



# KURSSIT JA LEIRIT 2019

## TALVI, KEVÄT & KESÄ

Nyt leiri- ja kurssiohjelmamme on julkaistu!

Järjestämme leirejä ja kursseja tulevana vuonna lapsille, nuorille ja aikuisille. Valikoimasta löytyy myös pitkästä aikaa perheleiri ja muutama uusi viikonloppuleiri. Leirimme maksimiosallistujamäärä on 4-6 henkilöä, joten ohjaus on aina yksilöllistä.

Tervetuloa mukaan nauttimaan tunnelmallisesta yhdessäolosta Hepovaaraan!

## TALVI

### LAPSILLE JA NUORILLE

HIRNUVA HIIHTOLOMA, MA-KE 18.-  
20.2.2019 vko 8

Hepovaaran hiihtolomaleiri sisältää ratsastuksen ja hevostaitojen lisäksi mm. rekiajelua, hiihtoratsastusta tai pulkkailua ja muuta hauskaa talvitouhua sään salliessa. Leirin aikana ratsastetaan sekä kentällä että maastossa. Leiri on suunnattu ensisijaisesti jo perustaidot omaaville ratsastajille (ratsastukset tasoryhmissä). Hinta sisältää ohjelman lisäksi ruokailut ja majoituksen.

Hinta: 250 €



*Suomalaista talvitunnelmaa*

HIRNUVA HIIHTOLOMA, MA-KE 4.-6.3.2019 vko 10

Hepovaaran hiihtolomaleiri sisältää ratsastuksen ja hevostaitojen lisäksi mm. rekiajelua, hiihtoratsastusta tai pulkkailua ja muuta hauskaa talvitouhua sään salliessa. Leirin aikana ratsastetaan sekä kentällä että maastossa. Leiri on suunnattu ensisijaisesti jo perustaidot omaaville ratsastajille (ratsastukset tasoryhmissä). Hinta sisältää ohjelman lisäksi ruokailut ja majoituksen.

Hinta: 250 €



## KEVÄT

### NUORILLE JA AIKUISILLE

#### YÖKYLÄSSÄ TALLILLA 24H, PE-LA 1.-2.3.2019

Sopii sinulle nuori tai aikuinen, joka haluat kokeilla, millaista on tallin arjessa eläminen etkä pelkää käsiesi likaamista. ☺ Noin vuorokauden mittainen loma, jossa pääset osallistumaan tilan perustoimiin yhdessä henkilökunnan opastuksella. Touhuihin kuuluu kaikki aidan korjauksesta, tarhojen putsauksesta eläinten hellimiseen ja hevosten liikuttamiseen niin halutessasi, puhumattakaan maailman parantamisesta loistavassa seurassa. ☺ Illalla saa rentoutua saunan lämmössä.

Loma sisältää tallitouhujen lisäksi parin tunnin maastoretken tai reilun mittaisen tunnin kentällä ja HeLMi-hetken. Enimmäisosallistujamäärä 6 henkilöä. Leirillä ryhmämajoitus leirimökin tuvassa ja kammarissa. Halutessasi voit valita lisämaksusta esimerkiksi energiahoidon tai käsihoidon.

Hinta 120 € sis. aamu- ja iltapala sekä lounas TAI Hintaa 100 € omin eväin



*”Vieläkin lämmöllä mietin sitä rauhaa ja luonnon sekä hevosten läsnäoloa, jota en ehkä ennen ole tavoittanut samalla tavalla.” -Maria, Vaellusleiriläinen*



Läsnäolon hetki

Kuva: Zensitive group

#### TEHOTUJAUS, PE-SU 17.-19.5.2019

Viikonlopun mittainen irtiotto arjesta hevostellen nuorille ja aikuisille. Viikonloppu sisältää ratsastusta kentällä ja maastoretkiä. Huomioimme tunneilla sekä hevosen että ratsastajan biomekaniikkaa. Keskitymme mm. istunnan vaikutukseen ja hevosystävälliseen tehokkaaseen apujen käyttöön. Käymme asioita läpi myös teoriassa ja kuivaharjoitteina asiakkaiden tarpeiden ja toiveiden mukaan. Keskimäärin 2h ratsastusta per päivä pienryhmissä.

Leirillä ryhmämajoitus leirimökin tuvassa ja kammarissa. Aloitus perjantaina klo 17, lopetus sunnuntaina n. klo 15. Enimmäisosallistujamäärä 4 henkilöä.

Hinta 300 € sis. ruokailut TAI Hintaa 270 € omin eväin



TAKAISIN SATULAAN, LA-SU 27.-28.4.2019

**PÄIVÄKURSSI!**

Oletko aiemmin harrastanut ratsastusta, mutta se on jostain syystä jäänyt? Kaipaako takaisin hevosten pariin? Vai ovatko hevoset sinulle täysin uusi juttu, johon haluaisit tutustua?

Tällä matalan kynnyksen kurssilla saat mahdollisuuden tutustua hevosteluun rauhassa omassa tahdissasi, olipa sinulla sitten vain vierähtänyt aikaa edellisestä kerrasta tai ehkä huonoja kokemuksia aiemmilta kerroilta.

Kurssin aikana jaamme kokemuksia, kohtaamme hevosia, käymme asioita läpi teoriassa ja teemme harjoituksia, joista on apua matkalla takaisin satulaan. Ja tietenkin tarjoamme mahdollisuuden nousta ratsaille kun aika on kypsä. Ratsastaminen ei ole toki pakollista. Pääasia on, että saat mukavan ja turvallisen kokemuksen ja saat olla täysin oma itsesi. Enimmäisosallistujamäärä 6 henkilöä.

Hinta 180 €

Halutessasi lounas lisähintaan 10 €/päivä tai omat eväät

Huom! Järjestämme myös pidempiä Takaisin satulaan –ryhmiä, joissa 4-8 tapaamiskertaa. Jos koet, että pidempi kurssi olisi sinulle sopivampi, kysy lisää Miralta!

## KESÄ

### LAPSILLE JA NUORILLE

SEKAMETELSOPPA, MA-PE 3.-7.6.2019

Leiri on tarkoitettu ensisijaisesti lapsille ja nuorille, joilla on jo ratsastuksen perusteet hallussa. Sekametelsoppa on perinteiseen Hepovaaran tapaan sekoitus monenlaista hevostelua maastakäsittelystä maastoiluun (ns. yleisleiri) rennosti nautiskellen ja uutta oppien.

Hinta 370 €

MAASTOMÖNKIJÄT, MA-TO 10.-13.6.2019

Kaikki askellajit taitaville lapsille ja nuorille tarkoitettu leiri, jossa tehdään erimittaisia ja -tasoisia maastoretkiä. Leirillä opetellaan hevostaitoja, hoidetaan hevosia kuin omia ja tutustutaan mm. maastossa mahdollisesti vastaantuleviin erikoistilanteisiin ja liikkumistapoihin. Lisäksi käydään asioita läpi teoriassa unohtamatta rentoutumista, herkuttelua ja kesästä nauttimista.

Hinta 340 €



HEVOSTELUA ALKEISTA, MA-KE 17.-19.6.2019

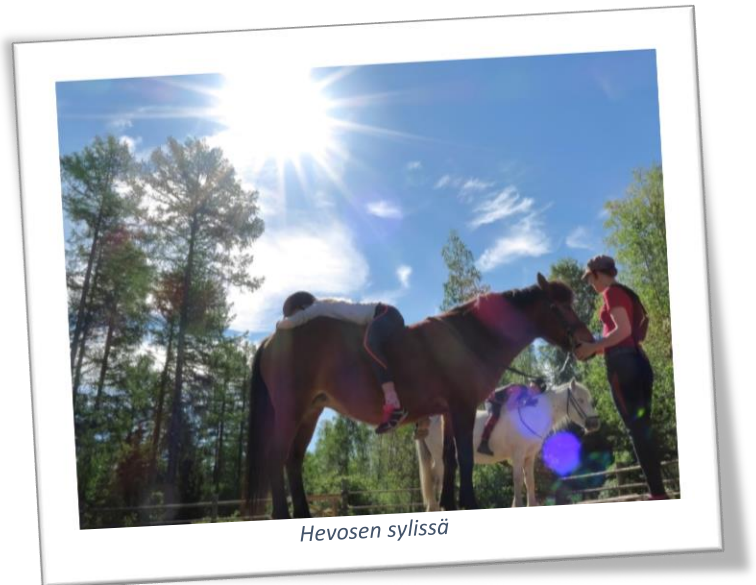
**PÄIVÄLEIRI!**

Alkeisleirillä opetellaan ratsastuksen ja hevosenhoidon perusteita ohjaajien avustuksella pienryhmissä. Leiri toteutetaan päiväleirinä. Päivien pituus voi vaihdella, mutta ohjelma on yleensä klo 9-17 välillä. Suunnattu ensisijaisesti lapsille, joilla on vähän tai ei ollenkaan kokemusta hevosista. Opettelemme alusta alkaen toimimaan tallilla hevosystävällisesti ja turvallisuusseikat huomioiden.

Hinta 300 €



Vaellus oli kyllä aivan ihana, ja hevosista oppi ihan eri tavalla kuin muutaman tunnin pyrähdykset normitunneilla, vaikka on sekin kyllä ihanaa "lomaa" arjen keskellä. —Heidi, vaellusleiriläinen



*Hevosen sylissä*

## **PERHEILLE**

PERHEEN PARISSA, MA-TI 1.-2.7.2019

Perheleirille ovat tervetulleita esim. äiti-lapsi parit. Leirillä touhutaan yhdessä ja erikseen. Ratsastetaan kentällä ja maastossa. Suorittaminen unohdetaan ja keskitytään nauttimaan yhdessä olemisesta ja tekemisestä niin hevosten kuin ihmistenkin kanssa.

Leirillä opettelemme mm. hevosten elekieltä, koemme mitä läsnäolo tarkoittaa hevosten kanssa toimittaessa ja mitä hyötyä siitä on. Leirillä ryhmämajoitus leirimökin tuvassa ja kammarissa.

Enimmäisosallistujamäärä 6 henkilöä tai 3 vanhempi-lapsi-paria.

Hinta 200 €/hlö tai 400 €/vanhempi+lapsi (ruokailuilla)

Hinta 170 €/hlö tai 340 €/vanhempi+lapsi (omin eväin)



## YLEISTÄ LEIREISTÄ

### HEPOVAARAN LEIRIT SISÄLTÄVÄT:

- Ratsastusta/ajoa pienryhmissä, maastakäsittelyä, teoriaa/harjoitteita ilman hevosia, toivetunnin, jonka aiheen leiriläiset päättävät itse
- Kaksi ateriaa päivässä, sekä aamu-, väli- ja iltapala, (erikoisruokavaliot huomioidaan), ruokailut leirimökissä tai maastossa. Päiväleirit sisältävät lounaan ja välipalan jollei muuta erikseen mainita.
- Majoitus vaatimattomassa leirimökissämme Mökkerössä, jossa sisä-WC, sauna, suihku. Uintimahdollisuus kesällä. Useimmille leireille on mahdollista osallistua myös päiväleirinä, jos ei halua yöpyä. Mikäli haluat tulla edellisiltana, yöpyminen lisämaksusta ja etukäteisvarauksella. Vaellus- ja maastoleirillä myös maasto- tai aittayöpyminen mahdollinen.
- Hevosten hoitoa ja niiden kanssa olemista (oma hoitohevonen) ja muuta puuhastelua kuten pelejä, leikkejä, hemmottelua, herkuttelua yms.
- Kesäleirit alkavat maanantaina klo 9. Mikäli haluat tulla edellisenä iltana, yöpyminen lisämaksusta 20e/yö. Kotiinlähtöaika riippuen leirin ohjelmasta (leirikirjeessä), yleensä noin klo 15. Tarvittaessa järjestämme kyydin Kiteen juna-asemalle.
- Ominaista kaikille leireillemme on, että toimimme ilman suorituspaineita, läsnäollen, hevosta ja asiakasta kuunnellen, ilman tiukkoja aikatauluja.



Lauma laiduntaa



## TIEDUSTELUT JA VARAUKSET

Leireistä ja niiden varaustilanteesta saat lisätietoa sähköpostitse tai puhelimitse [hepovaara@gmail.com](mailto:hepovaara@gmail.com), 050 4119466, (myös WhatsApp-viestit).

Lähetäthän seuraavat tiedot osoitteeseen [hepovaara@gmail.com](mailto:hepovaara@gmail.com), kun olet varannut paikkasi leiriltä:

- Mille leirille olet tulossa
- Nimi- ja yhteystiedot (osoite, puhelin, **sähköposti**), alle 18-vuotiailta huoltajan nimi yhteystietoineen
- Syntymäaika
- Erityisruokavaliot, allergiat, mahdolliset sairaudet ja lääkitykset
- Ratsastus- ja hevosenhoitokokemuksesi
- Haluatko saada meiltä markkinointipostia jatkossa sähköpostitse

Ilmoittautumistietoja käytetään vain leiriin liittyvässä tiedottamisessa ja asiakkaan turvallisuuden takaamiseksi leirillä. Tietoja ei luovuteta kolmansille osapuolille muutoin kuin esimerkiksi hätätilanteessa terveydenhoitohenkilöstölle. Tiedot säilytetään sähköisesti salasanalla suojattuna ja paperilla lukitussa tilassa, joihin on pääsy vain tallin henkilökunnalla.

## EDUT, MAKSAMINEN, VARAUS- JA PERUUTUSEHDOT

Hinta sisältää alv:n ja vastuuvakuutuksen, ratsastajilla tulee olla oma tapaturmavakuutus. Sisarusalennus –20 € loppusummasta.

Varausmaksu, 80 € kokonaishinnasta, maksetaan 14 vrk:n kuluessa varauksesta Hepovaaran tilille laskun mukaan. Laskun saat sähköpostitse kun olet lähettänyt ilmoittautumistietosi. Varausmaksua ei palauteta asiakkaan peruuttaessa. Varausmaksulla varmistetaan leirivaraus, joten maksathan sen ajoissa.

Ilmoittautuneille, varausmaksun maksaneille leiriläisille lähetämme keväällä leirikirjeen (sähköpostitse), jossa mukana varustelista ja alustava leirin sisältö. Kirjeessä on myös lasku loppusummasta, joka tulee maksaa ennen leirille tuloa.



Sielukas katse <3

Mukaan tarvitset ennen kaikkea iloista ja rentoa leirimieltä!

Varaathan pian paikkasi, leirimme täyttyvät nopeasti! ☺