och intresserade av att gå Ridledarutbildningen när ni är 18-20 år får möjlighet att göra det på klubbens bekostnad om vi anser att vi behöver utbilda flera instruktörer och tycker att ni kommit tillräckligt långt i er utbildning/ridning.
- Möjlighet att sommarjobba och därmed få erfarenhet av hur det är att jobba på en ridskola.
- Kickoff-läger på sommaren.
- Ni får uppleva en mycket bra gemenskap där ni knyter kontakter och får vänner för livet!

I utbyte vill vi att ni gör följande när ni har fått börja i fträn/trän:

- Fortsätter vara aktiva som skötare!
- Fortsätter vara ett bra föredöme för övriga elever på ridskolan!
- Fortsätter vara en bra kompis!
- Man måste vara aktiv i stallet mer än den timme/timmar man rider sin lektion.
- Delta på projekträffar och avsutten verksamhet som är kostnadsfri och inriktad för er på fträn/trän.
- Ni har större ansvar på närvaro/göra uppgifter än "vanliga" skötare.
- Fortsätter hjälpa till i stallet och finnas till hands och hjälpa till vid lektionsbyten!
- Fortsätter att vilja lära er mer om hästar och ridning!
- Fortsätter att värdesätta er sköthäst och tar hand om den på bästa sätt!
- Hjälper instruktörerna att hålla i teoriundervisning för nybörjarna!
- Hjälper till att hålla teorikurser och stallfritids under loven!
- Förstår att det råder absolut rökförbud för er som bra föredömen!
- Hjälper till som funktionärer på de tävlingar som klubben anordnar!
- Kom ihåg att dit eget engagemang är ditt eget ansvar. För att få måste man ge något tillbaka.
- Exvis kan man inte räkna med att få tävla/vara med på pay and jump mm om man inte följer ovanstående.

Ibland upplever vi att följande händer när man blivit träningselev!

- Slutar vara aktiv som skötare☹!
- Slutar hjälpa till i stallet☹!
- Slutar hjälpa till på tävlingar☹!
- Slutar hjälpa till på loven☹!
- Några lutar sig helt enkelt tillbaka och tycker att allt är lugnt när man väl lyckats bli träningselev!

Vad vi kommer att ändra på framöver och varför:

- Ovanstående har varit ett problem som vi vill komma åt och vår ambition är att vi ska försöka vara så rättvisa som möjligt när det gäller kurser, tävlingar mm för er som tränings elever, grundprincipen är enkel;
- ***Ju aktivare man är själv, desto mer kan man få ut från oss i form av kurser, tävlingar, utbildning , gemenskap mm!***
- Vi kommer from nu ta närvaro när det gäller funktionärshjälp dagen före tävling samt på tävling. Vi kommer också hålla koll på ert engagemang vid stallfritids, teorikurser, lovverksamhet mm. Vi instruktörer kommer ta hjälp av skötaransvariga, stallvärdinnor mm för att se vilka som är aktiva när ni är i stallet.
- Vi tycker att det är viktigt att de som är tränings elever uppfyller ovanstående kriterier och om man känner att man inte hinner med under en period kan man ta ett steg tillbaka och rida på "vanlig" grupp och därmed släppa fram någon annan och ge den chansen att få en träningsplats! När man sedan känner att man har tid att satsa själv igen så är man välkommen tillbaka!
- Självklart kan det komma kortare perioder då det är mycket i skolan, det händer jobbiga saker hemma, man blir sjuk mm. När detta inträffar så kontaktar ni oss och informerar om detta så löser vi det tillsammans!!!
- Läs gärna igenom denna info en gång till när du kommer hem tillsammans med dina föräldrar!

Följande tränings elever behöver ej göra något av ovanstående då de redan lägger mycket tid på olika aktiviteter och ansvarsområden, men får gärna fortsätta som skötare:

Stallvärdinnor
Ungdomssektion
Skötaransvariga
Ridlärare

Träningselev ca 17 år, från det år man börjar 2an på gymnasiet kan välja nedanstående alternativ för att tjäna in era 50 poäng per månad. Ni fortsätter som skötare.

10 poäng per timme:

- Anordna kurser för skötare.
- Skötarkurser ett par gånger per termin, så de kan ta skötarexamen oftare än bara på höst och sportlov.
- Teorikurser för vuxenelever.
- Teorikurser för föräldrar.
- Filmeftermiddagar i cafeterian på lördagar o söndagar.
- Brännbollsturneringar.
- Rykttävlingar.
- Kävbygge.
- Människohoppning.
- Pyssel o lektag.
- Mm mm här får ni gärna komma på egna aktiviteter ☺

50 poäng per tävlingsdag

- Hjälpa US vid klubbävlingar

8 poäng per tillfälle

- Städa cafeterian för att kunna ha den öppen som "samlingslokal", sopa, byta sopor, torka av bord, ställa i ordning,

Ovanstående aktiviteter kan även ni som är yngre än 17 år använda er av för att tjäna in era 10 extra poäng per månad. Ni pratar då med Gabbi om vad ni vill ha för aktivitet så kommer vi fram till ett lämpligt datum o upplägg tillsammans.

Ni som är 17 år o uppåt o vill välja detta alternativ, vi kommer att ha 1 möte i början av varje termin, där vi kommer överens vilka aktiviteter ni har. På det här viset hoppas vi att ni kan fortsätta som träningselever även när skolan börjar ta väldigt mycket tid (2an/3an) gymnasiet.

Här får ni frihet att själva planera er tid när ni är aktiva ☺