



## Lars Christenssoni kolmevõistluse treeninglaager

- 1. Koolituse teema:** Sisehooajal treenimine – kuidas talvisel perioodil treenida turvaliselt ja edukalt
- 2. Kellele suunatud:** Sportlased, treenerid, huvilised  
Kolmevõistluse treeneritel, kelle õpilased osalevad või plaanivad osaleda kolmevõistluse võistlustel, on võimalus jälgida treeninguid ja soovikorral täita Vaatlusvorm (leitav Ratsaliidu kodulehelt: <https://www.ratsaliit.ee/vali-teema/treener/dokumendid-treeneritele/>) Vaatlusvormi prindib osaleja eelnevalt ise endale.
- 3. Koolituse aeg:** 24-25 veebruar 2022.a.
- 4. Toimumiskoht:** Vaikla Tall, OÜ Mäetaguse Talu, Vaikla küla, Alutaguse vald, Ida-Virumaa
- 5. Ametlik korraldaja:** Elma 3DE MTÜ, ERL
- 6. Kontaktisik:** Grethe Aikevitsius, [g.aikevitsius@gmail.com](mailto:g.aikevitsius@gmail.com), 56486364
- 7. Koolitajad:** Lars Christensson, SWE
- 8. Koolituse maht:** Treeneritel on koolituse maht vastavalt osaletud ajale Vaatlusvormi alusel. Vaatlusvormi allkirjastab korraldaja.
- 9. Registreerimine:** Registreerimine lingil: <https://forms.gle/7Jj6Kxc26AZHfADx9> hiljemalt **7.02.2022**.
- 10. Hind ja tasumine:** Hobustel osalejatele: Ponisõitjad/juuniorid/noored, kes plaanivad osaleda EM või PM - 130 eurot. Ratsaliit toetab noorte ambitsiooni jõuda tiitlivõistlustele. Teised osalejad hobustel – 160 eurot.  
Huvilistele pealtvaatamine tasuta.  
Hind treeneritele, kes soovivad osaleda Vaatlusvormi alusel – 20 eurot.  
Tasumine kohapeal sularahas. Sisaldab teed või kohvi.
- 11. Koolituse kava:** 24.02 kell 8:00 – 18:00  
25.02 kell 7:00 – 16:00
- 12. Lisainformatsioon:** Koolitus on ingliskeelne. Tõlget ei pakuta.