

# future factory

2.0

## **BAS-UTBUD Future Factory 2011-12**

**Innefattar ca 20-talet träffar som är obligatoriska!**

### **Träning**

Vid minst tre tillfällen för inom organisationen utsedd auktoriserad tränare.

1. Nulägesanalys, kapacitetsprofil och "hemläxa"
2. Uppföljning av hemläxa
3. Avstämning inför fortsättningen.

Den uppsuttna träningen har inte som avsikt att ersätta ordinarie tränare, utan skall ses som ett komplement.

### **Teori**

#### **Träningslära**

Göra kapacitetsprofil, träningsupplägg, tävlingsplan, och lära sig formtoppa.

#### **Ryttare,**

SOK:s fysprofil för ryttare och egen träningsplan, mental träning, kost och hälsa, coaching, mediaträning och sponsorkunskap.

#### **Hästhållning**

Hållbarhet, prestation, exteriör, foderlära, förebyggande sjukdomslära, sjukdomslära och hovslageri, Hästföretagande, Stallmiljö, Avpassning av mundering

#### **Vidare..**

Tävlings Reglementet, Svenska Ridsport Förbundet, vår organisation och våra värdegrunder i "Ridsporten vill" Banbyggnad, Programridning

**Som bonus kan eventuellt några av följande träffar bli av..**

**Scandinavium, heldag backstage.**

**Falsterbo Horse Show**

**Ridskolan Strömsholm**

**Flyinge besök**

**Kontakt med Hästägare-Uppfödare för eventuellt framtida samarbete.**

**Clinic med känd profilryttare**