

## Tidsplan och aktiviteter: Våren 2008

- Lördagen den 8/3                      Tid: 15.00-16.30  
Plats: Cafeterian på Janneberg  
Aktivitet: Informationsträff och projektstart ”Allt och alla tillsammans” (*Ett kontrakt skrivs*)
- Fredagen den 14/3                      Tid: 16.30-21.00  
Plats: Boda Borg i Karlskrona (*ligger vid Arena Rosenberg*)  
(*samling i Karlskrona – samåkning dit*)  
Aktivitet: Gemensamma aktiviteter ”teambuilding”
- Fredagen den 11/4                      Tid: 15.00-20.00  
Plats: Stora ridhuset på Janneberg + cafeterian  
Aktivitet: Hoppträning för Emma Odervall med utvecklingssamtal i första hand för alla med hoppinriktning
- Måndagen den 21/4                      Tid: 18.00-20.00  
Plats: Cafeterian på Janneberg  
Annika Knutsson föreläser om kost. Vad äter vi, varför och hur påverkar det vår prestation mm. Kostdagbok inleds. (Del 1)
- Fredagen den 25/4                      Tid: 15.00-20.00  
Plats: Stora ridhuset på Janneberg + cafeterian  
Aktivitet: Dressyrträning för Per och Helen Waaler med utvecklingssamtal i första hand för alla med dressyrinriktning
- Fredagen den 2/5                        Tid: 15.00-20.00  
Plats: Stora ridhuset på Janneberg + cafeterian  
Aktivitet: Hoppträning för Emma Odervall med utvecklingssamtal i första hand för alla med hoppinriktning
- Måndagen den 19/5                      Tid: 18.00-20.30  
Plats: Cafeterian på Janneberg  
Annika Knutsson fortsätter serien om kost i teori och praktik. Kostdagbok fortsättning (Del 2)
- Fredagen den 23/5                      Tid: 15.00-20.00  
Plats: Stora ridhuset på Janneberg + cafeterian  
Aktivitet: Dressyrträning för Per och Helen Waaler med utvecklingssamtal i första hand för alla med dressyrinriktning
- Fredagen den 30/5                      Tid: 15.00-20.00  
Plats: Stora ridhuset på Janneberg + cafeterian  
Aktivitet: Ridning för hästskötare med tonvikt på tempo, balans och ryttarens sits.  
Aktivitet: Ridning för föräldrarna med syfte att ”prova på”

Utvärdering av vårens projekt dagar

