

Årsplan 2021

Sørlandsparken rideklubb er en sportsklubb. Årsplanen skal danne utgangspunktet for videre satsing og talentutvikling innen aktivitet og konkurranseidrett i Sørlandsparken rideklubb. Planen utarbeides av styret og behandles av årsmøtet i klubben.

Kommentar: Året 2020 var ikke som andre år, og mye tyder på at vi tar dette med oss inn i 2021. Årsplanen for i år forutsetter en tilgang på stevner og stabilt smittepress slik at stevner og arrangementer går tilnærmet normalt. Ettersom vi ikke har daglig drift av stall eller rideskole, er vi ikke underlagt noen direkte restriksjoner. De restriksjonene som påvirker klubben er i stor grad begrensningen om gjennomføring av arrangementer og stevner. I det daglige oppfordrer vi alle våre medlemmer til å følge lokale og nasjonale restriksjoner.

Visjon

”Vi skal ha det gøy, trene bra og utvikle oss best.”

Formål

Formålet med årsplanen er å utvikle et program som:

- Bidrar til å øke rekrutteringen til sporten
- Generelt hever nivået i konkurransegrenene
- Forbereder og utdanner rytterne med tanke på konkurranseidrett
- Tilrettelegger for sportslig måloppnåelse

Verdikoden - RASK

Vi ønsker å gjøre Norges rytterforbund (NRYF) sine verdier til våre. Vi vil opprettholde og videreutvikle vårt gode omdømme. Derfor har vi fokus på:

- Rytterglede
- Hestevelferd

For å hjelpe oss selv til å etterleve våre verdier, har Forbundsstyret vedtatt verdikoden “RASK”. “RASK” står for:

Respekt overfor hesten, utøveren, organisasjonen

Ansvarlighet overfor hesten, utøveren, organisasjonen

Sikkerhet overfor hesten, utøveren, organisasjonen

Kunnskap om hesten, utøveren, organisasjonen

RASK er ment som en veileder for å skape et inkluderende, høflig og vennlig miljø.

RASK handler om antidoping. RASK innebærer at vi snakker med hverandre og ikke om hverandre. RASK handler om å utøve sporten på hestens premisser, om å ivareta god hestevelferd i enhver sammenheng. Vi er alle opptatt av at ryttersporten skal ha et godt omdømme. Å ha med seg rytterglede, hestevelferd og RASK i hverdagen, hjelper hver og en av oss til å passe på omdømmet vårt; spesielt når man gjør det med begeistring og entusiasme.

Normer for konkurranseidretten

- Sikkerhet og hestevelferd skal settes først
- Ryttere skal opptre som gode forbilder for yngre utøvere
- Resultatene skal skapes på en sosial og samfunnsmessig forsvarlig måte
- Det skal ikke brukes farlige/forbudte stoffer (doping) for å oppnå bedre resultater
- Utdannelsen av hest skal skje på forsvarlig måte og NRYFs etiske regler for omgang med hest skal overholdes.
- Horsemanship: Ryttere skal sette hesten først i h.h.t «code of conduct». Direkte avstraffelse av hest skal ikke forekomme.
- Lojalitet og lagånd: Rytter skal være lojal mot systemet og sine klubbkamerater. Motarbeidelse og intriger svekker utviklingen for alle parter og for sporten.
- Kommunikasjon: Rytter, foreldre, trenere og ledere skal ha en åpen kommunikasjon og informere hverandre. Dette innebærer også at hver rytter selv er ansvarlig for å holde seg informert og informerer sin trener.
- Rytter skal holde seg selv og sin hest i fysisk god form. Det skal legges vekt på riktig kosthold for hest og rytter. Det skal holdes jevnlig veterinæroppfølging på hesten.
- Man skal streve etter en sportslig opptreden og fair play
- For ryttere under 18 år gjelder «ansvarlig person» som den ansvarlige

Sportslige mål og aktiviteter for 2021:

Sprang

Klubben vil styrke sporten med rekruttering og kommer til å satse på klubb- og UK-stevner i år tilrettelagt for å rekruttere flere rideskoleelever til konkurranser. Vi ønsker å ha et stort fokus på å få ryttere med i norgesserien. Vi ønsker også å støtte godt opp om de rytterne som er på L/E nivå. Enkelte av de store stevnene som Norwegian horse festival er allerede avlyst på grunn av Covid-19. De sportslige målene er tilpasset dette.

Sportslige mål sprang:

- Fokus på rekruttering til sporten i samarbeid med rideskolen på Epona og gjennom å inspirere til stevnedeltakelse ved å arrangere klubb- og UK-stevner
- Arrangere 4 banetreninger
- Klubbhelg med innleid instruktør
- Få 1-2 lag til Norgesserien
- Få 1-2 ryttere til landsmesterskapet
- Få 1-2 ryttere til NM/INM
- Flere deltakere til SM
- 2-4 ryttere til Indoor Epona

Dressur

Vi står i en usikker situasjon hvor vi ikke vet hvor mange stevner vi får lov til å arrangere og delta på grunnet Covid-19. Vi håper likevel at vi har likt antall startende og arrangerte stevner, eller mer enn foregående år.

Vi ønsker likevel å rette vårt fokus mot rekruttering gjennom treninger, lav-terskel stevner og gjennom et samarbeid med Epona Ryttersenter.

Sportslige mål - dressur:

- Minst 2 ekvipasjer til NM 2021.
- Minst 15 ekvipasjer til LM 2021.
- En økning i ant. Klubbmedlemmer på 1%

Kjøring

Kjøring har de siste årene vokst på Sørlandet, da spesielt i vår klubb. Vi har per dags dato ca. 10 aktive kusker, og det er flere som er interessert i sporten. Klubben er positive til bredden som er i klubben vår, og syntes det er svært positivt at flere medlemmer også er aktive i flere grener enn kun sprang og dressur. Vi kan alle lære fra hverandre, og vi har en positiv trend når det gjelder mangfoldet i klubben – både med tanke på grener og ambisjonsnivå.

Sportslige mål – kjøring:

- Få større deltakelse av våre medlemmer på bortestevne.
- Rekruttere flere medlemmer innen kjøring.
- Gjennomføre to DMP (Dressur, Maraton og Presisjon) stevner (vår og høst)
- Målsetning om å søke om å arrangere NM i kjøring i 2022 på Epona i samarbeid med travparken.
- Få medlemmene opp i klassenivå.
- Tilrettelegge og oppfordre til kurs og treninger innen kjøring både på Epona og ellers i regionen.
- Sette opp fast treningsdag/timer til kjøregjengen på Epona.
- Samarbeide med andre klubber i forhold til å avholde stevner.

Voltige

Voltige er i stor vekst i klubben, og som følge av dette blir det opprettet et voltigeutvalg.

Sportslige mål – voltige:

- Voltigeutstyr i klubben
- 4 startende i C -program
- 3 hester til start
- Etablere ny gruppe med ungdom- utøvere på Kjerlingland
- Ukentlige treninger på Epona
- Introhelg på Epona
- 20 startende utøvere i klubben

Stevneaktivitet, egne stevner

Stevneaktivitet er viktig for sportslig utvikling og for økonomien i både klubb og for Epona. Klubben har fullt ansvar for UK og D-stevnene. Klubben er også arrangør av L og E stevnene, men ihht avtale har Epona stevneledelsen og den økonomiske risikoen. Klubben bidrar med dugnadspersonell og får en risikofri andel av omsetningen.

Det er planlagt en rekke stevner i 2021. En del har allerede blitt avlyst, blant annet L/E-stevne i dressur i januar og klubbstevne i sprang og dressur som først skulle vært arrangert i desember 2020, utsatt til januar 2021, og videre utsatt til februar før det ble avlyst. Det er usikkert hvor mye og hvilke stevner som blir gjennomført i år. Terminlistene er ikke fastsatt i alle grener for hele året enda, da blant annet sprang bare har terminliste for første halvår. Derfor vet vi ikke helt hvordan høsten blir. Per nå er det for våren planlagt 1 landsstevne i samarbeid med Kristiansand og Søgne Rideklubb på Epona i starten av april, samt 1 L/E-stevne i sprang, 1-2 D-stevner sprang, 1 D-stevne dressur, 1 D-stevne kjøring (fult DMP), 1 L/E-stevne dressur og Norway Open. Det er viktig å ha i bakhodet at det fremdeles er stor usikkerhet om hva som lar seg gjennomføre. Vi følger nøye med på nasjonale og lokale anbefalinger og restriksjoner og arbeider utfra dette.

Mål stevneaktivitet

- 1800 starter på klubbens stevner, herav 1200 startende i sprang og 600 i dressur. Totalt 300 startende på UK/D stevne nivå.
- Gode stevner for klubbens ryttere.
- Fornøye og stolte deltagere, teknisk personell, sponsorer, dugnadsarbeidere og arrangørklubb
- Gjennomføre vårt første kjørestevne inkludert maraton.

Dugnad

Dugnad er viktig for klubben, for at vi skal kunne arrangere stevner og aktiviteter for klubbens medlemmer, er det viktig at alle er med å bidra! Det forventes at de som stiller til start på stevne er med å jobbe dugnad. Dette er helt nødvendig for å få stevne til å gå rundt slik at vi kan arrangere mange flotte stevner for våre medlemmer! I tillegg er den største inntektskilden til klubben momskompensasjon hovedsakelig fra L-/E-stevner. Derfor er det viktig at vi stiller dugnad også på disse stevnene slik at vi har mulighet til å gi tilbake til medlemmene i form av arrangementer og stevner!

Utfra avtalen med Epona Ryttersenter, disponerer klubben 10 stevnebokser under Klubb-, Utvidet klubb- og Distriktsstevner. Disse er til utleie for oppstalling under stevne, dagboks eller døgnboks. De resterende boksene blir fordelt av stevneleder og kan brukes av klubbens medlemmer som jobber dugnad på det aktuelle stevnet, hvor de som jobber mest får førsteprioritet.

Treninger

Høye sportslige mål krever god trener. Epona og Sørlandsparken rideklubb har kvalifiserte trenere innen både sprang og dressur

Det er faste ukentlige treninger med:

- Linn Elisabeth Eidsaa har flere privattimer i uken både i sprang og dressur.
- Helene Løyland – privattimer dressur.
- Dag Olsen har sprangtimer en gang i uken.
- Linn Elisabeth Eidsaa- Future Riders.

For ryttere som er på et høyere nivå vil det være nødvendig med trenere som kan imøtekomme deres behov for å nå våre sportslige mål særlig i dressur. Vi ønsker videre samarbeid med de nåværende trenerne, men også arbeide med å imøtekomme behovet til våre satsende ryttere.

Det legges også til rette for å holde banetreninger i sprang og programtrening i dressur.

Rekruttering til konkurranseidretten

Vi har vært gode i rekruttering de siste årene med godt samarbeid med Epona. Klubben vil i samarbeid med Epona og rideskolen fortsatt legge til rette for rekruttering til konkurranseidretten og håper på flere nye aktive medlemmer.

- Alle rideskoleryttere skal få tilbud om å delta på informasjonsmøte med klubben.
- Rideskoleryttere og foreldre skal få tilbud om å delta på informasjonsmøte med klubben og få enkel og rask respons på mail på spørsmål man lurer på.
- Det arrangeres grønt kort kurs i løpet av året.
- På alle D og UK stevner skal de laveste klassene settes opp.
- Det arrangeres mindre klubbstevner.

Mål:

- Alle klubbens rideskoleryttere som ønsker å starte på et stevne skal få mulighet til dette i løpet av 2021.
- To ryttere fra klubben deltar i Ferd rideskolecup på NHF i 2022 om det er interesse for dette og det er mulig å gjennomføre.
- 100 egne ryttere ut i konkurranser i 2021.

Teknisk personell

Det er fortsatt behov for utdanning av teknisk personell. Særlig er behovet for høyere autoriserte dressurdommere stort i kretsen. Det ble arrangert dressurdommeraspirantkurs høsten 2020, hvor klubben hadde 5 medlemmer med. Klubben ønsker generelt å støtte og oppmuntre til utdanning av teknisk personell, dommere, stewarder og banebyggere.

Andre klubbaktiviteter

Styret vil forsøke å legge til rette for medlemsmøter, kurs og aktiviteter som kan være av interesse for bredden av våre medlemmer. Forslag til medlemsaktiviteter kan være banetrening, gymkhana, filmkveld, ulike kurs, foredrag eller rene sosiale aktiviteter. Medlemmene oppfordres til å komme med ideer og innspill. Klubben står gjerne som ansvarlig arrangør, men styret er avhengig av at også andre medlemmer kan stille opp som ansvarlig for administrasjon og gjennomføring.

Ungdomskomite

Opprettelse av ungdomskomiteen har vært et svært positivt bidrag til det sosiale miljøet og samhold i klubben. Komiteen består av 4-5 medlemmer i alderen 15-25 år. Komiteen får 5 000 kr til sin disposisjon. Ungdomskomiteen arrangerer aktiviteter for ungdom med særlig fokus på det sosiale samholdet og miljøet. Leder av ungdomskomiteen har møterett i styret.

I 2021 vil ungdomskomiteens arbeid i uvisst grad bli påvirket av koronasituasjonen og smittevernstiltak. Det viktigste er at helse og smittevern settes først. Dersom det er forsvarlig vil ungdomskomiteen fortsette tradisjonen med halloweenbanetrening, sommeravslutning og juleavslutning.

Terapiridning/Ridefysioterapi

Vi har noen klubbmedlemmer som er med på ridefysioterapi i regi av Epona. Dette er noe vi ønsker å få mer frem, for å vise mangfoldet vi har blant medlemmene.

Dette er hva Eli Alice Wiik, som tidligere har hatt terapiridning på Epona:

«Terapiridning er en form for fysioterapi, hvor hesten brukes som behandlingsredskap. Ved hjelp av hestens bevegelsesmønster trenes rytterens egne bevegelsesmønstre, koordinasjon, posturale kontroll, balanse og muskelstyrke. Ridefysioterapi anvendes også til kontraktur behandling/forebyggelse, samt sansemotorisk og psykomotorisk trening. Ved ridning beveger rytterens bekken og rygg seg i en flerdimensjonal bevegelse. Denne sammensatte bevegelsen kalles en «svingning». En mellomstor hest at 90-110 svingninger i minuttet. Ridefysioterapi, også kalt terapiridning kan kun tilbys av autorisert fysioterapeut med etterutdanning. Da hesten blir brukt som et redskap i treningen er det viktig at det blir valgt rett hest til rytter, da bygning, temperament, bevegelser, takt og rytme har en stor betydning for behandlingen.»

Skade og skadeforebygging

Ettersom vi driver med en idrett som innebærer stor risiko, ønsker vi sette fokus på skade og skadeforebygging. Vi oppfordrer alle våre medlemmer til å alltid tenke sikkerhet både i stallen og under ridning slik at man unngår ulykker og skader. Vi ønsker å legge til rette for førstehjelpskurs.

Annet

Forøvrig ønsker styret å prioritere midler til felles aktiviteter knyttet til medlemskurs og ungdomskvelder, og sosial aktivitet etter dugnadsinnsats. Det er satt av midler til kurs og videreutdanning av teknisk personell. Klubben har over flere år opparbeidet en god økonomi.