



DEFINISJON INSTRUKSJON – HJELP - ONLINE-TRENING

Instruksjon:

Med instruksjon/trening menes at en rytter mottar trening fra en trener godkjent av Styret i Åsane rideklubb, og betaler for dette. Treningen gjennomføres i hht treningskalender og legges ut på FB gruppen senest dagen før.

Hjelp:

Med hjelp menes at en hesteeier eller annen kyndig person kan hjelpe en rytter, sporadisk (ikke fast eller ukentlig).

Denne hjelpen skal ikke være et alternativ for annen fast instruksjon fra en av klubbens egne faste trenere, på anlegget.

Hjelpen må foregå uten og sjenere annen trening, og må ikke foregå på samme tidspunkt som annen godkjent trening med andre faste trenere i klubben. Man skal heller ikke ta betaling/fakturere for denne hjelpen. Hjelpen bør legges i egentreningstid eventuelt i den faste trenerens faste treningstid (i hht treningskalender) om denne er på ferie/syk ol.

Retningslinjer for online trening i ÅRK

Dersom klubbens egne trenere ønsker å ri online trening med ekstern trener gjelder ikke krav om å trene regelmessig for en av klubbens faste trenere. I slike tilfeller oppfordres det til å ri i egen treningstid, ref gjeldende treningskalender.

Online trening med klubbens egne trenere skal som hovedregel skje i trenerens egen treningstid, ref gjeldende treningskalender. Man trenger ikke søke om dette til sportslig gruppe.

Online trening med trener som ikke er tilknyttet ÅRK Det åpnes for online treninger i en overgangsperiode inntil vi har en ny fast dressurtrener på plass, perioden gjelder i første omgang frem til 4. januar 2023. Ryttere som nå står uten fast trener kan, i denne perioden, ri på inntil to online-timer per uke i fast oppsatte tider (blå felter merket online). Dersom man benytter seg av faste online treningstider, trenger man ikke søke SU, men må varsle treningen minst to dager i forveien på Treningstider ÅRK (facebook). Her må man skrive hvem man skal trene for og tidspunkt. Treningen kan vare fra 30-45 min. Skal du ri utenfor oppsatt tid, må du søke med begrunnelse til sportslig utvalg.

Revidert des. 2022