



## Wil je ook meedoen met de FNRS-wedstrijden?



*Superleuk natuurlijk!*

*Om je vast een beetje wegwijs te maken hebben we een aantal zaken voor je op een rijtje gezet.*

Wanneer je voor het eerst mee gaat doen is het verstandig aan je instructie te vragen of je daar aan toe bent. Als je nog maar net op paardrijles zit is het soms beter om nog even te wachten. Als je al een gevorderde ruiter bent is het mogelijk om hoger in te stromen (maximaal F6). Overleg hierover met je instructie.

### *Inschrijven*

Een paar weken voor de wedstrijd hangt de wedstrijdcommissie een lijst op boven de wasbak in de stal. Schrijf je naam op de lijst en de proef die je gaat rijden. De instructie deelt de paarden in, hier hoeft je dus geen zorgen over te maken. Je vader of moeder kan zich opgeven als vrijwilliger. Om alles in goede banen te leiden tijdens de wedstrijd zijn namelijk veel mensen nodig.



Als je nog geen ruiterspaspoort hebt dan kun je die aanvragen met een formulier dat verkrijgbaar is in de kantine. Heb je al een ruiterspaspoort controleer dan even of je ieder jaar het nieuwe jaarzegel erin hebt geplakt.

We raden je aan om het boek van de FNRS in de kantine te kopen. Hier staat de theorie in die je moet leren en er zit een boekje bij waar alle proefjes instaan. Verder staan in dit boek ook alle reglementen en voorschriften. Wanneer je proef F2, F4, F6 of F10 moet rijden, moet je voor je proefje een theorie examen doen. Voor de wedstrijd krijg je dan 10 meerkeuze vragen. Heb je dyslexie of andere leesmoeilijkheden? Geen probleem, dan komt iemand van de administratie je een helpen met lezen.

### *Wat trek je aan?*



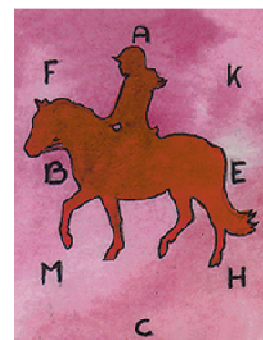
Het is niet verplicht om een compleet wedstrijdtenue te dragen. Je kleding mag echter niet te bont van kleur zijn. Dus broek en trui in gelijke kleuren aan. Begin eenvoudig, de rest kun je lekker voor je verjaardag of aan Sinterklaas vragen. Vanwege de veiligheid zijn een (goedgekeurde) cap en laarzen of chaps met joppers zijn wel verplicht. Je mag als je wilt een bodyprotector dragen. Als je handschoenen aan wilt, moeten die wit zijn (voor het contrast, zodat de jury je handen goed kan zien) maar zonder handschoenen mag ook. Als je een wedstrijdjasje aan doet moeten daar ook een plastron, witte handschoenen en een witte rijbroek bij gedragen worden.

### *De wedstrijd*

Ruim een week voor de wedstrijd wordt de startlijst op het prikbord in de stal opgehangen. Hierop kun je zien welk proefje je gaat doen (maar dat wist je zelf natuurlijk al), welke dag en hoe laat je moet rijden en op welke pony/paard je bent ingedeeld.

Lees van tevoren het proefje meerdere keren door zodat je weet wat je moet doen. Teken de bak met letters op een papiertje, zo kun je de proef thuis oefenen (je hebt vast wel een speelgoedpaardje). Als er dingen zijn die je nog niet kent of die je moeilijk vindt kun je die aan de instructie vragen. Meestal worden in de les voor de wedstrijd ook proefjes gereden om te oefenen.

Op de dag van de wedstrijd moet je je uiterlijk 1 uur voor de wedstrijd melden bij het secretariaat in de kantine. Dit doe je door je paspoort af te geven (met hierin het recente jaarzegel) en 10 euro startgeld te betalen. Dit is ook het moment om je theorie-examen te doen (de uitslag hiervan krijg je bij de prijsuitreiking na de wedstrijd).



Daarna ga je je pony klaarmaken voor de wedstrijd. Het kan zijn dat er voor jou ook iemand op dezelfde pony rijdt. Als er niet teveel andere starters tussen zitten, kun je je pony overnemen van je voorganger en hoeft je dus niets te doen. Spreek dan even af wie er gaat poetsen, of dat jullie het samen doen.



## Wil je ook meedoen met de FNRS-wedstrijden?



Als je de eerste bent die er op rijdt ga je je pony poetsen, zodat hij mooi schoon wordt en gaat glimmen en vlecht je de manen in. Je kunt vlechtjes maken die je oprolt tot knotjes of je maakt een matje. Als je niet weet hoe dit moet kijk dan van te voren even op het internet. Natuurlijk zijn er altijd wel mensen in de stal die je willen helpen. Dan zadel je je pony op, eventueel doe je je eigen witte sjabrakje onder het zadel, maar dit is niet verplicht. (Vergeet niet na de wedstrijd het sjabrakje weer te wisselen).

Ongeveer 20 minuten, 2 a 3 pony's, voor je starttijd mag je de bak in. Als het zover is, wordt je geroepen door de stalwacht. Je wacht dan met je pony voor de ingang van de bak tot de ringmeester de deur opent doet en je toestemming geeft om naar binnen te gaan. Er mag per deelnemer maximaal 1 begeleider mee de bak in om je te helpen met opstijgen en te blijven kijken.

De binnenbak is m.b.v. lage witte hekjes in tweeën gedeeld. Een klein gedeelte voor op-, afstijgen en inrijden en een groter gedeelte waar ieder om beurten zijn proefje rijdt. Als jij aan de beurt bent roept de voorlezer je naam en mag je de bak in om je proefje te gaan rijden. De voorlezer zal jouw proefje hardop voorlezen.

Als je klaar bent met jouw proefje mag je weer terug naar het kleine deel van de bak. Als de volgende ruiter al klaar staat mag je de pony doorgeven. Ben jij (voorlopig) de laatste dan mag je uitstappen en na het volgende proefje de pony weer op stal zetten en afzadelen. Als er de rest van de dag niemand meer op hoeft dan haal je ook de vlechtjes uit de manen en staart. Net als na de les hang spoel je het bit schoon en hang je zadel en halster terug in de zadelkamer. Kijk goed in en om de stal rond of daar geen afval meer ligt, je wil niet dat een pony een plastic zak of elastiekjes opeet. Ongeveer een half uur nadat de laatste deelnemer uit jouw categorie klaar is vindt de prijsuitreiking in de kantine plaats.



### *De uitslag*

De jury heeft je cijfers gegeven voor alle onderdelen van het proefje. Dit wordt opgeschreven op het zogenoemde protocol. Alle punten worden bij elkaar opgeteld. Wanneer je 210 punten of meer hebt, krijg je een promotiepoint. (Bij 210 punten heb je gemiddeld een zes op alle onderdelen gescoord). Als je in F1 een promotiepoint hebt gehaald, mag je door naar de F2. Vanaf F2 t/m F8 heb je twee promotiepunten en vanaf F9 t/m F20 heb je 3 promotiepunten nodig om naar het volgende proefje te mogen. Bij de proeven F2, F4, F6 en F10 krijg je na het behalen van 2 promotiepunten en het behalen van het theorie examen een diploma. Dit diploma ontvang je bij een volgende wedstrijd.



Per 4 starters wordt er 1 beker uitgereikt. Iedere deelnemer krijgt een rozet: oranje (1<sup>e</sup> plaats), rood (2<sup>e</sup> plaats), wit (3<sup>e</sup> plaats), blauw (4<sup>e</sup> plaats) of roze (vanaf de 5<sup>e</sup> plaats). Je krijgt je ruiterspoot terug, waarin je evt. promotiepoint en behaalde theorie vermeld zijn en je krijgt het protocol. Behalve de cijfers schrijft de jury hier ook opmerkingen op. Mocht je het niet begrijpen vraag dan na bij het secretariaat wat bedoeld wordt. Heel handig want nu weet je waar je bij je volgende wedstrijd op moet letten.

Mocht je nu genoeg promotiepunten hebben om door te gaan naar het volgende proefje, maar vind je het nog te moeilijk, dan mag je gewoon nog een keer hetzelfde proefje rijden. Maar na 5 promotiepunten per proefje moet je wel door.

Hopelijk is het je allemaal duidelijk geworden. Mocht je nog vragen hebben dan kun je terecht bij je instructie of de kantine.

Vast heel veel succes en plezier toegewenst!!