



Inbjudan till clinic i träningsfysiologi för hästar

Denna clinic riktar sig till kuskar och hästintresserade och i synnerhet kommer träning inför maratonkörning behandlas.

Nina Olofsson som håller i clinicen är utbildad hippolog och hästmassör och har en gedigen lista i sitt hästregister. Idag arbetar hon på Åby travgymnasium och är egenföretagare. Ni kan läsa om henne på www.hippofys.com. Hennes specialområde är hur vi bygger upp våra hästar för att de ska utveckla en god kondition och styrka.

Under förmiddagen körs två hästar i ridhuset med pulsmätare, då förklarar Nina grunderna i konditions- och intervallträning. Efter det äter vi lunch tillsammans.

Under eftermiddagen tittar vi på datan som samlats in ifrån pulsmätaren och går igenom vad som händer. Här diskuteras även hur vi ger hästen förutsättningar för att bli starkare.

Var: Nordhallands ridklubb, Kungsbacka, Lerkil

När: söndagen 22 januari, kl 10- ca 15.30

Pris: 250 kr/pers, lunch ingår. Kaffe finns att köpa på plats. Anmälan giltig när anmälningsavgiften har sätts in på KSNHs Pg 276922-2 senast sista anmälningsdagen. Märk insättningen "clinic" och namn.

Anmälan: Senast 15 januari.

Hanna Gilbert 0704-85 97 73 hanna.gilbert@hotmail.com

Deltagande: Max 40 personer, först till kvarn.

Varmt välkomna i vintermörkret önskar Körsällskapet Nordhallänningarna!