

Kontakta oss: Karlstads Ridklubb
Telefon: 054-224 42 80
Epost: ridskolan@krk.se
Adress: Bråtebäcken 210,656 39 Karlstad
Hemsida: www.krk.se



Ridhus



Uppsittningsramp



Tillgänglighetsanpassad Cafeteria



Uppsittningslift



Tillgänglighetsanpassad toalett



Ridhus ses från cafeterian



Hiss

**Välkommen till ridning för ryttare med
rörelse-, syn-, hörselnedsättning och
intellektuell funktionsnedsättning**



Ridning är mer än bara ett nöje!

30 minuters skritt på hästryggen motsvarar en 30 minuter lång promenad. Vid ridning överförs hästens rörelsemönster i skritt till ryttaren och stimulerar ett normalt gångmönster.



Ridning ger:

- ✓ Förbättrad balans
- ✓ Förbättrad gångförmåga
- ✓ Minskad smärta
- ✓ Kroppskänedom
- ✓ Normaliserar muskelspänning – minskar spasticitet
- ✓ Medveten närvaro och avslappning
- ✓ Rörelseglädje
- ✓ Konditionsträning
- ✓ Ökad livskvalitet
- ✓ Kommunikationsförmåga
- ✓ Social kontakt
- ✓ Stärkt självkänsla

För oss på Karlstad Ridklubb är det viktigt att kunna erbjuda ridning för så många som möjligt, oavsett nedsättning. Vi har en taklyft för upp- och nedsittning, lugna och trygga hästar samt ridlärare med lång erfarenhet.

Vi erbjuder privatlektioner under vardagar och rehabiliteringsridning i grupp på söndag eftermiddagar. Vi har även samarbete med Barn- och Ungdomshabiliteringen.

För prisuppgifter och mer information om hur ett upplägg skulle kunna se ut, kontakta Anki Winberg på 054-224 42 80 eller maila till ridskolan@krk.se.

