

# KURSPLAN

Kurs: Monté 2

Utbildningsområde: Travsport

## Förkunskaper

Kursen kräver att deltagaren ska ha god ridvana och god kännedom om hästens vardagliga skötsel. Deltagaren skall ha kunskaper inom montésporten motsvarande Monté 1. Deltagaren ska vara 15 år eller äldre.

## Kursmål

Kursen omfattar punkterna 1, 5, 6, och 11-14 som beskrivs i utbildningsområdet.

## Omfattning

Kursen skall genomföras på minst 8 tillfällen á 2 timmar eller motsvarande totala kurstid.

## Centralt innehåll

Montéhästens och ryttarens utrustning  
Regler på tävlingsbanan och för montésporten  
Träningsfysiologi  
Montéhästens träningsmetoder  
Tempobedömning och tidtagning  
Ridteknik  
Tävlingsdagen

## Kunskapskrav

Efter genomgången kurs ska deltagaren känna till:

- Montéhästens utrustning samt anpassning av den
- Ryttarens utrustning
- Vilka regler som gäller på tävlingsbanan samt specifika regler för montésporten
- Hur träning påverkar hästens kropp
- Olika träningsmetoder för montéhästen samt skadeförebyggande åtgärder
- Principen för tidtagning samt bedömning av tempo
- Vikten av god fysik för ryttaren
- Olika ridtekniker
- Hur en tävlingsdag fungerar