

# Division 1 laget på kurs

saxat från US bloggen

Hej allihopa!

Nu är UPK/Lurbos allianslag Div 1 ponnydressyr på kurs på Brolöten i Södermanland! Imorgon åker vi hem och då har vi varit här i fyra dagar. Det är Tova G med Nisse, Lussan med Molle, Maria Vesterberg med Miljon, Filippa Norrman med Sleo, och även Hanna Josefsson från Björklinge som också ville följa med ner och träna.

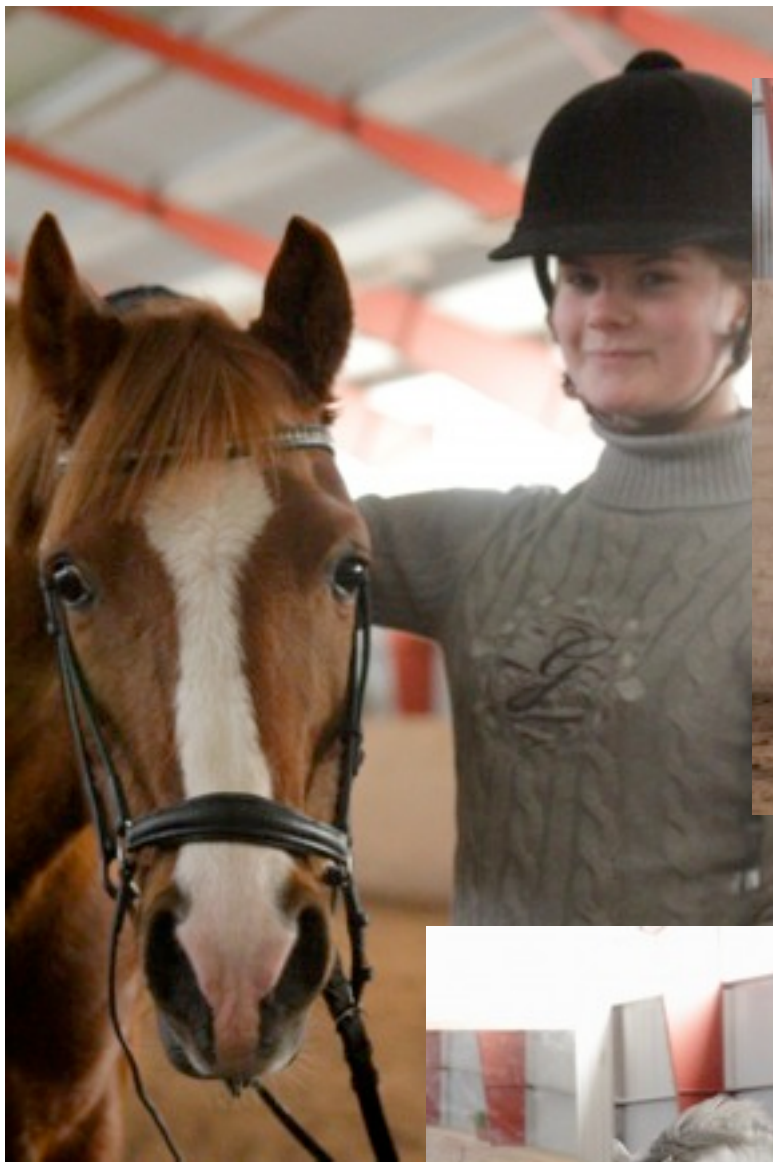


På söndagskvällen anlände Tova, Filippa, Maria och Hanna. Lussan kom tidigare under dagen då hon var och tävlade i Täby (60 % reg P:1). Lussan som ofta brukar åka ner hit visade alla runt litegrann och även så alla kände sig hemmastadda.

Efter att hästarna var omhändertagna efter resan ner var det dags för middag, potatisgratäng med kött och svampsås, mums!

Tjejerna som kom ner senare joggade även deras hästar en sväng i ridhuset senare på kvällen.

**Filippa och Sleo, nöjda efter träningen.**



**Nöjda var även Maria och Miljon!**





På måndagen var det dags för hårdkörning. Vi tränar för Chris Brolin (B-tränare), men har även teori med Emelie Brolin (12 SM guld i dressyr) och Christian Brolin (har varit beridare hos Patrik Kittel).

Första passet så gjorde vi inga svårare rörelser utan Chris ville mest checka av att vi hade hästarna mellan hand och skänkel i en bra form. Det är skönt för både häst och ryttare att börja med ett lugnare pass med tanke på miljöombytet.

På eftermiddagen blev det sitsträning med Christian, vi hjälptes åt att longera varandra medan Christian ropade ut instruktioner som "IN med armbågarna, tårna ska peka framåt, titta upp, rätta upp er!!" osv... Vi alla var ganska möra i kroppen efter den träningen!

**Filippa som tränar sin sits på en av Brolötens hästar.**



**Nisse fick rycka in som extrahäst, här med Maria på ryggen.**



Tova i en av stallarna.



Utsmyckning vid skrittmaskinen.

Idag (tisdag) så åt vi först frukost och sedan kollade vi på när Emelie och Christian tränade sina hästar. Vi fick se galoppombyten och passage bland annat! Sedan var det dags för att träna våra egna hästar igen. Idag var Chris på oss lite mer och vi fick göra lite svårare saker. Öppnor, slutor, galoppserpentiner, skänkelvikningar mm. Tova behövde rätta till sina armar och när hon gjorde det blev Nisse genast mycket bättre. Lussan lutade sig lite för mycket bakåt för att kompensera när Molle blev för stark istället för att göra halvhalter för att få honom kortare och lättare. Miljon ville dyka ner i formen och var inte riktigt framför skänken vilket som Maria fick hjälp med. Sleo kortade ihop sig för mycket så Filipa fick jobba på att få honom ordentligt framför skänkeln.



Efter träningen var det välbehövlig lunch och efter det släppte vi ut våra hästar i hagen och mockade, fixade maten och putsade. Det tog sin tid och efter det blev det fika och teori. Vi pratade tävling och fick se filmer från när Emelie och Christian tävlar, även från när Emelie var nere hos Anky van Grunsven och tränade. Det uppskattade vi alla! Imorgon blir det programridning och föräldrarna kommer och ska titta. I kväll ska vi bara mysa framför film tillsammans och ladda inför morgondagen.

Kram från alla oss! Heja på oss nu i Div 1!! :)

**T.v Molle! nedan; Nisse rullar sig i hagen.**

