



Til eiere av hester født 2018 og 2019

Oslo, 9. september 2020.

«Til Start» - samling med hest på Biri Travbane lørdag den 3. oktober 2020.

Treningsveileder Gunnar Gjerstad og undertegnede, har etter forespørsel fra Kristin Gravrok, takket ja til å organisere «Til Start» samlingene fremover på Biri Travbane sammen med Kristin.

Vi vil da kjøre samme opplegg som vi kjører ellers i landet, og starter opp den 3 oktober.

Noen av dere med hest født i 2018 var på samling høsten 2019, men både dere med hest født 2018 og 2019, skulle ideelt sett vært invitert på samling nå i vår, men av kjente årsaker lot seg ikke dette gjennomføre. Vi får gjøre det beste ut av det, og inviterer dere alle nå til samling 3 oktober. Program for dagen vedlegges.

Utstyr du trenger å ha med er:

- Komplette sele med slagreim og sjekk.
- Speedcard, roadcard eller langvogn.
- Gjerne en pisk for korrigerende av hesten.
- Hjelm til deg og din medhjelper.
- Utfylt egenmelding (se vedlegg).

Målet for dere som har åring er å kjøre en runde eller to i banen, men har dere ikke fått spent i ennå, må dere allikevel komme med hesten. Vi kan hjelpe til med å spenne i og leie den første turen. Eventuelt tomkjører eller leier dere hesten en runde i banen.

For å få en oversikt over hvor mange som vil delta, er det fint om dere melder dere på til Kristin Gravrok.

Er det spørsmål, kan dere kontakte Kristin Gravrok eller undertegnede.

Vel møtt.

Med vennlig hilsen
Det Norske Travselvskap


Knut Olav Dahl

Tlf 971 88130

Mail: knut.olav.dahl@travsport.no

Biri Travbane A/S

Kristin Gravrok

Tlf. 95047110

mail:kristin.gravrok@rikstoto.no

Vedlegg: Program og egenmelding.



TIL START!



PROGRAM

SAMLING PÅ BIRI TRAVBANE

LØRDAG 3/10-2020 KL 1100

HESTER FØDT I 2019 (1-ÅRINGER)

Tidsskjema.

Senest kl 1100. Fremmøte.

Fremmøte i hesteringen for levering av egenmelding, registrering og henting av startnummer.

Kl 1105 – kl 1115. Gjennomgang av opplegget for dagen.

Påseling.

Kl 1115 – kl 1130. Påseling.

Hestene seles på, men venter i stallen for sjekk av utstyr, og nærmere beskjed før kjøring ut i banen.

Kjøring i banen.

Kl 1130 – Kl 1200 Kjøring i banen

- 1 - 2 runder i banen.
- Nedskritting, og tilbake til stallen.

Veterinær- og hovslagersjekk.

Kl 1200 – kl 1300.

Når hestene er klargjort etter kjøringen i banen, møter de 1 og 1 for veterinær for sjekk. Deretter til hovslager. Treningsveilederne går rundt og snakker med eiere/trenere.

Evaluering av dagen.

Kl 1315.

Alle møter for evaluering av dagen.

Utstyr:

- Komplette travsele. Bruk gjerne en slakk sjekk.
- Speedcart eller sulky.
- Slagreim.
- Korrektiv (Pisk.)
- Hjelm til deg og din medhjelper.

VELKOMMEN!



TIL START!



PROGRAM

SAMLING PÅ BIRI TRAVBANE

Lørdag 3. oktober 2020 kl 1400

HESTER FØDT I 2018 (2 ÅR)



Program for samling på Biri Travbane lørdag 3/10 – 2020 kl 1400

2 åringer.

Tidsskjema

Senest kl 1400 – fremmøte. Levering av egenmelding. Tildeling av startnummer.

Kl 1405-kl 1415 Gjennomgang av opplegget for dagen

Påseling

Kl 1415 – kl 1445 Påseling

Hestene seles på, men venter i stallen for sjekk av utstyr, og nærmere beskjed før kjøring ut til banen.

Kjøring i banen

Kl 1445 – kjøring i banen med 2 åringene.

Rutineløp over 2000 meter. Fart 2.10-2.15 for kaldblods og 1.35-1.40 for varmbloods, eller etter det tempo vi blir enige om på samlingen. Ønsker du ikke å kjøre rutineløp med hesten din, er det ok, og du er da bare med på oppvarmingen.

- Oppvarming 4.000 meter i jogg motsatt veg i banen eller på indre bane. Puls 150 - 160
- Skritt 500 meter.
- Start. Varmbloods fra 2000m, (Kaldbloodshestene skritter på indre bane)
- Start. Kaldbloods fra 2000m.
- Jogg/skritt 1- 2 runder på indre bane, så tilbake i stallen

Veterinær- og hovslagersjekk

Kl 1515- kl 1600

Når hestene er klargjort etter kjøring i banen, går hovslager, veterinær og treningsveilederne rundt og snakker med eiere/trenere.

Evaluering av dagen.

Kl 1615

Eiere og trenere møter i kuskegarderoben for evaluering av dagen. Enkel servering.

Utstyr: Sulky/speedcart, sele m/sjekk og slagreim, hjelm og korrektiv (pisk).

VÆLKOMMEN



Fylles ut av eier/trener og leveres på første samling.

Egenmelding fra hesteeier/trener for hest født 2019.

Hestens navn:.....

Eier/trener:.....

1. Hvor mye er hesten håndtert/trent og hva er utført?: _____

2. Markekur/markprøve: Siste gang: _____ måned.

3. Vaksinert: Siste gang: _____ måned.

4. Hendelser/skader frem til dags dato:

5. Gemytt/håndterbarhet: _____ .

6. Utfordringer med hesten: _____ .

7. Annet relevant?: _____ .

Dato og underskrift: _____



Fylles ut av eier/trener og leveres på samling .

Egenmelding fra hesteeier/trener for hest født 2018.

Samling dato / - 201__.

Hestens navn:

Eier/trener:

Hvordan har treningen gått siden siste samling: _____

Følger dere Gunnar Gjerstads treningsopplegget? _____

Hvor langt har dere da kommet i opplegget? _____

Trener dere etter eget opplegg? _____.

Kan dere kortfattet beskrive opplegget? _____

Hvor langt har dere kommet i treningen etter eget opplegg? _____

Nye utfordringer med hesten? _____

Dato og underskrift: _____