



# PEER GYNT RIDELEIR



[www.slangen-seter.no](http://www.slangen-seter.no)



# Peer Gynt Rideleir



Tlf.: 61 29 55 18 Fax: 61 29 58 30  
Se oss på internett: [www.slangen-seter.no](http://www.slangen-seter.no)  
E-post: [post@slangen-seter.no](mailto:post@slangen-seter.no)

Slangen seter ligger i fjellbygda **Skåbu** ca. **700 m.o.h.** Vi ligger i **Jotunheimens forgård**. Fra rundt 1870 utviklet setra seg til å bli ei **fjellstue** under navnet Slangen Sanatorium. Stedet har en idyllisk beliggenhet ved et vakkert fjellvann og ei elv hvor ørreten biter villig.

Selve fjellstua er bygget i godt, **gammelt tømmer**. Inne er det soverom, med fra tre til fire senger på hvert rom. Det er også to **idylliske sovehytter** med tømmer og torvtak. Alle rommene har **varmt og kaldt vann**. **Peisestua** er særdeles hyggelig med alle sine gamle ting. Vi har ei koselig **kjellerstue** med hulepreg. Her kan du ha «**seter-disco**». «Laugarbui» har **3 delikate** dusjer med tilstøtende stor **herlig badstue**. Hestelort fort bort! Det mest praktiske rommet er **tørkerommet med 30 "spilt"** og egen inngang.

Vi driver en moderne **rideskole; trivelig stall med godt miljø**, der vi kan huse 22 hester i 16 romslige spilt, 6 bokser, pluss egen **gjestestall** med 2 bokser. Vi driver stedet som **fjellgård** og dyrker vårt eget fôr. Ellers har vi andre vi andre **miljødyr**: Kaniner – høns – sau – gris – hunder og katt. **Her er alt gjort for at dyr og mennesker skal trives!**

## Rideleir hos oss, hva er det?

Vi er en av få rideleirer som er autorisert av Norges Rytterforbund som **tre stjerners rideleir**. Dette garanterer for beste kvalitet! Det gir **faglig høy standard**. **Hestemateriellet skal ha god standard**. Det er vanligvis mange hesteraser representert her. Det viktigste er at hestene eger seg. Videre legges det stor vekt på **sikker omgang med hest**. Vi jobber aktivt for å skape et **trygt og trivelig miljø** med tilbud om organiserte aktiviteter også utenom det hestefaglige. Vi har fått Gjensidiges sikkerhetspris.



Hver rytter får utdelt sin hest, som han eller hun skal ha ansvaret for. Hesten skal vannes, føres og pusses, og sist og ikke minst, rides. Det er her rideleiren skiller seg ut fra timeridningen på rideskoler. **Kontakten mellom rytter og hest hele dagen** gjør at folk som på en alminnelig rideskole mener å stå stille når det gjelder rideferdigheter, plutselig merker fremgang når de kommer på rideleir.

Vår målsetting er å lære **glade ryttere** å gi hestene et godt liv. Veien til målet er den **loddrette sits**, som gjør deg balansert og god å ha på ryggen. For deg som er øvet rytter, vil vi gi deg forståelsen av **halvparadens** betydning for å få en balansert hest. Du får også undervisning i **sprang** og prøve deg i en innbydende **terrengrittsbane**. Gled deg!

Vi underviser i **Naturlig Hestevett** (natural horsemanship). Det vil si at vi vil lære å **forstå hestens språk**, for å kommunisere på en bedre måte som hestene forstår. Vi vil på en skånsom måte bli ledere for hestene (flokken). Dette er **sikkerhetsarbeid i praksis**, og metodene har overføringsverdi til klassisk ridning. Blir våre hjelpere overfor hesten mildere får hesten et bedre liv, og da gjør vi det også! Rundpaddockarbeid vil bli demonstrert.

Du vil lære gode stallrutiner hvor hesten får mat uten stress. Mye utegang på godt beite og god variasjon i arbeid og hvile. Alt dette fremelsker det beste i hesten.

Men det fineste er selvsagt **rideturene i fjellet**. På våre 1–2 og 3 timersturer rir vi i et panorama på fredelige stier og i ville fjellet. På noen av turene er det innlagt undervisning i terrengridning. Det kan ikke beskrives, **det må oppleves**.

Kurset avsluttes med **leikpregede konkurranser**. Om kvelden har vi **grillfest** og ender kvelden med utdeling av **premier**. Det hele avsluttes med egenprodusert underholdning. Ta med idéer!

Rideleiren har dags- og ukesplan som varierer med rytterens øvelsesgrad.

**A-kurs** har opplegg for øvede ryttere som mestrer galopp på bane og i terreng og **nedsetting i trav**.

**B-kurs** passer best for elever med 10 til 20 timers skoleridning i baken og som mestrer å **ri lett i trav**.

Begge kurs **rir ca. 2–3 timer hver dag**.





## Hvordan kommer du hit?

Kommer du fra Trondheim eller Oslo kan du følge **E6 til Vinstra**.

Fra Vinstra følger du riksvei 255 opp den **spennende Vinstradalen**. Fra Vinstra til Slangen er det 35 km. En kan også velge å ta av fra E6 ved Lillehammer og kjøre de 89 km **gjennom Gausdal** og oppleve den **skjønne Espedalen**. På sommerstid kan en som tredje reisealternativ kjøre Bygdin og over Norges kanskje vakreste fjellovergang «**Jotunheimveien**». (Bompenger).

På skjemaet der du får beskjed om hvilken uke du har fått plass, står angitte rute-tider fra Oslo og Trondheim og med opplysninger om vår egen buss videre til Skåbu.



## Hvem kan dra på rideleir?

**Alle!** Men vi tar først og fremst sikte på aldersgruppen **10 til 100 år**. 10-års-grensen er ikke absolutt, det kan gjøres unntak for øvede ryttere og elever ifølge med voksne. Erfaring har vist oss at nybegynnere ikke har utbytte av å plutselig ri så mye (ridesår etc.). Derfor har vi satt grensen på øvelsesgrad til minst **10 timers skoleridning eller tilsvarende rideerfaring**.

Etter erfaringene vi har, får mange enda større utbytte av kursene når man tar med hest selv. Så velkomne med **egen hest!** Vi har egen gjestestall.

**Funksjonshemmede** ryttere kan også delta på rideleir. I tillegg til innmeldings-skjemaet, ber vi om at de som har en funksjonshemming sender inn fylldigst mulige opplysninger om diagnose og grad av handicap, samt eventuelle hjelpemidler (krykker, stokker, bandasjer etc.). Rideskolen har **hjelpetstyr** som f.eks. tåheter, forskjellige puter, håndtak o.s.v. Det er **lasterampe for rullestolbrukere** ved ridebanen. Vi har egen **hytte spesialbygget for funksjonshemmede**. Fylkeslegen i Oppland har godkjent tiltaket. Det er **egen fiskebrygge** i Slangselva for rullestolbrukere som vil prøve fiskelykken.

Vi legger stor **vekt på sikkerhet**, og alle elevene må ri med **CE-godkjent hjelm og støvler** som har hæl og dekker ankelen. Vi låner ut hjelm til dere som ikke har selv.



## Vertskap

**Bernt-Håkon Andresen** (1944-modell), er lærer (cand. mag.) og har arbeidet i skolen i flere år, også som sosiallærer. Han er autorisert som ridelærer III (høyeste autorisasjon).

**Anita Stebergløkken** (1958-modell) er rideinstruktør og har mange års erfaring med drift av rideskole og fjellstue.



## Andre tilbud

### Slangen Fjellstue

- ★ I sommerferien er hovedbelegget i fjellstua elever ved Peer Gynt Rideleir. Vi har imidlertid også noen plasser til andre som ønsker et **ferieopphold i reall hestemiljø**. Du kan også bo i utleiehyttene og ordne deg selv når du er på rideleir.
- ★ Fjellstua har plass til **50 personer**, men vi synes 40 personer er hyggeligere.
- ★ Beliggenheten er **lunt i furuskogen**, med bare en halv times gange til snau-fjellet. **Merkede og preparerte (400 km) løyper/stier**. 15 km. til skiheis på Dalseter pr. bil, 5 km pr. ski.
- ★ Det er gode muligheter for **jakt, fiske og herlige fotturer** med mange severdigheter. Vi leier ut både **båter og kanoer**.
- ★ Vi har **rimelige tilbud** for grupper (min. 20 stk.) fra enkel fjellskole – til god fjellstuestandard. **Treningssamlinger – seminarer – leirer – kurser – jubiléer – bryllup (Skåbu kirke er vakker!) – eller blott til lyst. Gode weekend-tilbud!**  
**NB, hva med en Venne-weekend!** Be om egen brosjyre.
- ★ Fjellstua leies også ut på **selvusholdbasis!**  
**Si hva du ønsker og du får tilbud fra oss.**

### Slangen Hyttegrend

Alle hyttene er gamle lafta tømmerhytter med torvtak, bortsett fra Nystugu som er spesialbygd for funksjonshemmede. Hyttene er restaurert med **dusj – WC – kjøkkenkrok – kjøleskap – digitalt TV med DVD og peis**. Det er fra 4–8 sengeplasser. Be om egen brosjyre.

Vélkomé!

