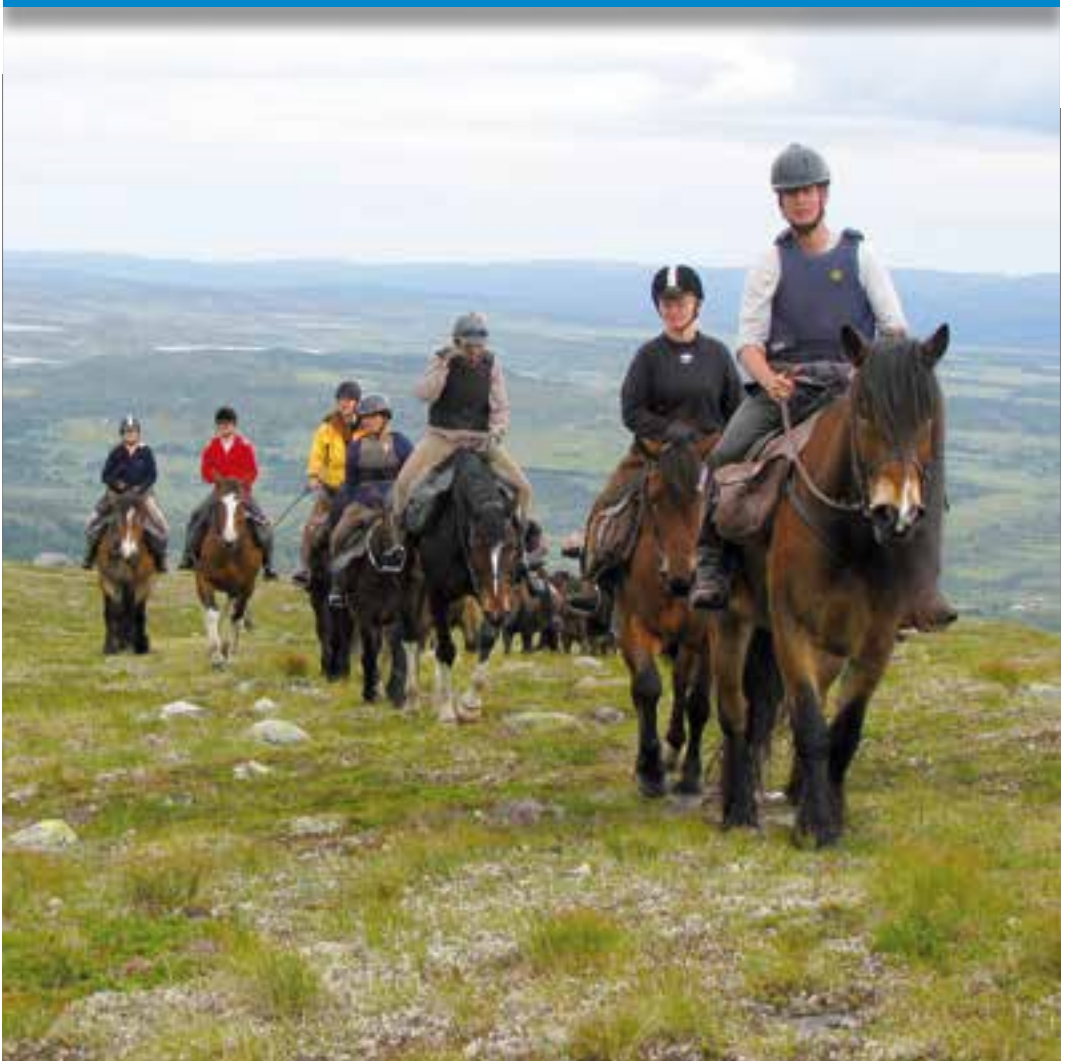




**HEMSEDAL
HESTESENTER**

Informasjon om rideturen



Velkommen på tur. Du får straks utdelt en ny firbeint venn, om ikke for livet, så for en uke – helt avhengig av hvor drevnen du er på å smøre tørre brødkalker med salt og margarin, men også hvordan du ter deg i forhold til hesten. Kort fortalt; legger du til rette for at hesten skal ha det bra sammen med deg, får dere også en bedre tur sammen.

Hva er en hest?

Om du er noenlunde sikker på svaret, er du allerede godt på vei. Hesten er om lag 60 millioner år gammel, mens mennesket til sammenlikning har eksistert i ca. 200 000 år. Den har tjenestegjort oss de seneste 6000 årene, og en enkel logisk slutning tilsier da at den har klart seg greit en god stund uten noen videre innblanding fra høyerestående vesener med salamiånd. Underforstått betyr dette at hesten er en evolusjonsmessig suksess – sterke instinkter har hjulpet den å overleve rovdyr og naturkatastrofer, og den har ikke latt seg påvirke nevneverdig av menneskelig innblanding (avl) gjennom den korte tiden vi har hatt som samarbeidspartnere. Vi kan med andre ord like gjerne lære oss å leve med hesten som den er, og utnytte dens instinkter til vår fordel. I første hånd må man da sette seg inn i de mest grunnleggende av dem.

Hesten er, som kjent, et flokkdyr som aldri vil bevege seg frivillig alene fra sine faste følgesvenner. Likevel slipper de oss inn i sin indre krets, som en del av flokken, om vi gjør oss fortjent til det gjennom gjensidig tillit og respekt – selv om vi fra naturens side er rovdyr.

Hvordan nærme seg en hest (du ikke kjenner)?

Svaret er egentlig enkelt: unngå å oppføre deg som det rovdyret du er. Hestens syn dekker nesten 360 grader, med en blindsonerett foran og rett bak. Gå rolig og avslappet mot hestens skulder, og unngå å se den direkte i øynene lenge av gangen. Virker hesten nervøs, kan du si navnet dens i et fallende tonerfall, som likner deres egen humring (unngå høy, hvinende stemme – mellom hester betyr denne lyden "ikke rør meg!"), for å fortelle at du kommer, og ikke har noe å skjule. Hester som blir overrasket, vil enten skvette, flykte eller forsvare seg. Ingen av delene er noen god start på ukas første date.

Når du først har kommet deg bort til hesten, kan du gjerne bli stående ved skulderen. Her er du ute av risikozonen for evt. bein eller tenner på avveie (enten det er deg, en flue eller en annen hest som er irritasjonsmomentet). I denne posisjonen er du også plassert slik en annen hest ville stått om de skulle stelt hverandre. Forsøk å skape en positiv stemning med en gang; klø hesten litt på manken, stryk den på halsen eller noe annet som den tilsynelatende finner behagelig (ligg unna områder som under magen e.l. til dere er litt bedre kjent). Har du med deg en brødskive, kan du tilsnike denne uten at de andre hestene ser det – i motsatt fall har du plutselig mange flere heste(u)venner enn du i utgangspunktet tenkte deg. Ved å skape en positiv assosiasjon for innfangning allerede første dag, er det større sjans for at hesten blir enklere å få tak i videre. Om du i motsatt fall hadde begynt å bakse med hodelaget som første tiltak, hadde hesten trolig tenkt "dette gidder jeg ikke i være med på i morgen".

For å få hesten med deg, enten i halsring eller hodelag, kan det lønne seg å 1. Se den vegen du skal, og ikke på hesten (fester du blikket på den, sier du "gå vekk"), og 2. svinge, i stedet for å gå rett frem, dersom hesten planter alle fire i bakken. Halsen er hestens balansestang, og det mest behagelige for den er å svinge dersom halsen blir tilstrekkelig bøyd. Unngå å leie hesten langt vekk fra vennene sine, da dette kan oppleves som å bli skilt fra flokken - den kan derav bli urolig, og vanskelig å sale opp. Begynn med å feste hodelaget før du børster, så du har et minimum av kontroll, og avslutt med salen. Hold tøylen i hendene hele tiden, slik at hesten ikke kan trå på dem og rive seg i munnen. Bind heller ikke hesten i tøylen, av samme årsak. Husk til slutt å merke deg spesielle kjennetegn ved hesten, slik at den blir enklere å skille ut neste dag – som avtegn (hvite markeringer) og nummeret på halsringen.

Hester som er vanskelig å fange

Enkelte hester er vanskelig å få tak i. Den mest alminnelige årsaken er at de forbinder en eller annen form for ubehag ved selve innfangningen, eller håndteringen/treningsøkten som kommer i etterkant. Begge deler kan du som rytter til en viss grad påvirke:

1. Beveg deg mot forpart/skulder, gjerne litt skrått inn fra siden. Beveger du deg mot bakparten, oppfordrer du hesten til å flytte seg fremover og vekk fra deg.

2. Vær litt "formålsløs". I stedet for å gå rett mot hesten for å fange den, lat som om du egentlig har andre ting å gjøre mens du langsam nærmer deg på en rolig måte. For eksempel gå litt hit og dit i et sikksakk-mønster, mens du klapper litt på hestene i nærheten, ser på skyene osv.

3. Ikke se direkte på hesten du skal få tak i, fest heller blikket på et punkt litt foran den, og tenk at det er dit du skal. Merker du at hesten vurderer å bevege seg vekk, stopp, eller ta et steg unna i en annen retning. Slik virker du mindre truende.

Når du først får tak i hesten, må du for all del rose den, uansett hvor sint, lei eller oppgitt du er. Tell til 10 og fortell den at den har vunnet VM i et-eller-annet og er best i verden, gi den gjerne noe godt. Straffer man hesten i stedet, blir den dobbelt så vanskelig å få tak i neste gang. Husk at hesten ikke har noe forhold til tid, og at den sannsynligvis er i mye bedre form enn deg. Å jage den rundt på et stort område til den "gir opp" er trolig lite effektivt, i tillegg til at det skaper negative assosiasjoner til folk generelt. Forsøk å gjøre treningen videre så behagelig som mulig, vær oppmuntrende og raus med ros.

Grunnleggende om ridning (på tur)

Uten bagasje (les: rytter lastet med gårdsdagens buffet) er hesten i naturlig balanse. Når vi setter oss på, forringes denne balansen og vekten legger seg i større grad på forbeina. For å gjøre turen mest mulig behagelig for både deg og din terenggående venn, finnes noen grunnleggende holdepunkter:

1. Salen er laget for å fordele vekten jevnt over hestens rygg. Sitter du på halebeinet og tipper tilbake i ryggen, blir vekten trykket hovedsakelig nedover den bakre delen av ryggen, som beskytter nyrene og annet snacks. Tipper du frem, klemmer salen rundt manken. Forsøk å sitte rett og midt i salens dypeste punkt. Tenk på at du skal kunne dra en vertikal linje fra foten, gjennom hofta og opp til øret – du skal ikke se føttene dine om du kikker ned!

2. Glem AWD og ESP – hesten er den mest avanserte firehjulstrekkere tilgjengelig på markedet, og den har god balanse også med deg på. Så lenge du skritter og føler deg trygg, hold gjerne tøylene halvlange slik at hesten kan bevege halen (/balansestangen!) dit den selv ønsker – også i opp- og nedoverbakker. Av bl.a. sikkerhetsmessige grunner, burde du ha kontakt med hestens munn i trav og galopp. Mister du selv balansen, ta tak i manen fremfor tøylene (hesten er ikke hårsår).

3. Noen hester er tar livet mer med ro enn andre. Hold blikket rettet langt fremover for å unngå at det danner seg luker i følget hvis du har en langsom hest, og finn en passende jevn fart. Om hesten faller ut av dette tempoet, bruk sjenklene eller piskene på saltaskene for å få den frem igjen, og la den så være helt i fred. Etter hvert vil hesten innse at det er mer behagelig å holde en jevn hastighet selv. Har du i tillegg en hest som snubler, forsøk å holde korte tøyer også i skritt, og forsikre deg om at den ikke "går og sover", men skritter ordentlig frem.

4. Sitter du derimot på en litt mer ambisiøs utgave, unngå å ri forbi de andre hestene, da dette kan skape farlige situasjoner. Sitt heller litt tyngre i salen, ta og slipp på tøylene og snakk med hesten for å bremse den ned. Ikke skap for mye avstand til hesten foran, da vil den føle seg fragått og bli mer urolig. Unngå for korte tøyer, da hesten trolig vil føle seg fanget og bli mer stresset.

5. I oppoverbakker løfter hesten ryggen for å ta seg frem. Ved å lene seg litt forover gir man ryggen frihet til dette – i bratte oppoverbakker kan du også stå i stigbøylene (med et godt tak i manen – ikke tøylene! – om det trengs) og lene deg frem for å gi hesten maksimal ryggfrihet. Denne posisjonen kalles topunktssitts eller "lett sete", og brukes også når man galopperer i ulendt terreng (på tur).

6. I nedoverbakker kan du la overkroppen komme litt tilbake slik at forparten vektlegges litt mindre. Forsøk å finne et balansepunkt. Unngå også at beina dine (såkalt sjenklene) sklir for mye fremover i nedforbakkene. Det kan medføre at salen glir frem.

Grunnleggende bruk av hjelperne

En hjelper er et middel som benyttes for å få hesten til å gjøre et eller annet. For eksempel kan du klemme med beina – også kalt sjenklene (hver av dem er en hjelper) for å få hesten til å bevege seg fremover. Strammer du begge tøylene samtidig, stopper hesten, og drar du kun i den ene, svinger den til den aktuelle siden. Tur- og rideskolehester blir ridd av ulike ryttere, og må tåle mange forskjellige (forvirrende) beskjeder. Det vil ofte medføre at den følsomheten de opprinnelig hadde, forsvinner. I utgangspunktet er alle hester følsomme: fra å kjenne at en mygg lander i pelsen, til at du som rytter vrir øynene til høyre (som genererer små bevegelser i muskulaturen). Mange tror de må sparke hesten i magen, eller dra den hardt i munnen for å få en reaksjon – noe som ikke stemmer overens med hestens medfødte egenskaper.

Lag din egen følsomme hest

Heldigvis er det mye du som rytter, om bare for noen dager, kan gjøre med dette. Hestene kommuniserer hele tiden, og ofte med så små signaler at de knapt er synlig for et trent øye. På den andre siden av skalaen er spark og bitt, som kan sammenliknes med et spark i magen fra sjenklene. Det er riktignok mye mer fornuftig å begynne i den andre enden.

Hester har en rangordning, og en rekkefølge i flokken. Hvis en høyrangert hest ønsker å flytte på en lavere rangert hest, behøver den vanligvis bare å kaste et avvisende blick på den andre hesten, eller rynke et nesebor (1). Dersom reaksjonen uteblir, kan den f.eks. legge ørene flatt inntil hodet, rynke opp begge neseborene, "gjøre seg stor" eller senke hodet helt ned til bakken som i en rovdryrlignende positur (2). Dersom den lavere rangerte hesten fortsatt ikke har tatt poenget, kommer den siste reaksjonen – som da er intendert å være så kraftig at det er slutt på slik frekkhet en gang for alle. Den høyere rangerte hesten vil da gjøre et utfall; bite, sparke eller fly på den andre hesten (3).

Når beskjeden er oppfattet, er det igjen bare fred og fordragelighet – hestene er venner igjen, og "begynner på scratch". Hesten som flytter på den andre, trekker seg alltid tilbake når den har fått ønsket reaksjon – det vil si, den belønner den andre

hesten med frihet. Med andre ord kommuniserer hestene i 3 grader, og de er alle konsekvente og klare på rekkefølgen: 1: Flytt deg. 2: Flytt deg! 3: FLYTT DEG! Om man som tilskuer kun ser den siste, har man enkelt og greit ikke vært oppmerksom nok til å fange opp de to første signalene. Altså sier du "FLYTT DEG!" til hesten med en gang, om et spark med sjenklene er det første du forsøker for å få den til å gå. Hesten vil tenke noe sånt som "i alle dager", den vil få negative assosiasjoner til deg – og bli såkalt desensitivisert. Et lett signal betyr, ved gjentatt hardhendt ridning, ingenting.

I tillegg er hester fra naturens side såkalte "mottrykksdyr"; blir de angrepet av en puma som biter seg fast, er den eneste redningen å forsøke å bruke kroppsvekten for å klemme i hjel rovdryret. Dersom hesten hadde forsøkt å riste angriperen av seg, ville den sannsynligvis mistet store mengder blod og ikke overlevd flukten. Med andre ord går hesten mot press fra naturens side. Den som har ridd inn hesten du sitter på, har lært den å vike for press fra f.eks. sjenkel (bein) eller tøyle. Bli presset derimot for stort, blir hesten stresset og instinktene slår inn. Den vil derfor, logisk nok, reagere mindre jo sterkere/mer langvarig presset er.

Hvordan re-sensitivisere hesten?

Såfremt du vet at hesten har lært og forstår det du ber den om, kan du gå frem på følgende måte – uansett om hesten er sjenkeldød, eller ikke: 1. Klem svært lett med leggene inntil hestens sider. Slipp trykket igjen uansett reaksjon. 2. Hvis ingen reaksjon: Klem vesentlig hardere, men slipp trykket igjen uansett reaksjon. 3. Hvis ingen reaksjon: spark hardt med legg/hæl én gang. Har du gått frem riktig, reagerer hesten på den siste beskjeden om du ikke har fått svar på de to foregående. Fortsetter du å bruke denne fremgangsmåten i tre grader, vil hesten etter hvert reagere på beskjed nr. 2, og kanskje også beskjed nr. 1. Husk å holde hendene rolig nede ved manken, slik at du ikke flakser med armene (og drar hesten i munnen) samtidig som du bruker sjenklene. Like viktig er det å belønne hesten for riktig svar. Hestenes belønning til hverandre er som nevnt frihet fra krav og press, og dermed er en liten pause fra nye beskjeder sammen med noen stryk på halsen eller noen rosende ord en ypperlig metode. Hesten søker ros,

og vil også bli mer oppmerksom og interessert i å innfri ønskene dine om du benytter deg av det. Belønner du ikke, kan du risikere å bli oppfattet som en bølge!

På samme måte kan man gjøre hesten lettere å bremse. Den våkne leser vil tenke at jo mer du drar hesten i munnen (jo større press), jo mindre reagerer den etter en tid. Ved et hardt/langvarig trykk fra bittet vil hesten åpne munnen for å unngå ubehaget, og bittet kan gli bakover mellom de store jekslene. Her kan hesten "bite fast" bittet, og du har ikke lenger stort du skulle sagt. Forsøk gjerne samme fremgangsmåte når du skal stoppe hesten; ha kontakt med hestens munn, og ta lett i begge tøylene samtidig som du kommer litt tilbake i overkroppen. Slipp presset igjen. Skjer det ingenting, kan du ta en del hardere, og øyeblikket slippe presset igjen. Ved fortsatt ingen reaksjon, tar du et hardt tak til hesten stopper, fortsatt litt tilbaketil i overkroppen. Husk i alle tilfeller å være konsekvent, og tydelig i dine signaler – ikke be om to ting på en gang – og igjen, belønning!

Andre hjelpere (eller: når kne møtte tre)

Det står en rekke saker og ting i veien når du rir på tur. Hesten tar ikke hensyn til ditt utstikkende ekstrautstyr (les; føtter og saltasker), og er du ikke våken kan du fort bli det om ditt høyre kne blir en enhet med neste bjørkestamme.

Vi svinger ikke bare med tøylene, men også med andre hjelpere: blikket, sjenklene og vekten. Ved å feste blikket dit du skal, gir du både en lett beskjed med vekten og fremstår som sikrere og mer "autoritær". Ser du på treet du ikke ønsker å kolliderer med, er sjansen større for å gjøre nettopp det. I og med at hesten har lært seg å vike for press, kan du også klemme lett med kun det motsatte beinet som den så flytter seg vekk fra (ergo; skal du til høyre, må du klemme med venstre legg). Når du skal bruke vekten, kan du gjerne også vri kroppen den veien du har tenkt deg, og tenke at du skal strekke deg/bli noen centimeter lengre på den siden du skal til. Forestill deg at du sitter på en tønne som skal flyttes!

For å bruke tøylene mer effektivt, kan du tenke deg at du må stramme den tøylene du ikke svin-

ger med for å få full effekt. Når du drar i den ene tøylene, påvirkes kun hestens hals, mens forbeina fortsatt står rett frem. Den kommer riktignok ut av balanse, men dersom hesten har et sterkt ønske om å gå rett frem, vil den ikke svinge om du kun drar i den ene tøylene. Eksempel, du vil til høyre, og hesten rett frem: strammer du også den andre tøylene - venstre (og gjerne løfter den litt oppover) i tillegg til å svinge den veien du skal (høyre tøyle) – tvinger du hestens forpart og skulder til å flytte seg til siden, ved å lage en slags "vegg" med her venstre tøyle, og hesten svinger. For at dette skal fungere, må tøylene dine være ordentlig stramme. Husk å slippe presset og rose hesten når du har fått svaret du ville ha.

Rangen mellom deg og hesten

Hester er svært opptatt av retning. De har alltid en plan for hvor de skal, og vandrer sjelden tilfeldig rundt kun for frisk luft. Dersom du retter blikket ditt langt frem til dit du har tenkt deg, retter deg i overkroppen og er bestemt/konsekvent med beskjedene du gir – enten du rir eller går, samt raus med ros, er du langt på veg til å bli hestens leder.

Hesten ønsker seg en leder – ikke en kranglete, masete sjef, men en rettferdig og konsekvent leder som tar ansvar samt utstråler ro, trygghet, tilstedeværelse og autoritet. Klarer du å oppføre deg som om du alltid har kontroll og overblikk over situasjonen, rolig og selvsikkert, vil hesten få mer tro på deg i forhold til å håndtere kommende situasjoner. Den vil også søke tilflukt og trygghet ved din side. Om du vaser rundt i egne tanker, ser ned, flakker med blikket eller er nervøs, finner hesten raskt ut at du ikke er moden for lederrollen.

UKESPROGRAM:

MANDAG:

Du møter ved hestesenteret senest kl. 9.30. Saltasker ble utlevert på Oset Hotell i går, så nå er det hjelmer, sikkerhetsvester, chaps, sitteunderlag og børster som skal deles ut. Dette utstyret skal du beholde resten av uken. Til slutt blir salene delt ut – husk nummeret på salen din, da dette ropes opp ved hver utdeling.

Ponniene ropes opp med navn. Lederne vil hjelpe til under oppsalingen, og når alle er ferdige gis det klarsignal for oppstigning. Barn kan sette seg opp med en gang hesten er ferdig oppsatt, da de ofte er tryggere på hesteryggen enn på bakken. Følg på etter lederhesten og finn deg en plass i rekka, helst foran eller bak en av "vennene" til hesten din.

I dag skal vi raste på Eikrestølen, og for å komme dit må vi ri igjennom Lykkja i en samlet gruppe. Ved Sørejallen vil vi ta av fra asfaltveien inn på en grusvei, og senere inn på en sti. Snart vil vi krysse elva Nøra, mellom Storevann og Tisleiafjorden. Terrenget videre er lett og fint, men enkelte steder kan stien være litt steinete.

Vel fremme på Eikrestølen skal hestene sales av, og salene legges inntil veggen på stølshuset. Husk å legge salteppet med innsiden ut oppå salen slik at det får tørket! Bålet tenes raskt slik at du kan få te eller kaffe til maten, og du kan i tillegg få kjøpt mineralvann. Fra stølen har du en flott utsikt til Skogshorn og Storevann til venstre, og til høyre kan du se Tisleiafjorden. Du kan også se over til Lykkja. Si fra til lederne om du har lyst til å gå ned til hestene for å ta bilder eller liknende – men husk at de skal har ro og fred til å raste og hvile seg selv også!

Etter rast deler vi oss i fire grupper. For å være med i galoppgruppen må du kunne mestre hesten din i både trav og galopp, samt kunne stå i "lett sete". Det samme gjelder for galopp/travgruppen. Skal du ri i travgruppen bør du kunne ri "lett" når hesten traver. Skrittgruppen er for de mest uerfarne, eller for de som ønsker en roligere tur over fjellet.

Vi vil ri i skogsterreng store deler av denne turen. Etter en stund kommer vi til Lauvsjø og vi er da i Gol kommune. De tre raskeste gruppene vil da ri på en fin kjerrevei og videre ut i terrenget. Gruppene samles på Ørterhøgda, og da ligger Oset rett under oss. Det er flott utsikt mot Jotunheimen. Gruppene rir samlet ned til Oset. Skrittgruppen rir fra Lauvsjø, og rundt Auenhaugen, langs en brei kjerrevei ned til Oset.

Når hesten er salet av og utstyret levert på anvist plass, slapper vi av med litt snacks og nachos før middagen serveres som buffet kl 19.00. Den vil stå fremme frem til ca klokken 20.30.

TIRSDAG:

Idag er det aktivitetsdag/hviledag. Du kan benytte deg av hotellets fasiliteter og være med å kjøre ATV kl. 10.00. Det blir grilling til lunch kl. 13.00. Etter lunch kl. 14.00 blir det arrangert "Rytterens time" med rideinstruksjon for de som ønsker å lære mer grunnleggende ridning. Koldtbord om kvelden kl. 19.00.

ONSDAG:

I dag er det fremmøte i beitet klokken 10.00. Vi deler oss i fire grupper før vi rir ut, men rir samlet til vi har passert demningen ved Tisleia. I dag skal vi ri langs fine stier med lite stein, men enkelte steder kan det være litt bløtt. Dette er den lengste turen i løpet av uken. Etter en stund ridning vil vi ha en pause slik at du kan strekke litt på beina. Du vil da være i Vestre Slidre kommune i Oppland fylke.

Etter den lille pausen rir vi gjennom Gauklia og videre til Brattåsen. På begge stedene er det fortsatt støler i drift om sommeren. Området mellom Gauklia og Brattåsen kan være myrete og bløtt. Her rir vi langs veien i stedet.

Når vi er kommet opp på Brattåsen (det er ikke bratt, trass navnet kan tyde på det) kan du se deler av turen vi red på tirsdag. Foran deg vil du se Jotunheimen med sine snødekte fjelltopper. Her raster vi i ca 1,5 time før vi rir i fire grupper til Gømobu.

Skrittgruppen tar en litt kortere rute, og er som regel først inn til Gomobu. De tre andre gruppene rir til Synet, som ligger 1137 m.o.h. Herifra kan du se ut over hele Valdres, samt Øystre Slidre, Beitostølen, Vang, Strandafjorden, Vestre Slidre, Fagernes og Nord-Aurdal. Terrenget videre vil bli det samme som før rasten. Vi er inne i god tid før middag på Gomobu, som er buffet med diverse hjemmelagde retter.

TORS DAG:

I dag rir vi en dagstur ut fra Gomobu, som går til Bjørnhovd og Grønsennknipa. Vi vil dele oss opp i fire grupper før vi rir ut av beitet. Hestene skal få vasse langs Rundtjern, etterfulgt av en liten pause hvor du kan se inn til rasteplassen under Bjørnhovd. Til venstre ligger Grønsennknipa og Svenesknipa, og til høyre ser du Vasetvann med Ålfjell i bakgrunnen.

Etter pausen krysser vi Panoramaveien og rir en stund til før vi er inne på rasten. Etter rasten deler vi oss i fire grupper. Den ene gruppa rir sammen med en leder opp på Grønsennknipa, 1368 m.o.h. og de tre andre gruppene (skritt, trav eller galopp) rir samme veg tilbake til Gomobu.

Er været fint, er en tur opp på Grønsennknipa absolutt å anbefale. Herifra kan du se utover mot Syndin, Vang, Jotunheimen, Skogshorn, Kjølen og store deler av Valdres. Til middag er det koldtbord med bl.a. tradisjonskost fra Valdres.

FREDAG:

Idag går turen tilbake til Lykkja. Vi deles i fire grupper før vi rir ut fra beitet, og turen frem til rasten går gjennom et lett og fint terreng. Skrittgruppa rir første halvdel av turen på samme stien som i går, men i dag skal vi opp på Langeberget. Deretter vil vi snart nå Storehaug, hvor man kan se ut over Flyvann og Grunke, der Margit Sandemo satt og skrev "Sagaen om isfolket". Vannet til høyre kalles Rennsenne vann.

I dag rir de tre raskeste gruppene fra Gomobu mot Valtjern. Terrenget er lett og fint for trav og galopp. Vi tar en pause på Gullberghøgda, og har da den samme utsikten som skrittgruppa.

Etter rasten rir i samlet gruppe, og en del langs "Panoramaveien". Vi skal passere demningen ved Flya og du må da huske på å ri godt ut på den høyre siden av veien.

Når vi er kommet tilbake til hestesenteret, skal utstyret leveres inn. Sal og pledd børstes av, stigbøylene spennes opp og utstyret legges riktig sammen før det leveres inn til en av lederne. Annet utstyr du har lånt eller leid børstes også av før det leveres inn.

Vi håper du har hatt en trivelig uke her hos oss, og at du har knyttet nye kontakter. Vi ønsker deg velkommen tilbake til ny ridetur i Hemsedalsfjellet ved en senere anledning!

