



Hej alla ryttare, föräldrar och hästvänner,

Terminen är i full gång och den nya styrelsen för CSRK har satt igång sitt arbete. Det är otroligt kul att intresset att vara med och bidra CSRKs verksamhet är så stort. Styrelsen har fått fyra nya medlemmar som presenteras närmare lite längre ner. Vi har haft den första Compass Trophy och CSRKs lag i ponnycupen fortsätter att ta poäng. Arbetet med vårens lokala och regional hopptävlingar Hopp mot Cancer Challenge är också i gång. På lördag den 14 mars genomförs vår första träningstävling i dressyr.

### **Fler tävlingar till förmån för Ung Cancer**

Efter förra årets succé med tävlingen Hopp mot Cancer höjer vi ambitionsnivån och kommer att genomföra fyra lokala ponnytävlingar inom ramen för Hopp mot Cancer Challenge och som förra året blir den en regional hopptävling för häst. Första HMCC är den 18 april och den stora tävlingshelgen blir 9 – 10 maj då vi har ponnytävling på lördagen och hästtävlingen på söndagen. Just nu pågår arbetet med att rekrytera sponsorer. Vill du eller ditt företag vara med och hjälpa till hör gärna av er till [maria.sundin@stallcompass.se](mailto:maria.sundin@stallcompass.se) eller [asaragnar@gmail.com](mailto:asaragnar@gmail.com).

Tävlingar genomförs precis som förra året till förmån för organisationen Ung Cancer. Mer information om tävlingarna kommer att finnas på [www.csrk.se](http://www.csrk.se)

### **Under våren kommer våra värderingar att tydliggöras**

Under hösten har styrelsen, valberedningen och driftsbolaget arbetat vidare med CSRKs vision och värderingar. Att ha en fin gemenskap i stallet där vi tar hand om varandra och våra fyrbenta vänner är ett av föreningens viktigaste mål. Vi vill ha ett stall och en ridskola där alla trivs och är välkomna. Vi kommer därför på olika sätt att jobba med att stärka gemenskapen. En del i det är att vi formulerat våra ledstjärnor:

- Jag är hjälpsam och stöttar andra.
- Jag tar ansvar för mig själv, min häst samt min och hästens utrustning.
- Jag tar mig an utmaningar med ett glatt humör och låter motgångar sporra mig.
- Jag visar respekt för människor, hästar och stallets miljö och sätter säkerheten först.
- Jag tänker alltid på att stallet är hästarnas hem och uppträder därefter.

På hemsidan kommer vi snart att publicera verksamhetsplanen och de mål vi satt upp för det närmaste året.



## Säkerheten först

När man håller på med hästar är det några saker som är extra viktiga att komma ihåg. För det första är hästar flykt- och flockdjur, det betyder att om något verkar farligt tar de helst det säkra före det osäkra och flyr. Ser de en kompis springa iväg så gör de ofta samma sak – att en flyr betyder ju att det finns något farligt i närheten. Det är därför viktigt att alltid vara tydlig och trygg med en häst. Är du lugn blir de lugna. Hästar är inte så smarta, de kollar inte på dig och tänker "äh, du väger ju bara 40 kg, du kan inte försvara mig" utan känns du trygg litar de på dig. När du håller på med hästar ska du försöka att vara lugn, prata med lugn röst och inte stressa när du gör i ordning din häst eller ponny. Därför är det viktigt att komma i tid till lektionen. Det är också bra att alltid använda hjälm i hanteringen av hästar.

Tänk också på att stänga boxdörren efter dig, även om du bara går ut för att hämta något. Satt fast hästen i boxen eller utanför och lämna aldrig en häst lös i boxen med sadeln på, lägger den sig ner med sadeln kan den göra illa sig och ha sönder sadeln. Se också till att hålla stallgången fri från saker och sopa alltid efter dig och din häst.

Under våren kommer USEK anordna sin populära kurs Hästis för vuxna. Det är ett bra tillfälle för dig som har barn som rider att bättre förstå hur hästen fungerar. Tveka heller inte att be någon i stallet att hjälpa till om du känner dig osäker.

## USEK

Vårterminen är i full gång och Ungdomssektionen har fått i uppdrag att göra i ordning cafeterian för att det ska bli en naturlig samlingsplats för alla elever.

För att det ska bli ännu mysigare vill vi få upp fler hästbilder i cafeterian! Titta igenom era fotoalbum och kom med bild och ram, så sätter vi upp bilderna på väggarna.

Vill även påminna om tårttävlingen, det har kommit upp listor i stallet där ni kryssar i grupp och vecka för att anmäla er avramling. Vi ses i stallet!  
Ungdomssektionen

## Nytt från hagen

Vi har en ny häst som kallas för Biran. Våra nya ponnyer som kom innan jul Barry och Majsan går nu fullt ut i verksamheten. Jack som blev halt innan jul är tyvärr fortfarande dålig och det kommer att dröja innan han kan gå med på lektion igen.

Nu går det också att boka sin favorithäst för någon eller några veckor i sommar. Gå in på [www.csrk.se](http://www.csrk.se) och gör din intresseanmälan.



## CSRKs styrelse 2015

På årsmötet den 1 februari valdes fyra nya ledamöter in i styrelsen. Maria Lagerkvist, Sara Sjögren, Jan Erik Szabo och Lotta Eldberg. En närmare presentation av den nya styrelsen och våra olika arbetsuppgifter kommer inom kort på hemsidan och i stallet. Pia Walter kvarstår som ordförande, Åsa Ragnar som vice ordförande, Hanna Lindeblad som sekreterare och Lena Lundin fortsätter som ordinarie ledamot. Jonna Lundin ingår i styrelsen på USEKs mandat och fortsätter som USEKs ordförande. Valberedningen fick en ny medlem i Erik Horneman.

Pia Walter Ordförande [pia.k.walter@gmail.com](mailto:pia.k.walter@gmail.com)

Åsa Ragnar Vice Ordförande [asaragnar@gmail.com](mailto:asaragnar@gmail.com)

Maria Lagerqvist Kassör [famlagerqvist@yahoo.se](mailto:famlagerqvist@yahoo.se)

Hanna Lindeblad Sekreterare [hlindeblad@me.com](mailto:hlindeblad@me.com)

Lena Lundin Ledamot [lena@kryddan.se](mailto:lena@kryddan.se)

Sara Sjögren Suppleant [sarasalt@gmail.com](mailto:sarasalt@gmail.com)

Jan Erik Szabo Suppleant [Szabo72@bredband.net](mailto:Szabo72@bredband.net)

Lotta Eldberg Suppleant [charlotte@eldberg.com](mailto:charlotte@eldberg.com)

Jonna Lundin USEK Suppleant och ordf USEK [jonna.lundin@hotmail.com](mailto:jonna.lundin@hotmail.com)

### *Valberedningen 2015:*

Josefine Rejler Valberedning Ordf [josefine.rejler@telia.com](mailto:josefine.rejler@telia.com)

Erik Horneman Valberedning [Horneman@yahoo.com](mailto:Horneman@yahoo.com)

Hör gärna av er till någon av oss i styrelsen om du har idéer eller vill hjälpa till. Vi ser fram emot en fortsatt trevlig termin!

Glada hälsningar,

Styrelsen i CSRK