

2025 är i full gång och årets första tävling, Hjärtanshoppet, har redan passerat. Men fler tävlingar kommer - var gärna med och hjälp till i TK! Eller engagera dig på annat sätt i klubben. Det finns möjlighet för alla att delta i föreningsarbetet :) PS Ni har väl inte missat att vi har träning /yoga varje tisdag. Gratis för medlemmar!

Detta nyhetsbrev skickas ut till alla medlemmar i Linköpings Fältrittklubb några gånger per år. Här läser du om vad som är på gång i klubben, vad som händer på ridskolan och om beslut som fattas i styrelsen.

Årsmöte 2025

Tisdag 25 mars hade vi årsmöte i klubben. Vi tackade av styrelsestjärnorna Clas Rinné, Elenor Danielsson och Petra Karlsson. Övriga ledamöter sitter kvar.

Två nya ledamöter valdes in: Sofia Björkman och Gunilla Sigvarsson. Varmt välkomna till ett spännande, roligt och givande styrelsejobb :)

Clas Rinné lämnade över ordförandeskapet till Åsa Glavich.

Valberedning

Valberedningsledamöter 2025 är Frida Roth, Lena Hammarsten, Alma Martinsson och Anna Milered Lindh. Anna är ny ledamot.

Styrelse och valberedning finns på vår [hemsida](#) »

Hedersmedlem

Vi valde också in en ny hedersmedlem, Torolf Nilzén. Torolf har haft många olika roller i föreningen, styrelseledamot, revisor, ledamot i valberedningen, funktionär och sist men inte minst ordförande under de år Ånestad lades ner och Smedstad Ridsportcenter invigdes. Allt gott han gjort för klubben gör honom väl värd titeln hedersmedlem!

Pris- och blumutdelning

Efter årsmötet förrättades prisutdelning för LFK-Cup och Smedstad Grand Prix. Segrare i LFK-cup är Gunilla Kagg. Och segrare i Smedstad Grand Pris är Thea Landelius.

Blommor delades ut till våra silvermedaljörer i lag-SM, Katarina Ilbäck, Malin Rinné, Lotta Jerhammar Cidheden och lagledaren Emmy Lewin. Och till vår bronsmedaljör i SM i WE, Sara Nissling 🌸🌟🇸🇪🌟🌸

Den **nya strategin**, som vi tidigare skrivit om, presenterades av Åsa Glavich.

Öppet hus på Smedstad Fritids 29 mars, 11-11.30

Är du nyfiken på hur det är att gå på öppen fritids hos oss på Smedstad Ridsportcenter? Kom på öppet hus med rundvandring, ponnyridning och pysselstationer. Vi bjuder på fika. Ta med hela familjen och vännerna på en härlig utflykt till oss!

Smedstad Fritids är en öppen fritidsverksamhet med hästinriktning, för dig som går i årskurs 4-6. Vill du börja på redan nu? Anmäl via kommunens hemsida.

Har du frågor? Vänligen kontakta , annakarin.hedlund@hsoab.se alternativt telefon 013-3900283.



Clas, Petra och Elenor.

Torolf och Clas. Årsmötet valde in Torolf Nilzén till ny hedersmedlem.



Åsa och Gunilla.



Thea.

Hej alla LFK:are!

Åsa Glavich heter jag och är ny ordförande i klubben sedan 25/2.

Jag är inte ny i styrelsen – jag har de senaste 2 åren agerat i rollen som vice ordförande. Jag är mycket glad för förtroendet att ta över efter Clas Rinné när han nu lämnar styrelsen! Varmt tack Clas, för din stora insats för klubben!!

LFK och Smedstad har en stor plats i mitt hjärta – för min dotter, precis som för många andra, har stallet, ridlärarna, hästarna och kompisarna varit ett fint sammanhang att gå till, både för sporten och den sociala gemenskapen som finns här. Sedan några år är jag också återigen aktiv lektionsryttare – vilket är fantastiskt roligt och fyller mina söndagskvällar!

När jag klev på styrelsen för två år sen var det många som var nya med mig. Glädjande nog är vi nu många som sitter kvar ytterligare en period! Jag förstår verkligen det – vi är ett härligt gäng med högt engagemang och hjärtat på rätta stället (häst är bäst, såklart ♥) Vi har roligt när vi jobbar tillsammans och vi blir glada när våra aktiviteter uppskattas av er - våra medlemmar!

Under åren har vi tillsammans med HSO utvecklat ett fint samarbete kring anläggningen och verksamheten på Smedstad. Jag och mina styrelsekollegor ser fram emot att fortsätta bygga vidare på detta. Vi har lyxen att få vistas i en fantastisk miljö som också präglas av en fin kultur och gemenskap. Vår strävan är att man ska känna sig välkommen vare sig man är lektionsryttare, privatryttare, förälder, kanske far- eller morförälder.

Trygg Idrott – att alla ska känna sig säkra, trygga och välkomna i stallet - är ett av våra viktigaste uppdrag!

Att skapa förutsättningar för alla våra medlemmar och ryttare genom att anordna tävlingar, clinics och andra aktiviteter med hög kvalitet är också viktigt för oss – där är vi redan starka och vi kommer att fortsätta utveckla detta arbete än mer.

Förutom ridning och hästar är min stora passion människor och samarbete! Till vardags jobbar jag med HR, Ledarskap och Team, som coach för StartUps. Jag brinner verkligen för att jobba med grupper och älskar att känna samhörigheten när människor skapar fina resultat tillsammans. Detta kommer jag att försöka bidra med i min roll som ordförande!

// Åsa Glavich



Engagera dig!

Du som rider på ridskola på Smedstad Ridsportcenter är medlem i Linköpings Fältrittklubb. Utöver tid på ridlektioner ser vi gärna att du engagerar dig i klubbens verksamhet. Våra medlemmars engagemang är klubbens bränsle! Det gäller naturligtvis även våra privatryttare. Alla kan vara med - du väljer själv i vilken omfattning du vill engagera dig!

Du kan baka till våra tävlingsfunktionärer, tipsa om sponsorer, jobba med hållbarhet på anläggningen, hitta partners som kan ge våra medlemmar rabatt, fungera på tävling, vara med och arrangera tävling, vara stallvärd, arrangera en clinic, hjälpa till att ordna en träff för alla som fungerar, hjälp till med att fixa 125-årsfirande, måla hinder, delta i resekampen, träna/yoga ihop med oss eller varför inte bara kom hit och häng :)

Klart ni ska vara med!

Hör av er till styrelse@linkopingsfaltrittklubb.se

Du som vill engagera dig i våra tävlingar kontakta:
tavling@linkopingsfaltrittklubb.se

Smedstad Ridsportcenter - Bäst för Häst och Människa



Tre av alla fantastiska funktionärer som engagerade sig i Hjärtanshoppet

Vi söker fler sponsorer för 2025

Vi behöver fylla på med fler partners under 2025. Känner du till något företag eller någon privatperson som du tror skulle kunna stödja vår klubb, kontakta våra sponsransvariga på sponsor@linkopingsfaltrittklubb.se

Det finns förslag på hur man kan stötta oss på vår [hemsida](#). Där hittar ni också alla våra partners för 2024. Stort tack till er!

I år fyller klubben 125 år 🎉🐾🐾🐾

Det planerar vi att fira i samband med Smedstaddagen 10 maj. Håll koll i sociala medier!

Boka in dig på ridläger

Det finns platser att boka på sommarens ridläger! Det finns flera olika att välja på inom dressyr, hoppning, allround, hyr din egen häst och de luxe. Kolla och boka i [Hippocrates!](#)



Ridning, en sport för alla - hela livet!

I vår har LFK tillsammans med RF SISU Östergötland en specialkurs för medlemmar som är 65+. Kursen är finansierad via RF SISUs 65+ projekt. Under 10 veckor arrangeras ridning och föreläsningar för 10 glada ryttare, alla fyllda minst 65 år. Sex tillfällen ridning och fyra tillfällen föreläsning. Och så lite fika på det. Deltagarna har själva varit med och önskat vad de vill göra. Ridlektioner stod självklart högt upp på listan. Ridlektionerna har extra fokus på ridteknik och kroppsmedvetenhet. Kursen avslutas med ett besök på Sundsmåla Gård utanför Linköping.

Föreläsare under kursen:

- Sissi Lilja - Svensk Fellow*. Utveckling som ryttare och fokus på 65+.
- Ann-Kristin Karlsson - Dressyrdomare, dressyrkommitté och hästvälfärdsfrågor. Pratar om avel och hållbara hästar.
- RFSISU - Core och balansstyrka för 65+
- RFSISU - Kost och rörelse för 65+

Förhoppningen är att, i förlängningen, starta en ridkurs i ordinarie verksamhet för målgruppen.

* Svensk "Fellow" är den finaste titel en aktiv inom ridskole- och ridsportens utbildningsvärld kan uppnå. Titeln går inte att uppnå på annat sätt än utnämning. Det är Svenska Ridsportförbundets Ridskole – och Utbildningssektion tillsammans med Ridlärarrådet som utser en "Fellow".



Östergötland

Var med i resekampen!

Tar du dig till stallet genom att gå cykla, åka kollektivt eller samåka? Var med och tävla för klubben i Resekampen, bara genom att ta dig till stallet som vanligt! Resekampen går av stapeln i maj och arrangeras av Linköpings kommun i samarbete med RF-SISU.

Tävlingen går ut på att deltagande idrottsföreningar i Linköping ska göra så många hållbara resor till träningen som möjligt. Den förening som vinner får 500 kr per deltagare!

Föreningens lag får bestå av 2 - 20 personer, vilket innebär att klubben har chans att vinna 10000 kr om laget fylls.

Anmäl dig genom att maila: kommunikation@linkopingsfaltrittklubb.se
Där kan du också få svar på eventuella frågor.

Tillsammans för en hållbarare vardag 🚲👤♻️



Stallhäng första torsdagen varje månad

Vårt populära stallhäng är numera första torsdagen varje månad, kl. 17.00 – 18.30.
Kom och häng med våra trygghetscoacher!

Följ SmedstadTrygghetscoach på instagram!



Träningstillfällen för privatryttare

- Hoppträningsgrupp torsdagar för Lina Johansson.
- Privatlektioner i dressyr för Malin Hansson löpande.
- WE-träning i grupp erbjuds för Gith/Mia Säwe dessa dagar: 29 mars, 13 april, 27 april, 25 maj, 26 maj, 15 juni.
- Dressyrträning för Lina Dolk. Ca ett tillfälle per månad.

Bokning och information om träning för Lina Dolk görs på sport@hsoab.se. Övriga tillfällen till info@hsoab.se.

Vill du bli en starkare och mer balanserad ryttare?

Strong Rider erbjuder nu alla medlemmar i Linköpings Fältrittklubb en unik möjlighet att testa Strong Rider appen, utvecklad för ryttare som vill förbättra sin styrka, balans och kondition. Gratis i en månad!

Så här funkar det:

- Ladda ner appen på AppStore eller Google Play.
- Har du en Iphone: Tryck på knappen "Ange rabattkod".
- Har du en Android: Tryck på "Gratis 3 dagar" sen trycker du på knappen längst ned som heter "Välj betalmetod" så skickas du vidare till Play Store.
- Använd rabattkod SMEDSTAD25.
- För ett personligt anpassat träningsprogram gör fystestet. Annars finns enkla och effektiva träningsprogram och utmaningar anpassade för ryttare.

Detta gäller t.o.m. 250408, så registrera dig redan idag!

Har du frågor? Hör av dig till info@strongrider.se

Förutom detta så kommer Strong Rider att hålla i flera clinics, som är gratis för medlemmar, under året. Den första, 27 januari, var välbesökt och uppskattad. Nästa tillfälle är ett fyspass i stora ridhuset 4 april. Varmt välkomna!

Samarbetet med Tekniska Verken

Även under 2025 får vi bidrag från Tekniska Verken i utbyte mot att ni medlemmar gör utbildningen i hållbarhet via Tekniska verkens utbildningsverktyg Kraftbanken 🌱🐝♻️. Tack vare att ni medlemmar lägger några minuter på denna roliga utbildning får vi bidrag att använda till bra och roliga medlemsaktiviteter. Stort tack till er som redan gjort den!!! Ni som inte gjort den - gör det nu 😊 **Följ länken »**



RyttarYoga och träning - gratis för medlemmar

Ryttaryoga med Petra Karlsson och ryttarträning med Maria Fäldt - varannan vecka! Drop in. **Schema »**

Tisdagar kl. 18.30 - 19.30 i stora konferensen.

Kom förbi och prova!!!

UNGDOMSSEKTIONEN PIONJÄR

I mars har Pionjär arrangerat pluggstuga och mellomys för klubbens alla barn och ungdomar.

Fler aktiviteter kommer framöver. Håll koll på stalltorget och på instagramkontot.

LF Östgöta och Lejonfastigheter är med och bidrar till PIOs verksamhet Stort tack till dem!



Lejonfastigheter

**Länsförsäkringar
Östgöta**



Följ Linköpings Fältrittklubb - LFK

Av säkerhets- och praktiska skäl har vi fått starta en ny facebookside.
Missa inget - följ oss här!



Boka in dig på vårens teoridagar!

Ridskolan fortsätter med speciella teoridagar för dig som rider i nivå E/F och/eller inriktningsgrupp. Boka in dig på:

- Clinic i hästhantering, 17 mars 19.00.
- Hinderbana med häst, 8 maj 18.00.
- Foderlära, 16 maj 17.30.
- Dressyrörelser, 18 maj 18.30.
- Tömkörningsclinic, 20 maj 18.00.
- Dressyrclinic, 11 juni 18.30.

Boka in dig på teoripassen i **Hippocrates!**

Ridskolan erbjuder teoripass även för privatekipage!
Kontakta info@hsoab.se för mer info.

Händer på anläggningen framöver

Mer tillkommer efterhand. Håll utkik i sociala medier, vår kalender på hemsidan och på stalltorgets anslagstavla.

Blåbärshoppning och Pay&Jump	22 mars
Årsmöte ÖRF	26 mars
Öppet hus Smedstad Fritids	29 mars
Teorivecka	3-9 april
Fyspass med Strong Rider	4 april
Vårhoppet, hopptävling	5-6 april
Märkestagningsdag	12 april
Blåbärshoppning och Pay&Jump	26 april
Hästloppis	3 maj
Majdressyren	10 maj
Blåbärshoppning och Pay&Jump	24 mars
BlåbärsWE och Pay&WE	31 mars
Blåbärshoppning och Pay&Jump	14 juni
Sista ridskoledag	19 juni