

## Träning på flaggan "Kalv-i-Lina" den: 9/10

Kalv-i-Lina behöver lite motion. Så här kan hon ju inte ligga och vila sig jämt! Så NU är det dags att damma av vår lilla fina "kossa" som inte direkt blivit utsliten den senaste tiden.... och träna lite, ha lite kul ihop med våra hästar och såklart FIKA ihop, för det var alldeles för länge sedan!



**När?** 9/10 kl. 10.00 – tills vi krokmar...

**Var?** Ridhuset hos Stefan Sjögren i Hestra.

**Hur?** Vi hjälps åt med att sätta upp flaggan och tränar tillsammans. Öppen för alla oavsett kunskapsnivå och erfarenhet. Vi hjälps åt med att FIKA och coacha varandra.

**Varför?** För att det är så himla kul att träna på flagga! Och en nyttig förberedelse för både häst och ryttare innan man tränar på riktiga kor! Och för att ha en anledning att träffas och FIKA!

**Medtag:** Häst, om du vill, annars blir det svettigt att springa själv. Vattenhink och hö till pållen och FIKA till dig själv!

**Kostnad:** 50kr för medlemmar i HCWR. Det finns ett begränsat antal boxar, så först till kvarn gäller här. De kostar 100 kr.

**Anmälan:** anmäl dig till [styrelse@hcwr.se](mailto:styrelse@hcwr.se) senast den: 3/10!

Riktigt välkomna ska ni vara denna dag både folk och få!

