

# Lektionsplaneringar Ellen

## Tisdagar

Vecka	16:45	17:30
35	Uppstart	
36	Lodrät sits	Lodrät sits
37	Styrövning	Bommar
38	Ridvägar	Hoppning
39	Lätt sits	Serpentinbågar
40	Lätt sits	Volter
41	Balans	Bommar
42	Halter	Hoppning
43	Repetition	Övergångar
44	Teorivecka, se hemsidan för mer info	Teorivecka, se hemsidan för mer info
45	Lodrät sits – Lätt sits	Övergångar/Tempoväxlingar
46	Bommar	Bommar
47	Bommar	Hoppning
48	Takt och tempo	Sidförande skänkel
49	Volter	Sidförande skänkel
50	Repetition	Bommar
51	Lekar	Önskegång

Med reservation för ändringar. Ser fram emot en rolig och lärorik termin!

/Ellen

## Onsdagar

Vecka	16:30	18:15	19:15	20:30
36	Lodrät sits	Sitsträning	Ställning/böjning	Sitsträning
37	Forts. lodrät sits	Lodrät sits	Böjda spår	Lodrät sits
38	Bom	Bom	Bom	Lätt sits
39	Hopp	Hopp	Hopp	Lätt sits
40	Serpentiner	Serpentiner	Sitsträning	Ridvägar
41	Volter	Volter	Lodrät sits	Serpentiner
42	Bom	Bom	Bom	Bom
43	Hopp	Hopp	Hopp	Bom
44	Teorivecka, se hemsidan för mer info	Teorivecka, se hemsidan för mer info	Teorivecka, se hemsidan för mer info	Teorivecka, se hemsidan för mer info
45	Övergångar/ Tempoväxlingar	Sidvärtsrörelser	Övergångar	Repetition
46	Bommar	Sidvärtsrörelser	Tempoväxlingar	Halter
47	Hoppning	Bom	Bom	Bom
48	Sidförande	Hoppning	Hoppning	Bom
49	Sidförande	Övergångar	Sidvärtsrörelser	Övergångar
50	Bommar	Tempoväxlingar	Sidvärtsrörelser	Övergångar
51	Önskegång	Kadrilj?	Kadrilj	Repetition

Med reservation för ändringar. Ser fram emot en rolig och lärorik termin!

/Ellen

## Lördagar

Vecka	9:30	10:30	11:15	12:15
36	Hopp	Hopp	Hopp	Hopp
37	Sitsträning	Sitsträning	Sitsträning	Sitsträning
38	Lodrät sits	Lodrät sits	Lodrät sits	Lodrät sits
39	Bom	Bom	Bom	Bom
40	Hopp	Hopp	Hopp	Hopp
41	Övergångar	Övergångar	Övergångar	Övergångar
42	Galoppfattningar	Övergångar	Galoppfattningar	Galoppfattningar
43	Bom	Bom	Bom	Bom
44	Teorivecka, se hemsidan för mer info	Teorivecka, se hemsidan för mer info	Teorivecka, se hemsidan för mer info	Teorivecka, se hemsidan för mer info
45	Hopp	Hopp	Hopp	Hopp
46	Sidförande skänkel	Takt & tempo	Sidvårtsrörelser	Sidförande skänkel
47	Sidförande skänkel	Balans	Sidvårtsrörelser	Sidförande skänkel
48	Bom	Bom	Bom	Bom
49	Hopp	Hopp	Hopp	Hopp
50	Böjda spår	Volter	Böjda spår	Volter
51	Önskegång	Önskegång	Önskegång	Önskegång
52	Bom	Bom	Bom	Bom

Med reservation för ändringar. Ser fram emot en rolig och lärorik termin!

/Ellen