



FNRS Wedstrijden

Manege de Eenhoorn

Manege de Eenhoorn organiseert wedstrijden voor Tesklanten volgens het opleidingssysteem van de FNRS. We organiseren FNRS wedstrijden dressuur, vaardigheid en springen met plezier. In deze folder alles wat u moet weten om mee te kunnen doen aan deze wedstrijden.

Manege de Eenhoorn

Koewijzend 32
1695 CG Blokker

Telefoon: (0229) 275700
E-mail: info@manege-de-eenhoorn.nl



Inleiding

Manege de Eenhoorn organiseert al jaren wedstrijden voor al haar Tesklanten. Er kan deelgenomen worden in de disciplines dressuur, vaardigheid (voorbereiding op het springen) en springen met plezier. Wij organiseren deze wedstrijden volgens het systeem van de FNRS. In deze folder kunt u lezen hoe wij die wedstrijden organiseren, wat de spelregels zijn en hoe u mee kunt doen. Mocht u na het lezen van deze folder nog vragen hebben, stel deze dan gerust aan het personeel. Zij staan u graag te woord.

Met vriendelijke groeten,

Het team van Manege de Eenhoorn

Websites

www.manege-de-eenhoorn.nl

Voor de wedstrijdkalender, aankondigingen, startlijsten en uitslagen. Verder natuurlijk alle andere info over de manege.

www.fnrs.nl/ruiters

Voor alle informatie over de FNRS, de algemene reglementen, het opzeggen of wijzigen van het ruiterspaspoort en alle informatie over de zitcompetitie.

Kalender

De data van de wedstrijden worden op tijd bekend gemaakt. Ze zijn te vinden op de website en in de nieuwsbrief. Ook wordt er een aanplakbiljet opgehangen op de klapdeur van de kantine en worden de wedstrijden in de lessen genoemd.

Voorwaarden

Om mee te kunnen doen aan de FNRS wedstrijden op Manege de Eenhoorn moet de ruiter aan de volgende voorwaarden voldoen:

- Je hebt les op Manege de Eenhoorn;
- Je bent in het bezit van een geldig ruiterpaspoort, of deze is aangevraagd;

Inschrijven

Inschrijven kan door het inschrijfformulier in te vullen. Dit formulier hangt in het bakje bij de bar. Probeer het formulier zo compleet mogelijk in te vullen. Het ingevulde formulier kun je inleveren bij de bar. Het formulier wordt alleen aangenomen als je ook het inschrijfgeld betaalt. Inschrijven kan tot 2 weken voor de wedstrijd, of tot het maximaal aantal deelnemers is bereikt.



Welke rubriek?

Als je voor het eerst mee gaat doen aan een FNRS wedstrijd, dan mag je je inschrijven voor een proef tussen de F1 en F6. Vraag aan je instructrice welke proef het meest geschikt is voor jou. De F1 en F2 zijn proeven zonder galop en heel geschikt als je net begint met rijlessen.

Welke pony's?

Op het inschrijfformulier vul je drie paarden of pony's in. Het is heel belangrijk dat je echt drie verschillende namen invult. Wanneer je dat niet doet, is de kans groot dat je op een paard of pony ingedeeld wordt die je niet hebt opgeschreven. Anders is het niet eerlijk ten opzichte van diegenen die wel 3 paarden hebben opgeschreven.

Daarnaast is het de bedoeling dat je aan de jury laat zien dat je op zoveel mogelijk verschillende paarden en pony's kunt rijden. **Daarom spreken we af dat je van de 4 wedstrijden op minimaal 3 verschillende paarden of pony's rijdt.**

Niet alle paarden en pony's doen mee aan de FNRS wedstrijden. Kijk op de website welke dieren niét opgegeven kunnen worden.

Bijzonderheden

Het kan zijn dat je 's ochtends nog wat anders moet doen, of 's middags een afspraak hebt. Dat kun je op het inschrijfformulier aangeven. Bij het maken van de startlijst wordt dan zoveel mogelijk rekening gehouden met je wensen. Mocht dat niet lukken, dan wordt je inschrijving kosteloos doorgeschoven naar de volgende wedstrijd.

Afzeggen

Het kan natuurlijk ook een keer gebeuren dat je je wedstrijd af moet zeggen. Dit kan alleen via e-mail. Als je je wedstrijd minstens een week van te voren afzegt, wordt je inschrijving kosteloos doorgeschoven naar de volgende wedstrijd. Je moet dat wel opnieuw een inschrijfformulier invullen. Bij bijzonderheden schrijf je dan: "doorschuif met de datum van de afgezegde wedstrijd". Het kan ook gebeuren dat je binnen een week voor de wedstrijd moet afzeggen. Helaas komt je inschrijving dan te vervallen.

De startlijst

Een week van te voren staat de startlijst op de website. Ook ligt er een exemplaar achter de bar. Dit is een voorlopige startlijst. Kijk altijd op de zaterdagavond voor de wedstrijd voor de meest actuele lijst. Klopt er iets niet? Stuur dan even een mailtje.

Invlechten?

Op het protocol krijg je een cijfer voor verzorging van de ruiter (of je aan het reglement voldoet en het er allemaal netjes en verzorgd uit ziet) en een cijfer voor verzorging van het paard/pony. Goed poetsen natuurlijk en je mag altijd invlechten. Kun je dit niet? Geef je dan op voor de vlecht- en toiletteercursus in de schoolvakanties! Beenbeschermers zijn toegestaan, hoewel zeker niet verplicht. Bandages liever niet gebruiken, het risico dat zij niet correct zijn aangebracht en of tijdens de proef los gaan is groot.



Hoe laat aanwezig?

Een uur voor de eerste start gaat het secretariaat open. Het is de bedoeling dat je een uur voordat je moet rijden aanwezig bent. Onder aanwezig verstaan we dat je je meldt bij het secretariaat en daar je ruiterspaspoort inlevert. Je hebt dan nog alle tijd om je paard te poetsen, op te zadelen (als dat nodig is), om te kleden etcetera.



Wanneer opstijgen?

Het is de bedoeling dat je 2 proefjes voordat je volgens de startlijst aan de beurt bent bij de box van je pony staat. De ringmeester komt je dan op tijd halen om te helpen aansingelen, beugels op maat te maken en op te stijgen. Je wacht dan nog eventjes op je paard in de gang tot het proefje dat bezig is afgelopen is.

Losrijden

Eén proefje voordat je aan de beurt bent, mag je alvast de rijbaan in om los te rijden. Dat wordt achter de hekjes gedaan. Je hebt daar een ruimte van 20 x 20 m. Je mag daar stappen en draven. Absoluut niet galopperen! Daar kan nl. het paard van schrikken dat net een proefje loopt. Terwijl jij namelijk aan het losrijden bent, is de ruiter die voor jou op de startlijst staat zijn/haar proefje aan het rijden.

Het proefje

De ruiter voor jou groet af en verlaat de rijbaan in vrije stap. Dan ben jij aan de beurt. Spannend! Probeer er zo veel mogelijk van te genieten. Paardrijden doe je tenslotte voor je plezier. Er zijn een aantal punten waar je op moet letten tijdens de proef.

Wie leest er voor?

In de F1 en F2 zorgt de manege voor een voorlezer. Die vertelt wat je moet doen. Vanaf de F3 hoor je zelf voor een voorlezer te zorgen. Dit kan ook een van je ouders zijn. Hebben zij nog nooit voorgelezen? Geen probleem, tijdens een privéles kunnen wij dit aan iemand leren. Het leuke van zo'n les is dat jij rijdt en de instructrice leert jouw vader of moeder (of wie dan ook) om jou voor te lezen! Natuurlijk mag je ook een vriend of vriendin vragen om voor te lezen. Tijdens een wedstrijddag lopen heel veel ruiters en amazones rond. Er is vast wel iemand te vinden die jou voor wil lezen. Kom je er echt helemaal niet uit? Meld je dan bij het secretariaat of bij de ringmeester. Zij zullen je dan helpen om iemand te vinden.

Na het rijden

Als je klaar bent met rijden, dan hoor je van de ringmeester of je af moet zadelen of niet. Zo niet, zet dan je paard of pony weer op stal. De singel mag een gaatje lossen, de teugels door de keelriem. Vergeet in de winter niet om de deken op te doen! Mag je wel afzadelen? Vergeet dan niet om het bit af te spoelen in de spuitplaats. Hang alles weer netjes op zijn plaats (er hangen voorbeeld-foto's in de zadelkamers). Vergeet ook niet om de vlechtjes er uit te halen.

Dan begint het grote wachten... op de prijsuitreiking. Hoe heb je het gedaan? Wat vond de jury er van? Heb je je promotiepunt gehaald? Heb je misschien zelfs een beker gewonnen? Wachten op de prijsuitreiking is soms nog moeilijker dan het rijden zelf. Misschien kun je in de tussentijd iemand anders helpen met voorlezen of afzadelen!

De prijsuitreiking

Verschillende keren per dag is er een prijsuitreiking. Bij grote rubrieken zo snel mogelijk nadat de laatste ruiter heeft gereden. Bij kleinere rubrieken voegen we soms een paar groepjes samen. Zodra er een prijsuitreiking is, wordt dat luid en duidelijk bekend gemaakt door de hele kantine en ook op stal.

Tijdens de prijsuitreiking krijgt iedereen zijn of haar protocol mee naar huis. Daar staat op welke oefeningen je gereden hebt, wat goed ging en waar je nog op moet oefenen. Ook krijgt iedereen een herinneringsvaantje.

Per 4 deelnemers is er een beker. Bij elke beker hoort ook een rozet in een bepaalde kleur:

- 1e prijs: oranje
- 2e prijs: rood
- 3e prijs: wit
- 4e prijs: blauw
- 5e prijs: groen

Promotie

Op elk protocol staan 35 onderdelen. Als je gemiddeld een 6 haalt, heb je 210 punten. Dan krijg je een promotiepunt. Die wordt afgestempeld in de ruiterpaspoort. Als je genoeg promotiepunten (voortaan afgekort als PP) hebt gehaald, mag je door naar de volgende proef.

Manege de Eenhoorn volgt in principe het reglement wat betreft promoveren. Daarnaast kennen wij een aantal eigen spelregels.

In de F1 en F2 moet je minimaal 1 en maximaal 5 pp's halen voordat je een proef verder mag. Wij vinden dat wanneer je een beker hebt gewonnen in deze rubrieken, je een rubriek verder móét. Op die manier heeft een ander ook kans om een beker te winnen.

Tussen de F3 en F8 moet je minimaal 2 en maximaal 5 pp's halen.

Vanaf de F9 moet je minimaal 3 en maximaal 5 pp's halen.

Volgde je vanaf de F3 aan het minimaal aantal pp's en win je een beker? Dan ga je door naar de volgende proef. Heb je (nog) geen beker gewonnen? Dan mag je in diezelfde rubriek blijven starten tot je een beker wint of het maximaal aantal pp's hebt gehaald.

Via deze link is een tabel van promotie te vinden:

<http://www.fnrs.nl/~fnrs/UserFiles/File/overzicht%20proeven%20punten%20ed.pdf>

Theorie-examens

Paardrijden bestaat uit meer dan alleen op een paard zitten. Het is ook verstandig om iets te wéten over paarden. Daarom horen bij bepaalde proeven ook theorie-toetsen.

Wanneer doe je theorie-examen?

De dag dat je je eerst pp in de F2 kunt halen.

De dag dat je je tweede pp in de F4 kunt halen.

De dag dat je je tweede pp in de F6 kunt halen.

De dag dat je je derde pp in de F10 kunt halen.

De theorie staat in het boek "Leer paardrijden met plezier". Hierin staan ook alle proeven van F1 tot en met F20.

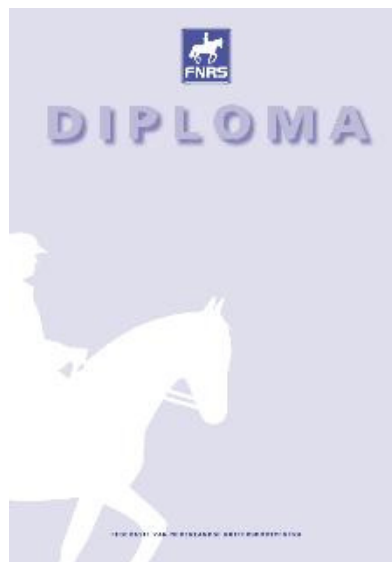
Een week voor de wedstrijd geven we in de kantine theorie-les. Dan nemen we alles nog even goed door en kun je vragen stellen. Opvallend is dat er nog nooit iemand is 'gezakt' voor het examen die bij de theorieles is geweest. Een aanrader dus!

Het is de bedoeling dat je eerst je proef rijdt. Als je dan minimaal 210 punten hebt gehaald, vraagt het secretariaat of je het examen komt maken. Je weet dan dat je voldoende punten hebt voor het rijden, maar nog niet hoeveel.

De theorie-toets bestaat uit 10 multiple-choice vragen. Van die 10 vragen moet je er minimaal 7 goed beantwoorden. Is dat gelukt, dan mag je aan de bar betalen voor het diploma. Je krijgt dan een bonnetje dat je weer inlevert bij het secretariaat. Dan wordt het diploma besteld. Grote kans dat het diploma bij de volgende wedstrijd aanwezig is. Je kunt het dan ophalen bij het secretariaat.

Bij elke even proef hoort een diploma. Alleen bij de genoemde proeven hoort ook een theorie-examen.

De FNRS registreert geen pp's (dat doet het secretariaat). Wel registreert de FNRS de behaalde diploma's. Een diploma is het officiële bewijs van je voortgang.



Kleding

De FNRS heeft een aantal kledingregels opgesteld. Wanneer je aan deze regels voldoet, kan de jury het beste de hulpen die je geeft en je houding en zit beoordelen. Het is dus heel belangrijk dat je deze regels goed doorleest!

Op je hoofd:

- Het veiligheidshoofddekseel dient CE-EN 1384 goedgekeurd te zijn (ook verplicht bij losrijden of inspringen. Met andere woorden: je moet een goedgekeurde cap dragen;

Je kleding:

- Rijjasje én plastron/stropdas én witte blouse én witte handschoenen én witte rijbroek (ofwel: een compleet wedstrijdtenue);
- Een rijbroek. De kleur maakt niet uit, tenzij je kiest voor het wedstrijdjasje, want daar hoort een witte rijbroek bij;
- Een manegesweater. Het manege t-shirt is alleen toegestaan in de zomer als de jury toestemming geeft om zomertenuet te dragen;

OF

- Een effen sweater;

OF

- Een witte blouse met lange mouwen.

Je handschoenen:

- Bij het wedstrijdjasje zijn witte handschoenen verplicht.
- Draag je geen wedstrijdjasje, dan zijn handschoenen niet verplicht. Kies je er voor om handschoenen te dragen, dan moeten dat witte handschoenen zijn.

Aan je voeten:

- Rijlaarzen van rubber, leer of nepleer;
- Jodphurschoenen met mini-chaps. Let op dat er aan de chaps geen franjes mogen hangen!

Je zweep:

- Maximale lengte dressuurzweep bij pony's: 100 cm. Inclusief touwtje;
- Maximale lengte dressuurzweep bij paarden: 130 cm. Inclusief touwtje;
- Bij het springen geldt voor de karwats een maximale lengte van 75 cm.

Deze reglementen en alle andere regels zijn ook na te lezen in het proevenboekje, dat als bijlage te vinden is in het boek "Leer paardrijden met plezier".

Waar let de jury op?

Voor alle proeven geldt dat de jury let op de volgende punten:

- Er wordt vooral gekeken naar de manier waarop de ruiter de hulpen aan het paard geeft.
- Correcte houding en zit
- Netjes op de letter rijden
- Voorwaarts en actief tempo
- Van F1 tot en met F8 is het belangrijk dat de ruiter in balans kan zitten zonder het paard te storen in de mond.
- Van F9 tot en met F11 is het belangrijk dat de ruiter een constante verbinding kan maken met de mond van het paard.
- Vanaf F12 is het belangrijk dat de ruiter het paard leert te laten ontspannen en nageven.

- Vanaf de F3 kijkt de jury naar het lichtrijden op het juiste been.
- Van F3 tot en met F6 wordt het onderdeel 'teugels langer laten worden' gevraagd. Daarbij mogen de teugels in een boogje hangen, zo lang dat niet gevaarlijk is.

Vorbereiding

Een goede voorbereiding is het halve werk.

Lees van te voren thuis je proef een keer door. Bedenk in gedachten welke hulpen je daarbij aan je paard moet geven.

Via de site van de FNRS kun je een rijbaan uitprinten, om de proef te tekenen. Dan weet je beter hoe de proef verloopt. Ook kun je een rijbaan in je huiskamer of tuin maken, zodat je de proef eens kunt lopen. Dat is meteen een goede gelegenheid voor je ouders om het voorlezen te oefenen!

Stel van te voren vragen in de les. Ga eens naar de theorieles op de manege (op zaterdag, een week voor de wedstrijd).

Maak een lijstje van de spullen die je op de wedstrijddag mee moet nemen. Zorg er voor dat je tas de dag van te voren ingepakt klaar staat. Dan kun je niets vergeten.

Zorg er voor dat je op tijd op de manege bent, zodat je ontspannen je proef kunt rijden.

Een boekje vol over de FNRS wedstrijden. Heb je na het lezen nog vragen? Stel deze gerust! Dat kan in de les, of via de mail.