

## **Klädsel**

### Vid ridning

---

- Godkänd ridhjälm är ett krav (finns att låna).
- Säkerhetsväst rekommenderas.
- Ridstövlar eller ridskor med shortchaps rekommenderas, men vanliga stövlar eller skor med klack går också bra (skor utan klack kan glida igenom stigbygel och fastnar då lättare).
- Rid inte i tröja eller jacka med huva och ha håret uppsatt så undviker du att fastna i något.
- Använd gärna handskar så att du inte fryser eller får skavsår.
- Skydda armarna genom att alltid rida i långärmat.
- Fram till kl: 15.00 vardagar får du inte vara inne hos hästen (ute till ca.14.00 därefter intag och lunch).

### Vid skötsel eller när du leder

---

- Vid all skötsel/sadling/tränsning i spilta/box/på gången ska du ha hjälm om du är under 13år. Rekommenderas dock för alla.
- Något kraftigare skor i fall hästen skulle råka trampa dig. Sandaler och tunna tygskor bör undvikas helt.
- Vi rekommenderar godkänd hjälm och handskar om du leder en häst till/från hagen. Under 13år är det ett krav.

*Något du undrar över? Fråga oss!*

