

Held Høst 14. juni



# STESKOEN

nr. 1 2001  
årg. 3



Klubbavis for Volda Rideklubb

## Årsmøte i Volda Ridelkubb 25/01-01

### 1: Godkjennning av innkalling og årsmelding

### 2: Val av dirigent og referent for årsmøtet

Dirigent: Magne Holmin

Referent: Liv Jorunn Nyhagen

### 3: Val av styre for 2001

Janita Sporstøl og Liv Jorunn Nyhagen fortset eit år til.

Karen Molnes, Jarle Aasen og Reidun Heltne vart dei 3. nye representantane i styret.

Solveig Hjelmeset vart vald som vara.

Styret konstituerer seg sjølv på første styremøtet. 1 Februar 01 kl. 20.00 hos Reidun Heltne.

### 4: Val av nye komitear

#### Stemmegruppe:

Karen Molnes, Liv Jorunn Nyhagen, Lena Mari Heltne & Janita Sporstøl  
Har ansvaret for å planleggsje kurs og stemner.

#### Dugnadssgruppe:

Magne Holmin, Nina Sporstøl & Kathrine Eliassen  
Har ansvaret for å planleggsje og innkalle til dugnader

#### Avisgruppe:

Janita Sporstøl, Ingvild R. Hansen, Liv Jorunn Nyhagen & Kathrine Eliassen  
Har ansvaret for å lage nye nummer av "Hesteskoen" og å utarbeide ei heimeside på Internett for rideklubben

#### Kioskgruppe:

Hilde Kalland, Maria Busengdal, Kathrine Eliassen & Ingvild R. Hansen  
Har ansvaret for kiosken under stemner

Dersom ein har spørsmål eller forslag til dei ulike gruppene, ta kontakt med den personen som står fyrst oppført. (understrekka)

## Styremøte VRK 1/2 -01

### 1: Val av del ulike postane i styret

Lelar: Karen Molnes tlf. 93 45 8747  
Nestleiar: Jarle Aasan  
Kasserar: Reidun Heltna tlf. 70 0772 35  
Sekretær: Lv Jorunn Kyhagen tlf. 70 0777 13  
Styremedlem: Janita Sporstøl tlf. 70 07 8174  
Vara: Solvieg Hjelmeset

### 2: Ny kontingent for støttemedlemmar Kr 100,-

Vi kan sende ut innbetalingsblankettar til folk og så kan dei velje kva kontingent dei vil betale. Også til folk som ikkje har hest. Vi må prøve å knytte til oss dei i Islandshestmiljøet og.

### 3: Alle må verte tilnokare til å flerne hestemøkka etter seg.

Enten får ein ri hesten ut av vegen når han drif eller så får ein ta seg bryet med å gå av hesten og sparka makk ut av vegen.

### 4: Del som er tilnok til å stille opp på dugnader vil verte premierte enten ved gave eller ved billegard kontingentar.

### 5: Forslag til aktivitetar som kan vere sosiale og trekke til seg mest mogleg av klubben sine medleimmar og andre hestelinteresserte

- Fast barneridning på Stadion m/ loddsal
- Sosial dag med grillfest på Rotevatnetra
- Barneridning i barnehage
- Selje lodd/vallar
- Kurs
- Stemper (høde sprang og dressur)

### 6: Neste styremøte er 8. Mars kl 20.00 hos Lv Jorunn Kyhagen.



Fra film  
innspeiling

## **Styremøte VRK 8/3-01**

### **Sak 1: Flytting av brakka?**

P.g.a. utbygging av Volda Stadion, har rideklubben blitt bedt om å flytte brakka. Plassen der brakka står no skal gjerast om til fotballbane (forlenge den lille grasbana). Klubben må høyre med kommunen om reguleringsplanen for området i Årneset/Stadion. Dersom brakka ikke kan flyttast, er alternativet å brenne den og forsøke å få tak i ei ny til rideklubben.

### **Sak 2: Distanseritt**

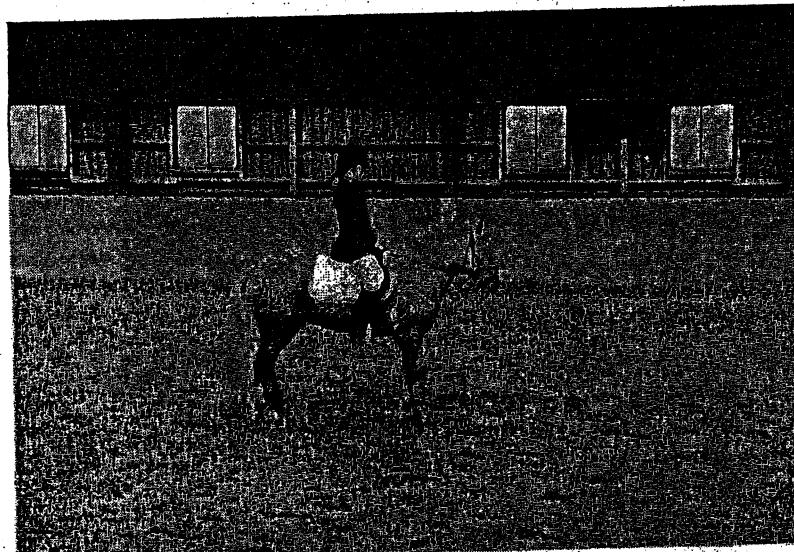
Ørsta Ride- og Kjørekubb lurt på om vi var interesserte i å arrangere distanseritt saman med dei. Her er mykje flott terreng som er egna til riding og Ørsta har erfaring med slike arrangement. Vi vil komme tilbake til denne saka når snøen forsvinn.

### **Sak 3: Neste styremøte.**

5. April hos Liv Jorunn Nyhagen

### **Sak 4: Eventuelt**

Dersom folk har saker dei meiner styret bør ta opp er det berre å seie frå til ein av dei som sit i styret.



Hillevi Jorunn Nyhagen med Skjærne-Prinsen, dressert stemme  
på Edd.

(4)

## Styremøte VRK 5/4-01

### 1: Flytting av brakka ved stadion.

6/4-01 vil Lars og Reidun Heltne forsøke å flytte brakka over til den andre sida av ridebana, dette fordi det skal byggast fotballbane på brakka si noverande plassering.

### 2: Medlemsliste

Vi fann ut kven som hadde betalt kontigent og baneleige.

### 3: Medlemsmøte

Det første medlemsmøtet vert på Bratteberg barneskule, torsdag 26 april kl. 1900  
Vi må spørre Magne Holmin om leige av lokale.

### 4: Dugnad

Årets første dugnad vert på Bratteberg barneskule, 28 april.  
Dugnadskomiteen innkallar. På dugnaden skal vi male hinderbommene, for dei er ganske slitne no. Fyrst må bommane hentast og leggast til tørk.

### 5: Neste styremøte er 5. mai hos Liv Jorunn Nyhagen.

### Medlemmar i Volda Rideklubb 2001

- 1: Edle Holmin
- 2: Magne Holmin
- 3: Bjørg Holmin
- 4: Liv Jorunn Nyhagen
- 5: Kristina Myklebust
- 6: Janita Sporstøl
- 7: Nina Sporstøl
- 8: Hilde Kalland
- 9: Silje Skuset
- 10: Kathrine Eliassen
- 11: Lena Mari Heltne
- 12: Reidun Heltne
- 13: Lene Telset
- 14: Ellen Årdal
- 15: Karen Molnes

### Jr. medlemmar i Volda Rideklubb 2001

- 16: Kamilla Bjørneset
- 17: Sofie Sætre
- 18: Ingvil R. Hansen
- 19: Silje Stavdal
- 20: Tonje Stavdal

## Fin innsats av Volda- ekvipager i Ørsta.

Søndag 25/3-01 inviterte Ørsta Ride- og Køyrekubb til sprangstemne i ridehallen. Volda Rideklubb var representerte med to ekvipager: Karen Molnes på Felix og Liv Jorunn Nyhagen på Perle Prins. Begge starta 80, 90 og 100 cm.

Det var litt rot på 80 cm, for arrangøren opplyste at det var "clear round" bedømming. Noko dei forandra etter at alle var ferdige med å ri, til å bli "vanleg premiering." Det var ganske irriterende for ryterane, siden dei fleste Reid pent og roleg for å sikre seg ei feilfri runde.

- 1: Sara Vinjevoll/ Junita ØRK
- 2: Karen Molnes/ Felix VRK
- 3: Liv Jorunn Nyhagen/ Perle Prins VRK
- 4: Elin Amundø/ Faun Prins ØRK
- 5: Anita Brekke/ Troy ØRK

I 90 cm var bana temmelig lang og inkluderte to tre- kombinasjonar. I denne klassa vart det omhopping for tre av fire ekvipager.

- 1: Karen Molnes/ Felix VRK
- 2: Liv Jorunn Nyhagen/ Perle Prins VRK
- 3: Anita Brekke/ Troy ØRK
- 4: Sara Vinjevoll/ Junita ØRK

I 100 cm stilte det denne gangen berre opp tre ekvipager og to av dei kom frå Volda! Denne bana begynte på ein spesiell måte, men alle kom seg heilskinna over, og resten var enkla. I denne klassa vart det omhopping mellom Liv Jorunn frå Volda og Anita frå Ørsta. Fjording mot varmblods.

- 1: Anita Brekke/ Troy ØRK
- 2: Liv Jorunn Nyhagen/ Perle Prins VRK
- 3: Karen Molnes/ Felix VRK

I tillegg til desse klassene hadde dei 50 cm og 60/70 cm. Der var ingen voldingar med. Det var få ekvipager som stilte til start, men der var godt oppmøte med publikum. Det var høve til å kjøpe vasler og brus på stevnepllassen. Det var ikkje så kaldt denne dagen som det ofte brukar å vere borte i Ørsta, så alle kosa seg i fineveret.

## Stamtavla til Felix f. 06.06.92

Vindbjard N-88-2511	Ene (S) 1929 FH	Knok 1610 FH	Rein-Gust 1184 FH
		Tolta 700 (S)	Drauma 11187 F
		Eik 15 (S)	Gælringes Gay (S)
Lerke 152113F	Lenda 13571 F	Bjutind 1697 FH	Heggind 1011 FH
			Bjuf 12531 F
		Ørstine 13487 F	Fjording 1596 FH
Lerke 152113F	Astron 1870 FH	Grabb 1651 FH	Gullring 1576 FH
			Ivana 12275 F
		Julia 13546 F	Felder 1707 FH
	Lilje 14785 F	Jærmann 1788 FH	Flicka 13264 F
			Haivar 1717 FH
			Valdis 13365 F
		Lerka 13712 F	Nausidolen 1436 EH
			Pinefryd

## Laushopping!

Laushopping har vore mykje brukt til utdanning av spranghestar. Under laushopping får hesten utvikla sprangteknikken sin riktig, uten ein ryttar som kanskje sitter skeivt på ryggen eller nappar den i munnen. Men det er ikkje berre å sette opp eit hinder på bana og be hesten om å hoppe. Eit slike hopp skal vere nytig for utdanninga av hesten, der for må det gjerast riktig. Viss det ikkje vert gjort riktig, kan det ha dårlig innverknad på hesten.

En hest som vert laushoppa skal ikkje hoppast høgt dei fyrste gongane, sjølv om det er fristande. Det er viktig at hesten føler seg trygg, og at ein tek det roleg under utdanninga av den. Dersom hesten er roleg og avspent kan den lettare konsentrere seg om hinderet framfor den, og bedømme steget mykje betre. Så når ein brukar pisk under slik trening, er det viktig at ein ikkje smeller med den, berre brukar den til å lede hesten framover. Men dersom hesten ikkje har framdrift kan ein bruke piska til å få hesten framover på den langsida der det ikkje står hinder.

Oppbygginga av ein laushoppingsbane er enkel og grei. Ein set opp bommar som eit gjerde på langsida, inn mot midten av bana. Gjerne som ein heil "ring" rundt bana dersom ein har nok hindermateriell. Det er ikkje lurt å bruke tau istaden for bommar, for visst hesten får panikk kan han vikle seg inn i tauet.

Dessutan ser ikkje hesten tau like godt som bommar.

Så er det plasseringa av serien med hinder:  
Ein set alltid opp eit kryss først, slik at hesten får anledning til å komme rett på hindera. Ein må og varme hesten opp på eit enkelt kryss før ein begynner treninga, slik at hesten ikkje risikerer å skadé seg. Det fyrste krysset vert ofte plassert 12-14 m frå kortsida av bana, for då kjem ofte hesten litt rolegare inn i serien og kan konsentrere seg om å hoppe.

En annan ting ein bør tenke på når ein set opp hindera, er at dei bør hoppast mot utgangen av bana, for det får ofte hestane til å gå meir framover. Serien består som oftast av 2-3 hinder. Ein startar med eitt for å varme opp og bygger fleire etterkvart. Det som er viktig er at mellomromma i serien er riktige i forhold til kor store steg hesten tek. Då kan hesten "flyte" framover uten å måtte tenke på å korte eller lenge stega. Då slepp han dessutan å måtte hoppe på "halvsteg".

Det kan ofte vere til hjelp å bruke ein skråbom på hindera, det gjer det lettare for hesten å treffen midten.

Laushopping foregår ofte på venstre hand. Det er ikkje lurt å hoppe så høgt med hesten, men hindera kan gjerne vere litt breie. På den måten får hesten litt meir oversikt. Det beste er om hesten kan galoppere mot hinderet av seg sjølv, slik at ein slepp å springe ved sidan av den og forstyrre den. Dersom ein forstyrrar hesten for mykje kan det ofte føre til at den kjem for fort inn i serien og går med dårlagare steg. Det er ikkje det vi er ute etter i laushoppinga.

## RIDEVEGAR I VOLDA!

I dei kommande nummera av "Hesteskøen", vil vi presentere ein del av ridevegane som finst i Volda. Til det treng vi dokkar hjelp: veit DU om ein bra rideveg som du vil dele med andre, gi beskjed til avis gruppa.

### "RUNDT ROTEVATNET"

- kanskje den mest populære vegen av alle.

#### TEMPO:

Vegen er flat og fin, og alle gangarter kan nyttast. Hugs å fjerne møkka etter deg og vis hensyn ovanfor dei andre som nyttar vegen til turområde.(gårarar,joggarar og syklistar)

#### TRAFIKK:

Her finn ein alt frå grusveg til asfalt. Vegen går ned Vassbotnen, inn stranda langs Rotvatnet og fram Vikebygdvegen.

#### "TRIVSELSFAKTOR":

Her finn du badestrender,natur og bråkete bilveg, alt på ein tur. Og sidan vegen er flat nesten heile vegen, er dette ein bra tur å velge dersom hesten har litt dårlig kondis. Her kan du ri i alt-slags vær.

#### TRENINGSEFFEKT:

Inne i stranda kan du ta av vegen og ri opp mot Høgedalen/Lisjedalen og mot Kalsethola. Det er fine bakkar å ri i om ein vil bygge opp kondisen på hesten.  
Vegen går dessutan rett forbi ridebana vår, så om ein ynskjer det kan ein stoppe og trenre der,før ein rir vidare.  
Vegen er egna til høgt tempo, men hugs å sjå opp for fotgjengarar, for det er det mykje av der.(særleg på søndagane)  
Dersom du føler for eit bad er det og mogleg her, men finn ei stille strand, slik at hesten ikkje forstyrrer andre badegjester.

#### TID:

ca. 1- 1 1/2 t. (alt etter tempo og ynskjer)

SAMLA VURDERING: 4 AV 4 MOGLEGE SMILY!



## SLIK FÔRAR DU HESTEN DIN RETT

Ein hest som står på stallen er heilt avhengig av den som steller den. Saman med frisk luft og vatn, er mat hestens viktigaste behov.

### ETTERLIGN NATUREN!

Villhestar beiter stort sett heile tida dei er vakne. Det kjem av at graset ofte er av så dårleg kvalitet at dei må ete mykje for å få i seg nok næring. Fordøyelsessystemet til hesten er innretta etter dette.

Magesekken til hesten er liten, og passar derfor berre til å få litt mat om gangen. Dette må du huske, og prøve å etterligne når du skal føre ein hest som står på stallen.

### "VOMFYLL"

Hesten treng mykje "vomfyll" - det vil for det meste seie høy.

Energirikt fôr, som havre, skal gjevast i små posjonar, to, eller kanskje tre gangar om dagen. På den måten forsikrar du deg om at hesten et lite og ofte. Hesten blir også gla for litt "friskt" fôr kvar dag, f.eks. gulrøtter og epler.

### KOR OFTE?

Du skal føre hesten tre/fire gangar om dagen, med gjevne mellomrom. Pass på at den alltid har friskt vatn. Viss hesten din er tørst, skal du gje den vatn før du førar den. Det kan nemleg vere skadleg for den å drikke mykje rett etter den har ete. Vent minst ein time etter fôring før du rir hesten. Maten må få tid til å synke skikkeleg (det seier vel mora di og?). Viss du rir rett etter fôring, kan du risikere at hesten din får kolikk. Etter rideturen skal du gje hesten litt høy før den får havre og anna energirikt fôr. Dette stiller den verste svolten, og gjer at hesten ikkje sluker måten sin så fort.

### PRIMA KVALITET

Pass på kvaliteten på høyet du gir hesten. Høyet skal vere grønleg av farge, fritt for ugras, saftig og velluktande og mellom 4-18 månedar gamalt. Viss hesten treng ein liten slankekur, kan du gje den rein halm i staden for høy. Halm er stilken på kornplanter - velg havre eller bygghalm, for kveite smakar ikkje godt.



### KVA SLAGS FÖR?

Havre gjev dei fleste hestane for mykje energi, so til vanleg klarar det seg med hestepellets, dei inneholder konsentrert næring, fiber, vitaminer og mineralar. Du skal alltid ta hensyn til kor hardt hesten jobbar, til tempramentet, og til kor dyktig rytteren er, når du set saman måltida. Ein hest som formeleg "lyser" av enregi, er ikkje bra for ein nybyrjar.

### KOR MYKJE?

Kor mykje mat hesten skal ha, avhenger av kroppsstørrelsen. Desto større ein hest er, desto meir mat skal den ha. For å seie det vitenskapleg et hesten 2-2,5% av si eiga kroppsvekt kvar dag. Så ein hest på ca. 143 cm som veg 300-400 kg, treng totalt 7,5-10 kg mat kvar dag.

### HØY/TILLEGGSFÖR

Viss hesten er frisk og ikkje arbeider, kan den klare seg med berre høy. Viss den blir ridd/mosjonert kvar dag, treng den tilleggsförl. I så fall skal du redusere høymengda slik at vekta blir den samme, berre forhaldet blir endra. Gi hesten høy i to omgangar, og fordel det næringrike føret ut over dagen. På den måten får hesten fire måltid om dagen, og det skulle vere akkurat passeleg for ein hest som står på stallen. Dersom du skal forandre på samansettninga i føret til hesten din, bør du gjøre det over tid (ca. ei veke), slik at fordrøyelsessystemet får tid til å venne seg til det nye føret.

\*kjelde: "Pennyposten"



Janta  
Rola  
Karen Helene  
F. B. X.

## Aktivitetar i Volda Rideklubb 2001

### *Mars:*

3-4 dressurstevne Sula Rideklubb  
styremøte 8 mars  
medlems møte

### *April:*

Styremøte  
Medlemsmøte  
Dugnad, maling av hinderbommar

### *Mai:*

5-6 sprangstevne Sula Rideklubb  
Dressurkurs  
Utvida klubbstemne i dressur  
Styremøte

### *Juni:*

15-17 sprangstemne Ålesund  
Rideklubb  
30-01 dressurstemne Sula Rideklubb  
Styremøte  
Medlemsmøte  
Sprangkurs  
Sprangstemne  
Dugnad på ridebana

### *Juli:*

Sosial grilltur

### *August:*

25-26 lynghestmesterskap  
Rideklubben TREFF  
Styremøte  
Medlemsmøte  
Dressurkurs  
Kombinert dressur/sprangstemne

### *September:*

14-16 sprangstemne Ålesund  
Rideklubb  
29-30 dressurstemne Sula Rideklubb  
Hestens Dag m/ showinnslag  
Styremøte  
Medlemsmøte

### *Oktober:*

Oslo Horse Show  
Sprangstemne  
Styremøte  
Medlemsmøte

### *November:*

Distanseritt  
Styremøte  
Pizzakveld

### *Desember:*

Medlemsmøte  
Kanefart  
Luciatog  
Vaffelsal i sentrum

Vi vil kome tilbake med datoar og meir info om aktivitetane seinare.

# SISTESIDA

## HESTENEGGI! ☺

\* Lisje Martin studerer skeptisk den nye lisjesystra si, som både manglar tanner og hår. - Mamma, seier han følgde det ikkje med nokon reservedelar til ungen!

\* Korleis får ein negerungár til å slutte å hoppe i senga?  
- Feste borrelås i taket.

\* Så var det den svenske legen som var så redd for bakteriar at han kokte isbitane før han hadde dei i drinken.

\* Korleis dødde blondina?  
Ho skulle drikke melk da kua datt over ho...



28. APRIL BLIR DET DUGNAD PÅ ☺  
BRATTEBERG, DER VI SKAL MALE ☺  
HINDERBOMMARI! ALLE MÅ MØTE OPP!!

Brakka på ved bana har vorte flytta til andre sida av ridebana, da det skal bli fotballbane der den stod før, på asfalten.



Våren er her!! Husk at hestane snart må få makkekur... ☺

KOM GJERNE MED TIPS TIL OSS I REDAKSJONEN OM TING DU VIL HA MED I HESTESKOEN!!

Redaksjonen: Liv Jorunn Nyhagen, Janita Spørstøl og Ingvild R. Hansen

No er det teleløysing. Ta omsyn til det, og ri litt meir forsiktig. Der det står skilt om at det er forbode å ri no, skal ein ikkje ri... Vegen blir øydelagt og hester kan snuble i spora... ☺

## JUNIORSIDA

Gåter om hestane i Klubben:  
(svara får du i neste nummer av Hesteskoen)

②

### Vanskograd I

Kven eig Loverboy?  
I kva stall står Vanjar?  
Kor mange hestar er det i stallen til Liv-Jorun?

### Vanskograd II

Kor mange fjordingar er det i stallen der Felix står?  
Har Perle Prins rede med sprangsal før?  
Kva farge er det på nasevarmaren til Rola?

①

på framsida: Lis Jorunn Nyhagen / Perleprins