

# UTBILDNINGSTRAPPA MCR

---

## KNATTE

**grön**

Från 7 år, 30 min ridning, 20 min teori, sits-/balansträning, ridvägarna, skrit och trav, prova galopp

---

## UNGDOM

**ljusblå**

60 min ridning, 30 min teori, nya ridvägar, galopparbete, bomövningar, säkerhet, sadling och tränsning

**blå**

60 min ridning, 30 min teori, fortsatt sitsträning, hästkontroll, fortsatt galopparbete, bomövningar, lätta sitsen, utrustningsvård och hästhantering

---

## JUNIOR

**mörkblå**

60 min ridning, börja hoppa, sits-/balansövningar, ridborgarmärke, sambandet mellan hjälperna

**ljusgul**

60 min ridning, fortsatt hoppning, lätta sidvärtsövningar, ökat samband mellan hjälperna, enkla vändningar, märke I

**gul**

60 min ridning, utveckla och förbättra samverkan mellan de olika hjälperna, utridning, börja tävla lätt, delta i enkla kurser

**rosa**

60 min ridning, hoppa liten bana, börja träna att få hästen i form, märke II

**röd**

60 min ridning, hoppa något mer avancerad bana, tävla, sits-/balansträning, fortsatt träning att få hästen i form, delta i kurser, utbytestävlingar, märke III

---

## SENIOR

**vit**

60 min ridning, 30 min teori, sits-/balansträning, skrit och trav, eventuellt galopp, ridvägar, bomövningar, säkerhet

**orange**

60 min ridning, sits-/balansträning, bomövningar, lätt hoppning, sidvärtsrörelser, galopparbete, märke I-II, tävla, kurser, hyrning av häst

**lila**

60 min ridning, sits-/balansträning, lätt hoppning, märke III med teorikurs

**brun**

60 min ridning, samverkan mellan de olika hjälperna, rida hästen i rätt form, hoppa mer avancerad bana, rida riktiga dressyrprogram, utbytestävlingar

---