



## PÅSKEKURS 2015! 2 - 3. april

*Ridekurs over torsdagen og langfredagen for alle som er min. 18 år! Vi underviser i gangarter, grunnleggende klassisk dressur, bakkearbeid, Sentrert Ridning og vi holder en intro i Tølt in Harmony! Selvfølgelig blir det også ridning på ovalbanen for de som vil.*

Sted: Sætra islandshestgård  
Varighet: 2 dager, 2 – 3. april.  
Fremmøte onsdag kveld 19 - 20.

Pris: 1.800 kr for hele kurset.  
Antall deltak.: max. 10  
Påmelding: Mail eller tlf. (se nedover)

Inkludert i prisen er:  
En fantastisk påskemiddag på kvelden!  
(valgfri drikke til middagen tar dere med selv).  
Laken og håndkler.  
Hestene får grovfor av oss, men krafftør må tas med.

Frokost- og lunchmat tar dere med selv  
Komfyr, micro og kjøleskap finnes.

Det går bra å komme på onsdag kveld mellom kl. 19 – 20.

### Vi tilbyr også andre kurser:

**Kurs i arbeid for hånd med hesten** – kurs for alle som driver med hest!

**Hestens adferd** – en kurs som alle som driver med hest burde delta i, uansett om hvilken hesterase du har.

**Tølt in Harmony med Trausti Thor**– ridefilosofi som begynner å bli meget stort i Europa. Vektlegger mykhet, letthet, usynlige hjelpere og kontakt i ridningen.

Ridekurser og treningshelger med tema **Sentrert Ridning** for islandshestryttere og ryttere med innriktning dressur. Meget stort i Europa og USA.

**Treningsuker** på sommeren for både islandshester og andre hester (med egne hester)

**Treningshelger** på sommeren for både islandshester og andre hester (med egne hester)

**Treningshelger** kombinert med feiring av for eksempel feiring av bursdager m.v.

Spør gjerne om **spesialtilbud** for grupper.

Annerledes kurs i **etablering av virksomhet** med hest.

**Sætra islandshestgård**  
Delingsrudveien 351  
1850 Mysen

**Rune Henne, FEIF rideinstruktør Level 2, agronom**

**My Langhed, FEIF rideinstruktør Level 1, trener/instruktør i sentrert ridning Level1, siviløkonom**

Tlf. 69 82 78 28, 905 54 736, 905 54 182.  
Email: [my.langh@gmail.com](mailto:my.langh@gmail.com)  
[www.runeogmy.no](http://www.runeogmy.no)