



FRILLESÅS RID- OCH KÖRKLUBB

NYHETSBREV, JUNI 2026

Sommaren är här och även om det är sommarlov och semester så händer det mycket på klubben och ridskolan; nyfödda föl, tävlingar, sommarläger och förberedelser inför tävlingar och andra aktiviteter. Tack för allt engagemang under våren. Vi önskar alla en riktigt härlig sommar och hoppas att vi ses på läger, tävlingar, vid gödselstacken eller i stallet!

Innehåll

- Senaste nytt från styrelsen
- Ridskolan informerar
- Tävlingskommittén
- Café Krubban
- Cavallo - ungdomssektionen
- Voltigesektionen

Senaste nytt från styrelsen

SAVE THE DATE! Onsdag den **26 augusti** kl. 17.00 träffas vi i Frillesås idrottshall. Boka in dag och tid i din kalender redan nu. Vi berättar om nuläget i föreningen, kommande planer och vill framför allt höra dina idéer och tankar. Genom öppen dialog vill vi stärka engagemanget, skapa delaktighet bland medlemmar, föräldrar och anhöriga samt uppmuntra fler att bidra till att utveckla vår fina förening framåt. Mer information kommer, håll utkik i våra kanaler; [hemsidan](#), [Facebook](#), [Instagram](#) och kommande nyhetsbrev.

HÖSTENS LAGTÄVLINGAR. Vill du vara med i något av klubbens lag i division 2 i höst? Anmäl ditt intresse direkt, men senast på måndag **29 juni** till tavling@frk.name, där även ev. frågor besvaras.

[Preliminära datum för höstens omgångar \(ridsport.se\)](https://ridsport.se)

- Div 2 Ponny dressyr går i LC och LB
- Div 2 Häst dressyr går i LB och LA
- Div 2 Ponny hoppning går i LC och LC+
- Div 2 Häst hoppning går i 100cm och 105cm.

[Läs mer om styrelsen och deras arbete](#)



Lag 1 och 2 i hoppallsvenskan division 3, våren 2026

Ridskolan informerar

NYTILLSKOTT. Den **4 juni** kikade Cellys lilla fölunge ut, ett litet sto. Den leker just nu i hagen tillsammans med Lallas lillasyster, som kom den **16 juni** (mamma heter Quirita). Slutligen kom även Myrans fölunge i tisdags, **23 juni**. Du kan se mer bilder/filmer på ridskolans Instagram: frillesasridskola

SOMMARLOVSAKTIVITETER. Det finns fortfarande lediga platser på sommarlovsaktiviteterna under veckorna 30-32, samt möjlighet att boka privatlektioner och uteritter vecka 31 och 32.

Skriftlig anmälan och frågor: **Inger Lindberg**, tel. 070-517 84 18, e-post: ridskolan@frk.name

Vecka 30: Dagläger/halvdag, måndag-fredag kl. 9.30-16.00 med två varierade ridpass dagligen, blandat dressyr, hoppning och uteritter, och tid för stallmys och hästkunskap däremellan. Lunch och frukt ingår. Nivå: alla nivåer. Pris: heldag 4500 kr, halvdag: 2500 kr.

Vecka 30 (alternativt v 31): Nybörjarkurs, måndag-fredag kl. 9.30-12.30. Varje dag bjuder på ett ridpass, göra i ordning sin häst inför ridning och teori. Nivå: nybörjare/lite ridvana. Pris: 2500 kr.

Vecka 31: Intensivkurs hoppning, måndag-fredag kl. 17.00-20.00. Under denna vecka varieras ridningen av markarbete, gymnastikhoppning, banhoppning och eventuellt terränghoppning. Pris: 3000 kr.

Intensivkurs dressyr, måndag-fredag kl. 9.30-12.30. Under veckan arbetar vi med lösgörande arbete, sits och balans, pratar om utrustning, hästens förutsättningar för dressyr med mera. Pris 3000 kr.

Vecka 32: Dagläger/halvdag, måndag-fredag kl. 9.30-16.00 med två varierade ridpass dagligen, blandat dressyr, hoppning och uteritter, och tid för stallmys och hästkunskap däremellan. Lunch och frukt ingår. Nivå: alla nivåer. Pris: heldag 4500 kr, halvdag: 2500 kr.

Vuxenkurs, måndag-fredag kl. 17.00-20.00. Varje dag bjuder på ett ridpass, göra i ordning sin häst inför ridning och teori. Nivå: nybörjare – du som vill komma i gång efter ett uppehåll. Pris: 2500 kr.

- Om det finns plats går det även bra att delta en eller några dagar av ett läger.
- Vid intresse kan voltigeläger ordnas.
- Vid intresse finns det även möjlighet till vuxenkurser, uteritter och privatlektioner under sommaren.

HÖSTERMINEN. Vecka 33, det vill säga veckan innan skolan börjar, så drar höstterminens lektioner i gång igen som vanligt. Varmt välkomna!

[Läs mer om ridskolan.](#)



Tävlingskommittén

RYTTARAVTAL. Har du skrivit på klubbens ryttaravtal för 2026? Kom ihåg att ryttaravtalet innebär att du hjälper till som funktionär eller på annat sätt bidrar till klubbens tävlingsverksamhet. Tack till alla som ställer upp, utan ideella krafter blir det inga tävlingar!

KOMMANDE AKTIVITETER. Den **12 juli** arrangerar vi en träningstävling i fälttävlan tillsammans med Viskadalens Ridklubb. Dressyren och banhoppningen kommer gå på FRK och terrängen på VRK. Vi behöver många funktionärer för att rodda denna tävling, så gå direkt in och [anmäl dig till ett eller flera pass](#).

Den **8-9 augusti** kommer vi arrangera division 1 och 2 ponnyhoppning samt division 2 hästhoppning. Den **13 september** arrangerar vi division 2 ponnydressyr.

VI BEHÖVER DIG! Inför tävlingarna söker vi funktionärer och hjälp med att trimma och klippa gräs, måla bommar och andra praktiska förberedelser. Alla insatser är värdefulla. Skriv till tavling@frk.name för vidare instruktioner.

Café Krubban – mer än bara fika

HJÄLP SÖKES! Just nu är det sommarlov i caféet men vi öppnar såklart upp igen under sommarens tävlingar; den **12 juli** och **8-9 augusti**. Vi behöver hjälp att baka till dessa tävlingar och vi behöver även några som kan grilla. Hör av er till cafe@frk.name om ni kan baka, grilla eller hjälpa till i caféet. Alla bidrag uppskattas, stora som små!

Vi öppnar ordinarie caféverksamhet igen samma vecka som ridskolan startar, vecka 33.

Kontakt, e-post: cafe@frk.name. Följ oss på Instagram: [frk_cafekrubban](#)

Cavallo – ungdomssektionen

Ungdomssektionen **Cavallo** finns till för att hitta på roliga aktiviteter för de lite yngre medlemmarna i FRK, skapa en härlig känsla med harmoni och gemenskap - både på och utanför ridklubben. Alla som är medlemmar i FRK, och under 26 år, är också medlemmar i Cavallo.

PIZZAKVÄLL. Lördagen den **6 juni** så gick vår pizzakväll av stapeln! God pizza och läsk serverades och vad är en pizzakväll utan femkamp? Femkampen följdes av lekarna dragkamp, köpphäststafett, sätta svansen på hästen, säckhoppning och till sist musikquiz. Som avslut fick alla i båda lagen varsin godispåse. Riktigt roligt och mysig kväll verkade alla tycka och vi i Cavallo hoppas kunna få till en lika lyckad pizzakväll även nästa år!

KÄPPHÄSTHOPPNING. I juli hoppas vi kunna få till en köpphästhoppning, där det också kommer finnas fika på plats! Håll koll på hemsidan och Cavallos konton på Instagram och TikTok så ni inte missar våra roliga aktiviteter! Följ oss: [cavallo_frk](#)

Kontakt vid frågor, e-post: cavallo@frk.name

[Läs mer om Cavallo, vilka som ingår i styrelsen och deras arbete.](#)



Voltigesektionen

Voltigeverksamheten i Frillesås bedrivs i dag med cirka 40 aktiva voltigörer som regelbundet tränar på åtta av ridskolans ponnysar och hästar. Verksamheten omfattar deltagare från 6 år och upp till vuxen ålder och erbjuder möjlighet till utveckling inom voltige på flera nivåer.

TÄVLING. Just nu tävlar våra voltigörer på SM och CVI i Flyinge. Vi önskar alla stort lycka till och följer spänningen via Instagram: [frillesasvoltige](#).

[Läs mer om voltigens verksamhet.](#)