

MIJN EERSTE FNRS WEDSTRIJD

Spannend hoor, over een paar weken ga je je eerste FNRS wedstrijd rijden. Om ervoor te zorgen dat alles zo soepel mogelijk en zonder al te veel stress verloopt, zijn er een aantal zaken die je van te voren moet weten.

Om te beginnen, overleg altijd met de instructie of je al ver genoeg gevorderd bent om aan een wedstrijd deel te nemen. Je moet tenminste 6 jaar oud zijn en goed de letters kennen die in de bak hangen, zodat je weet wat er bedoeld wordt met bijvoorbeeld: grote volte bij E.

KLEDING

De officiële kleding is een witte rijbroek, zwart wedstrijdjasje, witte handschoenen en een witte plastron, voor de heren eventueel een witte stropdas. Dat hoef je echt niet allemaal in 1 keer aan te schaffen. Een schone rijbroek, schoon gepoetste rijlaarzen, een witte blouse, of truitje en een zwart vestje zijn ook prima. Voor de dames, zorg dat je haar netjes in een staart, of vlecht zit. Bij de ruitersportwinkel hebben ze ook mooie netjes waar je je haar in kan doen.

PONY/PAARD

Uiteraard moet je pony/paard er ook tiptop verzorgd uit zien. Dat houdt in dat hij keurig gepoetst moet zijn en zijn manen ingevlochten. Meestal ben je die dag niet de enige die op het betreffende paard/pony rijdt. Je kan het beste even overleggen met de andere ruiter/amazone. Als die al wat meer ervaring heeft zal hij/zij hem waarschijnlijk invlechten. Dat gebeurt meestal een dag van te voren, dus als je dat ook wil leren is het leuk als je komt kijken hoe dat in z'n werk gaat. Rijd je als enige die dag op een paard/pony, is het de bedoeling dat je er zelf voor zorgt dat hij ingevlochten wordt. Vraag hulp aan een meer ervaren ruiter.

DE WEDSTRIJDDAG

Een week van te voren hangt de **voorlopige** startlijst op het bord en staat hij op de site (<http://www.hchw.nl> en op de facebook pagina FNRS ruiters van RV en PC Oud Beijerland). In de laatste week voor je wedstrijd mag je rijden op het paard/pony waarop je de wedstrijd gaat doen. De vrijdag voor de wedstrijd hangt de **definitieve** lijst op het bord en staat hij ook weer op de site. Kijk hier goed naar, want er zijn meestal wel veranderingen. Let ook goed op je **losrijtijd**.

Zorg ervoor dat je tenminste **één** uur voor je **losrijtijd** aanwezig bent, je hebt dan alle tijd om je bij het secretariaat te melden, je fnrs paspoort(*) af te geven en startgeld te betalen, daarna kan je nog je paard/pony gaan poetsen. Op stal is er iemand van de instructie aanwezig om je te begeleiden bij het losrijden. Luister goed naar diegene, zodat je weet wanneer je klaar moet staan. Als je nog niet weet hoe je op moet zadelen zijn er altijd wel mensen op stal aanwezig die je daarbij kunnen helpen

DE PROEF

Als het goed is heb je je proef thuis al doorgelezen en misschien al een keertje gereden in de les. Het is misschien een idee om een keer een privé les te nemen, zodat je precies weet wat de proef inhoudt. Je proef wordt door iemand voorgelezen, je moet zelf zorgen voor een voorlezer. Er zijn altijd wel mensen op stal die dat willen doen, misschien kunnen je vader of moeder de proef wel voorlezen. Als je niemand kan vinden kom dit dan ruim op tijd melden bij het secretariaat, dan vinden wij wel iemand.

Het is heel naar als je voor je eerste wedstrijd de bak in gaat en er is geen voorlezer. Denk hier dus van te voren aan, het is echt nooit een probleem om iemand te vinden, maar het moet wel even gevraagd worden.

DE PRIJSUITREIKING

Aan het einde van de dag is er een prijsuitreiking. Het is **wel** de bedoeling dat je daarbij aanwezig bent. **Weer keurig in de kleding die je bij je proef aan had, dus laarzen, jasje, plastron, alles weer aan.** (In vol ornaat, noemen we dat)

Voor je proef moet je 210 punten gehaald hebben, dan ben je geslaagd en mag de volgende keer een proefje hoger rijden. (Je begint met F1A, de volgende is F1B, dan F2A env. env.)

Heb je minder dan 210 punten, dan moet je de volgende keer hetzelfde proefje nog een keer over doen.

Vanaf de F2B moet je, als je je proef gehaald hebt ook een theorie examen doen. Je krijgt dan 10 mutiple choice vragen. Dit examen wordt afgenomen bij de F2B, F4B, F6B env. env.

Bij de prijsuitreiking krijg je je paspoort weer terug, met een protocol. Daarop staat hoeveel punten je hebt gehaald en waar je de volgende keer nog extra op moet letten, of juist wat er heel erg goed gegaan is.

Voor degene met de meeste punten is er een mooie beker.

Dan rest er nog maar één ding, lekker je proefje rijden en heel veel plezier hebben.

* Voor de FNRS wedstrijden heb je een paspoort nodig. Dit paspoort (Blauw boekje) heb je al ontvangen toen je je inschreef bij de manege (HCHW). Dit is toegestuurd door de FNRS. Ieder jaar krijg je ook een rekening en een jaarzegel toegestuurd. De jaarzegel wordt pas belangrijk als je FNRS proefjes gaat rijden, dan moet je ze in het paspoort plakken. Als je alles goed bewaard kunnen we je dat op een wedstrijddag precies uitleggen. Ook wat het doel is van die jaarzegel.

Er is ook een FNRS boek, (leer paardrijden met plezier) daarin staan alle proeven en een hoop instructie en leermateriaal, ook voor als je verder komt en je bijvoorbeeld een theorie testje moet doen. Dit boek kan je aanschaffen op het secretariaat tijdens de FNRS wedstrijddagen, of bij Stephanie Bezemer, of via Diana 't Jong.

Heb je nog meer vragen, of is er iets niet duidelijk vraag het dan aan de instructie.

Laat deze brief ook aan je ouders lezen, zodat zij je ook kunnen helpen.

Heel veel succes

Diana 't Jong (gmtjong@upcmail.nl) (0623495564)

Marja van de Graaf (marjavgdraaf@ziggo.nl) (0630802634)