

**De basistraining uitvoeren & een trainingsschema maken.**

**Wat is nu eigenlijk een basistraining?**

Een basistraining is in feite een training die alle dieren zouden moeten uitvoeren om een goede conditie op te bouwen en te behouden. Daarnaast zijn er nog allerlei trainingen die je een dier kunt geven om zich op een onderdeel of op meerdere onderdelen te kunnen verbeteren. Dit kan voor een springpaard een aangepaste training zijn, maar ook voor een dier die net ziek is geweest of een kwetsuur heeft gehad.

Om er nu achter te komen wat een basistraining is, vraag je dit op jouw bedrijf na, want het kan op elk bedrijf verschillend zijn. Daarna volg je de instructies over een basistraining en probeert dit daarna zo goed mogelijk uit te voeren.

Mocht het bedrijf geen echte basistraining te geven, dan kun je dit op het internet zoeken. Voeg dit daarna bij deze opdracht zodat je het als bewijsstuk kunt laten zien.

**

**Een trainingsschema.**

Nu je dit hebt uitgevoerd, probeer je een trainingsschema te maken voor het paard dat je mocht gebruiken voor jouw oefening. Maak dit schema zodanig dat je er 10 lessen van 1 klokuur mee kunt vullen.

Maak het schema op een apart formulier en vul dit zo volledig mogelijk in. Laat het daarna beoordelen door jouw leidinggevende.

Als jouw leidinggevende het trainingsschema heeft goedgekeurd, zou je ook kunnenvragen of je het mag gaan uitvoeren met een paard die op het bedrijf op stal staat. Als dit niet mag omdat er een vast trainingsprogramma is, is dit ook niet zo erg omdat niet altijd alles mogelijk is.

1. Waar diende je allemaal rekening mee te houden bij het maken van een trainingsschema?

………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………

1. Hoe is een goede tijdsindeling tot stand gekomen?

………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………