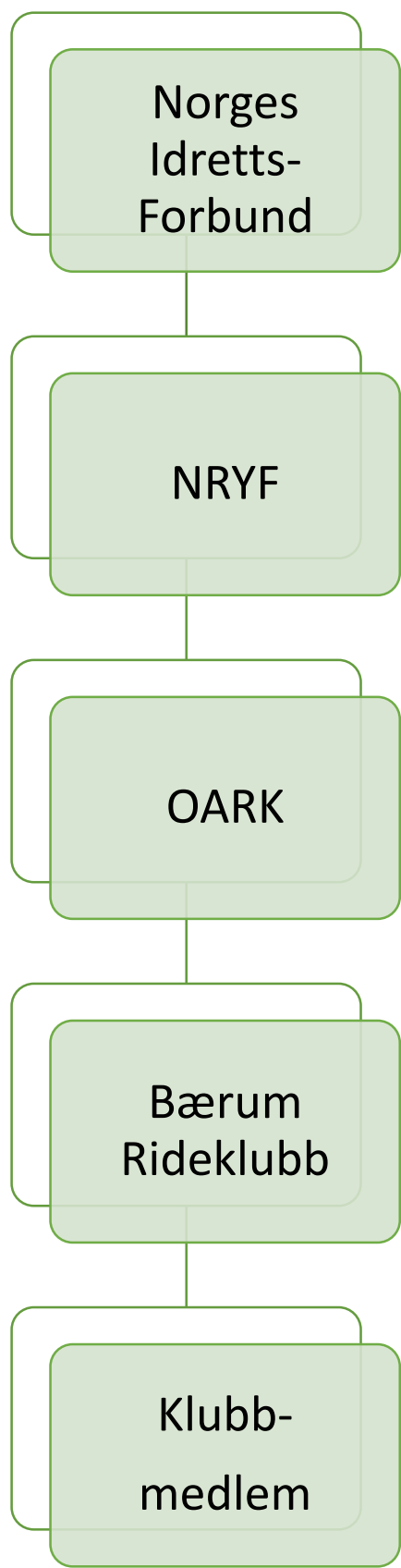




Medlemsbrosjyre Bærum Rideklubb

2024



Generelt



Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komité (NIF)

Norsk idretts øverste organ. NIFs visjon er å være fremste bidragsyter for å oppnå idrettsglede for alle.

Norges Rytterforbund (NRYF)

Rytterglede for alle! *En idrett som handler om samspill mellom hest og menneske.*

NRYF ble stiftet i 1915 og er et særforbund under Norges Idrettsforbund (NIF) med ca 32 500 medlemmer. Omfatter ni grener; Sprang, dressur, funksjonshemmede, distanse, feltritt, voltige, mounted games, kjøring og islandshest.

17 rytterkretser og 340 rideklubber er tilsluttet NRYF.

Oslo og Akershus Rytterkrets (OARK)

OARK er bindeleddet mellom klubbene og NRYF. OARK er Norges største rytterkrets med 47 klubber og over 7000 medlemmer.

Bærum Rideklubb



Bærum Rideklubb ble grunnlagt, i 1968 og har i dag over **460 medlemmer** fordelt på alle nivåer og med mange ulike mål for «hestelivet». Vi ønsker å være en klubb for alle, og vi jobber aktivt med rekruttering til sporten.

Bærum Rideklubb har et **styre** bestående av medlemmer som har ulike ansvarsområder innen klubbdrift. I tillegg har vi **underutvalg**, som har ansvar for stevnegjennomføring, arrangementer og markedsføring av klubben.

Alt arbeid er basert på **100% frivillig** innsats.

Klubbens satsningsområder er å drive rekruttering til sporten. Dette gjør vi gjennom å ha en egen sportskomite som jobber med strategi og markedsføring. Å arrangere ridestevner er en av klubbens hovedaktiviteter, I tillegg har vi et bredt utvalg av kurs og treningsaktiviteter.

Bærum Rideklubb driver ikke rideskole selv, men samarbeider med rideskolene på Østern Brug Ridesenter, Stall Tandberg og Stall Eide.

Klubbmedlem

*Klubbmedlemmer har både **rettigheter og forpliktelser**, som blant annet innebærer at man må betale medlemskontingent, og gjennom dette får tilgang til et bredt aktivitetstilbud. På årsmøte har alle medlemmer møterett og kan være med å påvirke klubbens strategi. Det er også anledning til å bidra i klubben gjennom å stille i styreverv eller sitte et av underutvalgene.*

Som klubbmedlem er barn (til den dato de fyller 13 år) forsikret gjennom **Gjensidige barneidretts-forsikring**. Forsikringspremien betales av NIF:

<https://www.rytter.no/temasider/forsikring>

Alle medlemmene kan søke klubben om **medlemsstøtte**:

<https://www.baerumrideklubb.no/p/57066/medlemsstotten>

Bærum Rideklubb tilbyr et bredt utvalg av **aktiviteter**, enten gratis eller sterkt subsidiert. Blant annet er Grønt kort hovedkurs gratis for medlemmer.

Alle klubbmedlemmer får 5% rabatt på forsikring hos **Agria Dyreforsikring** og flere andre gode rabatter:

<https://www.rytter.no/klubb/medlemsfordeler>

Medlemskapet løper til det sies opp på

<https://www.minidrett.no/profil/min-side>.

Ved utmelding i løpet av året krediteres ikke årets kontingent.

For å bytte representasjonsklubb:

<https://www.rytter.no/sport/rytter/bytte-klubb>.

Man kan være medlem av flere rideklubber samtidig, men kan kun representere en klubb.



Klubbaktiviteter

- **Arrangere stevner**

En av hovedaktivitetene til BRK er å arrangerer stevner. Stevnene er basert på dugnadsarbeid Alle medlemmer som deltar på stevnene og foreldrene til de som er under 18 år, må hjelpe til. Dette er den beste måten å lære om stevnedeltakelse på, så alle nye medlemmer anbefales å stille opp på stevner for å lære.

- **Banetrening og Programridning/ryttertest**

Treningsarrangementer for stevner – Praktisk opplæring i KR1. Opplæring og trening av funksjonærer.

- **Stevnekurs**

Lær å Flette, klargjøre hest og utstyr, oppvarming, gå bane, feil og stil, seiersrunde, lasting av hest, «Dos and don'ts» på stevneplassen mm. (Både teori og praksis)

- **Hest og hestehold-kurs**

For voksne som har barn i rideskolen, som vurderer å kjøpe eller nettopp har kjøpt hest. Enkel veiledning og gjennomgang av det grunnleggende. Hestens natur, stall og stell, håndtering mm

- **Tur- og Førstehjelpskurs**

Trafikkregler, potensielle farer, håndtere ulike scenarier, skader på hest/rytter – hva skal man gjøre, i hvilken rekkefølge?

Enkel førsthjelp når ulykken er ute – viktigste er sikre og varsle!

- **Sykdom og skader på hest (Veterinærkurs)**

Enkel sårpleie, halthet, sykdom hos hest



Klubbaktiviteter

- Fôrkurs

Hest og ernæring. Hvilke fôr finnes og hva passer for din hest?

- Klubbkveld

Samling for klubbens medlemmer med foredrag, diskusjon og aktiviteter som filmkveld, quiz, kjepphestmoro og mørkesisten

- Grønt kortkurs

- Stall og stell

Kurs for barn og unge som ønsker å lære mer om hestens natur og hestevelferd. To nivåer, ett for de som er helt startsfasen av samvær med hest, og ett for de som har tatt Grønt kort og som ønsker å lære mer.

- Miljøtrening av hest

Paraplyer, fotball, presenning, plastposer, brå bevegelser, hunder ol

- Rideteorikurs

Halvparade: hva er det, hvorfor gjør vi det og hvordan gjør vi det? Ri hesten til tøylen: hva innebærer det? Galoppfatning og -bytter: teori Overganger og Tempovekslinger: hvordan og hvorfor? Sprang/dressur

- Fotografering

17. mai- og julefotoshoots



Godt miljø

Har et miljø for
alle aldre og
nivåer

Vi heier på
hverandre!

Satsningsklubb

Arrangerer
mange stevner



Samhold
og støtte

Inkluderende
felleskap

Gode
treningsfasiliteter
og store rosetter

baerum.rideklubb@gmail.com

Bærum Rideklubb
Listuveien 9
1359 Eiksmarka

www.baerumrideklubb.no