



CORONAINFO

2020-11-19

Uppdaterade Coronarestriktioner på Sundsvalls Fältrittklubb - gäller from 2020-11-22 och tills vidare.

VIKTIG INFORMATION!

Nya rutiner för all vistelse och ridning som sker på Sundsvalls Fältrittklubb SFRK. Med anledning av de nya restriktionerna från Folkhälsomyndigheten så har vi på SFRK sett över vår verksamhet och anpassat den så att vi inte ska kunna vara orsak till smittspridning. Det här är vår enda chans att hålla igång verksamheten för Er medlemmar och vi behöver Er hjälp för att lyckas!

Det är enormt viktigt för SFRK att verksamheten kan fortsätta även för de elever som är över 15 år.

Föreningen har ett stort ansvar som djurägare. För att våra ridskolehästar ska må bra behöver de daglig skötsel och motion. Foder, försäkringar och hovslagerikostnader är oförändrade även fast hästarna står. För hästarnas, Er och föreningens skull känns det viktigt att verksamheten inte stannar helt.

Inställda lektioner för vuxna elever skulle innebära att ca hälften av vårt hästbestånd blir stillastående. För både deras och Er skull planerar vi därför om verksamheten och "Corona-säkrar" anläggningen ytterligare.

Vi vet att det är otroligt värdefullt för Er medlemmar att få komma hit och röra på sig, få umgås med dessa fantastiska djur och känna hästarnas stora lugn och vänlighet. Men, vi ber Er att ni bara uppehåller er på anläggningen när ni ska rida och ta hand om hästen. Dröj inte kvar, utan åk hem så fort som möjligt. Vi vet att många vill umgås i stallet både dagtid och kvällstid men under rådande Coronaepidemi så fungerar inte det utan gör det du ska, håll avstånd och åk hem 😊

Till Färsta tar du dig på följande sätt: Du färdas i egen bil eller går/cyklar/springer hit. Undvik samåkning utanför hushållet och åk helst inte buss.

Vi ber Er följa våra nya rutiner till punkt och pricka!

Inget får lämnas till slumpen, **ALLA** måste ta ansvar och hjälpas åt annars kan vi inte fortsätta hålla verksamheten igång.

Viktigt! Följande rutiner gäller från 22 november utan undantag:

- Tvätta händerna ofta
- Håll avstånd (minst 2 m)
- Stanna hemma vid minsta förkylningssymptom hos dig eller familjemedlem
- Omklädningsrum stängs helt from 23 nov. Hämta dina kläder så snart som möjligt! Undantaget är om man har allergi hemma. Meddela detta till gittan@sfrk.net om du har allergi hemma.



CORONAINFO

2020-11-19

- Läktaren är endast öppen för ryttare med medhjälpare som inväntar sin ridlektion.
- Cafeterian är stängd
- Vistelse i sadelkammaren begränsas till max 2 personer i taget med minst 2 m avstånd.

Ridskolans elever

Personalen kommer hänga fram trän och en påse med benskydd på kroken vid respektive häst. Så endast sadel hämtas i sadelkammaren.

Trän och benskydd hängs in/läggs i sadelkammaren av sista ridgruppen för kvällen.

Ponnyerna/Hästarna görs i ordning i sin spilta eller box. De hästar som får ställas på gången är Silver, Vinnie (hovslagarspiltan) och Chanel (duschspiltan). Kom ihåg att göra rent i gången där hästen stått!

Jätteviktigt att du kryssar att du kommit så vi vet vilka ponnyer vi måste göra i ordning till Lek o Lär! Kom ihåg att avboka dig om du inte kommer!

Lek och Lär:

From söndag 22 nov upphör teorin för alla LoL fram till jullovet. Det innebär att er lektion startar när er riddtid är (se nedan och kommande mail). Se till att komma 10 min före, för att kryssa av dig på listan och eventuellt hämta din häst i stallet som är iordninggjord. Om din ponny går lektion så går du till läktaren och väntar (minst 2 meters till övriga) tills ridläraren släpper in er och du får ta över hästen. Teorin ersätts med instruktionsfilmer som kommer läggas ut.

* Tisdagar LoL som rider 16.30-17.00

Om du tar in din ponny, ställ in den, ta av tränset, sätt på grimman och häng upp tränset på kroken vid spiltan/boxen. Lämna sedan ponny och åk hem.

Nya lektionstider för LoL (teorin borttagen) – Kom 10 min före!

| Dag | Tidigare lekt.tid | Lekt.tid nu, endast ridning |
|--------|------------------------|-----------------------------|
| Tisdag | 16.00-17.00 | 16.30-17.00 |
| Onsdag | 15.40-16.40 ridn först | 15.40-16.10 |
| | 15.40-16.40 | 16.10-16.40 |
| Söndag | 15.10-16.10 | 15.40-16.10 |
| | 15.40-16.40 | 16.10-16.40 |
| | 16.10-17.10 | 16.40-17.10 |

Övriga ponnygrupper: kommer 20 min före er ridlektion färdigklädd med hjälm, ridskor, ridhandskar och ev väst. Kryssa av dig på listan och gör iordning din ponny om den inte går. Tänk på att hålla avståndet. Max 2 st i sadelkammaren samtidigt. Går din häst på lektionen innan, väntar du på läktaren (minst 2 m till övriga) tills ridläraren släpper in er och du får ta över hästen.

Du sitter sedan upp självständigt i största mån, ridläraren kommer finnas till hands. Medhjälpare som inte behövs under lektionen lämnar ridhuset och väntar i



CORONAINFO

2020-11-19

bilen/utomhus under lektionen. Vid sträng kyla ute finns det möjlighet att vänta i cafeterian. Var noga med avståndet!

Efter avslutad lektion tar du in din ponny/häst i stallet och sköter om den som vanligt. Lämna därefter anläggningen.

Storhästryttarna: sköter och fixar sina hästar som vanligt före och efter ridning. Men tänk på att hålla avstånd, tvätta händerna och stanna hemma vid minsta symptom på dig eller en familjemedlem.

Teori: Teorin hålls i ridhuset (se till att hålla avstånd) eller digitalt, din ridlärare meddelar hur det genomförs från gång till gång. Lek o Lär har inte teori under denna period. Vi hänvisar till kommande instruktionsfilmer.

Skötarsystemet: tar paus under denna period.

Ridgruppernas stallsysslor - viss paus

För att undvika trängsel i stallet slipper alla ponnygrupper sina sysslor utom RS. Vi kommer tillfälligt lägga om så att storhästgrupperna får ansvara för mockning och ge vatten. Info kommer! Sopning och krattning får kvällsfodraren göra.

Ryttare med egen häst i stallet

Vi vet att stallet betyder mycket genom den sociala samvaron. Men under de rådande omständigheterna uppmanar vi er att endast vistas här den tid det tar för att rida/ta hand om din häst samt eventuella sysslor. Lämna därefter anläggningen.

Vi vill att gångarna hålls fria för att undvika trängsel när ridskoleverksamheten pågår. Ridskolans hästar ska göras i ordning i spilta/box. Undantaget är Chanel (duschspiltan), Vinnie (hovslagarspiltan) och Silver. Vi uppmanar därför privathästägarna att göra iordning sin häst i boxen. Använd endast gången i nödfall. Kom ihåg att sopa efter dig! Utifrån att vi helst inte ska blanda människor nu så vill vi försöka skapa zoner i stallet. Undvik därför att gå med din häst genom ridskoledelen. Använd hovslagar-dörren eller Kazadörren. Vid användande av duschen, vänta i boxen tills den är ledig, så du kan gå direkt in i duschen, så vi slipper trängsel i stallgången.

Juniorryttare får ha med en medhjälpare. Seniorryttare kommer ensam.

Hästägare ansvarar själv för att informera sin medryttare.

Ryttare som kommer hit med egen häst - har anläggningskort

Vi har fortfarande ridhuset öppet för dig med anläggningskort.

Men vi vill helst att du kommer hit med din häst färdig för ridning eller håller till i/vid din egen hästtransport om du gör iordning den på plats.

Det är bara tillåtet att ha med sig en medhjälpare vid hästhantering. Under ridpasset är det endast junior som får ha med medhjälpare med sig.

Detta gäller även vid deltagande i träning.

Under träning får endast ridande ryttares medhjälpare sitta på läktaren under det passet. Ingen övrig publik är tillåtet.



CORONAINFO

2020-11-19

Vi följer utvecklingen noggrant och kan komma att ta till ytterligare åtgärder framöver vilket meddelas via mail, sociala medier samt hemsidan www.sfrk.net. Du ansvarar själv för att du är uppdaterad med den senaste informationen från oss.

Har du frågor/funderingar tveka inte att ta kontakt! Mejla till kansli@sfrk.net eller kontakta Birgitta Lindstrand, ridskolechef 070-228 27 05

Tack för visad hänsyn och förståelse!

Med vänlig hälsning,

Styrelsen och Personalen SFRK