

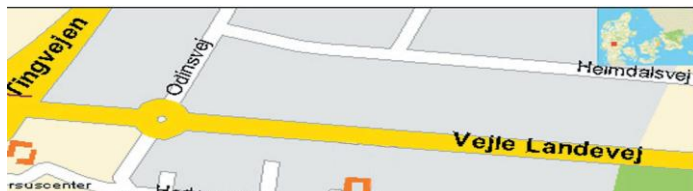
Læs mere om handicapridning og om rideklubben på www.grrk.dk

I GRRK LÆGGER VI VÆGT PÅ:

- At her er plads til både alvor og sjov.
- At du får et ride- og træningsmæssigt udbytte.
- At vi har et godt socialt samvær.

VI KAN BLANDT ANDET TILBYDE FØLGENDE:

- Gode, solide, rolige heste/ ponyer der er vant til handicapridning.
- Kvalificerede hjælpere på jorden eller som bagrytter.
- Hjælpemidler til ridning, som er tilpasset den enkeltes rytters behov.
- Dejlig natur med ridestier i afvekslende terræn.
- Udendørsbaner
- Stor, lys hal 20x70 m
- Lette adgangsforhold for kørestolsbrugere og gangbesværede.
- Gode parkeringsforhold.
- Mange års erfaring med ridefysioterapi
- Nyere handicapfaciliteter bl.a..
- Toiletter med bruser.
- Opstigningsrampe og lift.
- Stort areal ved rampen, hvor ridehallen let kan overskues



Ferie:

Handikapridning holder altid ferie i hele juli måned samt mellem jul og nytår. Afdelingen har også lukket på helligdage og weekender og følger udover sommerferien, samme ferier som skolen.

Ridefysioterapi & Handicapridning



Grindsted rideklub
Hedemarken 28
7200 Grindsted
www.grrk.dk

RIDE-FYSIOTERAPI

Ride-fysioterapi er fysioterapi til hest.

Her er hesten terapeuten.

Ingen fysioterapeut kan give mere balancetræning end hesten.



Gennem hestens bevægelser (og dine egne) kan du opnå:

- Større balance
- Afspænde muskler
- Forbedring af gangmønstre og koordination
- Større posturalkontrol (hoved og kropskontrol)
- Udspænding af forkortede muskler
- Generel styrkelse af kroppens muskler
- Forbedret sansemotorik
- Øget psykisk velvære

Du får rideøvelser tilpasset dit behov og handicap samt gymnastik- og fysioterapiøvelser, der øger den virkning, hesten har på dig.

Inden du kommer til hesten vurderer vi dit behov for hjælpemidler, hjælpere og hvilken hest, der bedst passer til dig og dit handicap. Herefter starter vi stille og roligt, så du bliver tryk ved situationen. Alt efter dit tempo.



HVEM KAN FÅ RIDEFYSIOTERAPI?

Børn og voksne, som får vederlagsfri fysioterapi, kan af sygeforsikringen få ridefysioterapi (det vil sige gratis) 1 time om ugen.

Dette gælder for eksempel spastisk lammede, personer med sklerose og personer med psykiske og fysiske handicaps som følge af medfødte eller arvelige handicaps.

Desuden kan personer med lidelser som f.eks. muskelsvind, paraplegi, cystisk fibrose, handicaps efter polio eller ulykkestilfælde, amputationer samt forskellige andre handicaps og kroniske lidelser få tilskud til ridefysioterapien fra sygesikringen.

Blinde og svagtseende, autister, ADHD og downsyndrom kan også få tilskud til ridefysioterapien.

Ridefysioterapi kræver altid en lægeerklæring!

HANDICAPRIDNING

Har du ikke mulighed for at få ridefysioterapi, er der i Grrk oprettet hold; bl.a. for bofællesskaber og for sent udviklede unge; som forgår mod egenbetaling.

Der er tale om mindre, lukkede hold, hvor der er hjælpere tilstede, som kan hjælpe dig i den udstrækning, der er behov for det.

BETALING

Betaling for handicapridning sker månedsvis forud. Afbud skal meddeles senest kl. 18.00 dagen før.

HVILKEN GAVNLIG EFFEKT HAR RIDNING?

Ridning er en sjov motion, som træner mange muskelgrupper, samtidig med at det giver mange gode oplevelser.

Det giver øget livsglæde at færdes i naturen og større selvtillid at få samspillet mellem dyr og mennesker til at lykkes.



RIDNING ER EN GOD SPORT FOR HANDICAPPEDE

Selve ridningen foregår på hold med få deltager under sikre og betrykkende forhold.

F.eks. er der ofte en hjælper som trækker hesten eller en bagrytter, som støtter, hvis rytteren ikke selv kan holde balancen på hesteryggen.

KONTAKTPERSONER

Kontaktperson for ridefysioterapi og handicapridningen kan findes på opslagstavlerne eller på hjemmesiden

www.grrk.dk