De Hinnikbode

In deze uitgave

Paard van de maand
Special: schriktraining
In het zonnetje
Interview met aspriantenles van Tessa
Wedstrijdnieuws
Beelden van de playbackshow
De Hinnikbode fotowedstrijd

PONYSTAL
BENGELO

In deze Hinnikbode

- Prikbord
- De Pen - Tessa
- Paard van de maand - Tanja
- Lesinterview
- In het zonnetje
- Wist je dat...
- Special - schriktraining
- Wedstrijdnieuws
- zadelkamer
- playbackshow
- Fotowedstrijd

Whoehoeeee!

De nieuwe Hinnikbode! En hij staat weer boordevol leuke dingen. Patric de Coo heeft een creatief momentje gehad en wat ingestuurd. Op facebook vonden we een foto van Iwan, een paardje dat heel lang geleden bij ons op de manege stond. De kantinedienst laat weten dat ze nog steeds op zoek is naar hulp. We zetten Kelly deze keer in het zonnetje!
Je leest welke nieuwe wedstrijden er op de planning staan en ziet een klein fotoverslagje van de eerste wedstrijd van de concourgroep!

Veel plezier met lezen en vergeet niet dat we altijd op zoek zijn naar leuke stukjes, foto's en tekeningen om in de volgende hinnikbode te plaatsen!

Lisa

Lotte: ''Op goede vrijdag ging ik gezellig foto's maken bij het waterlöp in Enschede. Toen we op een hoge toren stonden zagen we opeens een pony. We wisten alle 3 dat Lisa hier in de buurt gestald staat. Toen kwam Joyce steeds dichterbij met Lisa. We spraken haar aan en zeiden: hee dat is Lisa, en raakten we aan de praat. Daarom kunnen we jullie nu vertellen dat het super goed gaat met Lisa. Ze krijgt veel liefde en de aandacht die ze verdient!''

Heb je leuke foto's of tekeningen voor de Hinnikbode, of wil je zelf een stukje schrijven? Mail dan naar: hinnikbode@gmail.com (klik op de link)

Prikbord

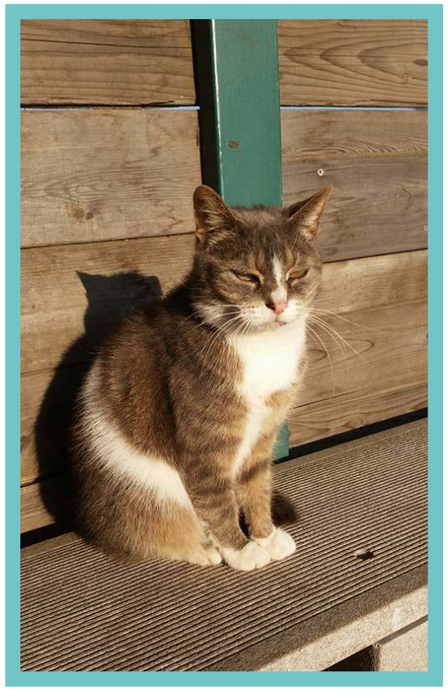
Wintervacht en bit

Wat fijn dat jullie de paarden en pony's zo goed poetsen de laatste tijd! Nu ze hun wintervacht aan het verliezen zijn is een extra goede borstelbeurt wel fijn voor ze.
Willen jullie na het poetsen wel even je eigen stukje aanvegen en alle haren op de grond bij elkaar rapen en in een prullenbak gooien? Anders komt het bij het vegen misschien in het hooi terecht en dat vinden ze vast niet zo lekker!
En willen jullie het bit van het hoofdstel goed schoonmaken na het rijden? Een tip is om de achterkant van de hoevenkrabber te gebruiken!

LET OP:

De manege is tijdens de volgende feestdagen gesloten:

27 april	-	Koningsdag
5 mei	-	Hemelvaartsdag
16 mei	-	Pinksteren



Misha aan het genieten van het lekkere zonnetje!

AIRCO OOST Nederland
AIRCONDITIONING & KLIMAATBEHEERSING
TEL: 074 - 2470940
WWW.AIRCO-OOSTNEDERLAND.NL

Prikbord

Verjaardagskalender

03 april	Mette van Eck
07 april	Roos van Kleef
07 april	Tessa Rietman
09 april	Jorieke Groothengel
11 april	Destiny Billows
11 april	Nisa Demiröz
26 april	Anna Wichems
26 april	Chloë Bouwerhuit
28 april	Susan Mos
03 mei	Saskia Hofmeyer
03 mei	Sam Molenkamp
14 mei	Christa Haasewinkel
14 mei	Patrick Boelens
22 mei	Nikki Boers
23 mei	Heidi Wichems
25 mei	Carmen Giesen
01 juni	Jolande Hendriks
02 juni	Jorieke van Druten
11 juni	Julian Merjan
19 juni	Emma de Boer
19 juni	Merel van Grouw
26 juni	Guusje de Boer
27 juni	Lisse van Paick

Oproep kantinedienst

De kantinedienst is op zoek naar versterking! We zijn op zoek naar mensen die ongeveer één keer in de twee maanden kantinedienst willen draaien op zaterdag. Je staat dan van 9:30 tot ongeveer 13.30 uur achter de bar in de kantine om iedereen van wat te eten of drinken te kunnen voorzien en houdt de kantine netjes. Je mag je ook met zijn tweeën opgeven om samen dienst te draaien.
Ben je geïnteresseerd of heb je vragen, mail dan met Carla: carlaterhuurne12@gmail.com *(klik op de link).*
Je kunt ook altijd even langskomen in de kantine op zaterdagmorgen, vaak is Carla wel aanwezig.

Mini en maxi

Hengelo, 21 februari 2016

vier in totaal
op één foto
waar je naar kijkt
in stille verbazing

2 meiden
met hun paard en pony
samen één geheel
slechts een enkel moment

ieder geconcentreerd
op haar eigen wedstrijd
één moment samen
straks weer ieder voor zich

Patrick de Coo

De Pen

Hallo allemaal,

Ik heb de pen gekregen van Lisanne.

Ik ben Tessa van Ekeris en ben 18 jaar.

Ik woon mijn hele leven al in Enschede bij mijn ouders.

Ik heb 2 broers en 1 zus. Ik zit nog op school en doe de opleiding verzorgende IG.

Ik rij al vanaf mijn 7de. Toen ik 8 was kreeg ik mijn eerste pony, Chanel. Die heb ik 2 jaar gehad en daar heb ik veel van geleerd. Maar helaas door een ooginfectie heb ik haar moeten laten inslapen.

Toen ik 12 was kreeg ik mijn pony Fonzie. Daar rij ik nu wedstrijden mee, in de dressuur start ik M1 en met springen niveau B. Ook doe ik af en toe een paar crossen, daar rij ik nu ook mee in de B.

Ik geef hier op Ponystal met veel plezier les op de donderdag en de zaterdag!

Tessa

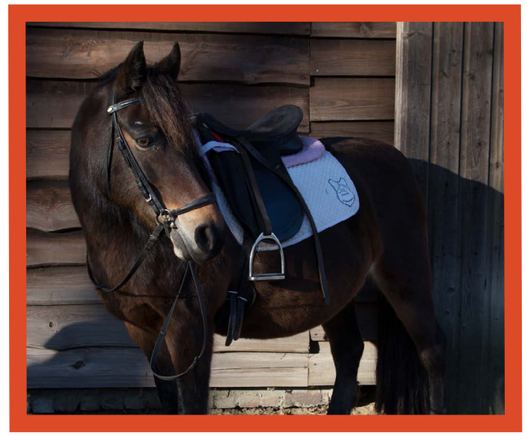
Naam: Tessa van Ekeris
Leeftijd: 18
Wat: Instructrice
Lievelingspaard: Fonzie

Deze pen geef ik door aan Sarah.

Paard van de maand

Stamboeknaam: Tanja
Roepaam: Tanja
Geslacht: Merrie
Geboortedatum: 01-09-1996
Afstamming: Onbekend
Stokmaat: 1,36 meter

Op de manege sinds:
Heeeeeeeel lang, we weten niet precies sinds wanneer!



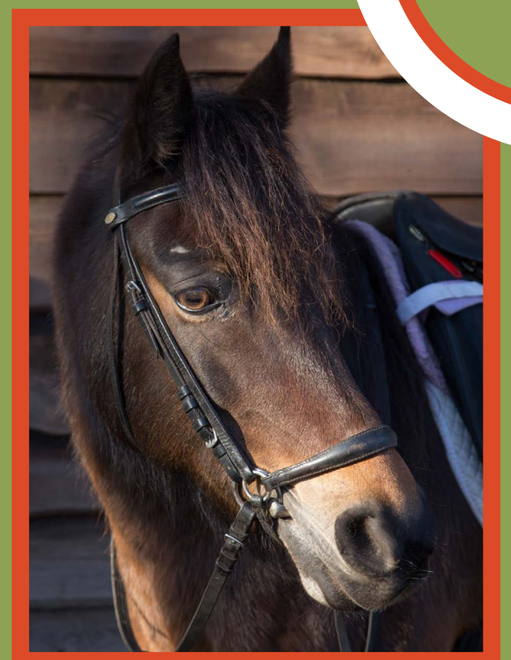
Maaike over Tanja

Tanja is een van de kleinere pony's op de manege. Ze is een klein racemonstertje!

Zoals jullie vast wel weten is ze ook de jongste niet meer, hierdoor rijdt ze maximaal 1 uur per dag mee.

Zelf heb ik ontzettend veel van Tanja geleerd. Ze is eigenwijs en loopt het liefste achter andere pony's aan. Op die manier leer je goed sturen en rijden. Na een tijdje lukte dat aardig en mocht ik ook met haar springen. Wat vond ze dat leuk. Ze ging ontzettend hard op de hindernis af en maakte een mega sprong. Af en toe weigerde ze ook wel en lag ik er wel eens naast, maar dat mocht de pret niet drukken. Nu is ze te oud om nog hoog te kunnen springen. Maar voor de half uurs lessen is ze echt een geweldige lieve pony, ook om te leren springen!

Tanja



Wist je dat....

1. Tanja springen geweldig vind!
2. Ze het in de winter erg warm had en we haar daarom deels hebben geschoren.
3. Tanja L1 heeft gelopen op officiële concoursen en B heeft gesprongen.

Interview met de aspiranten les van Tessa!

Instructie:
Tessa

Wanneer:
Zaterdag
10.00 -10.30 u

1 Hoe lang rijden jullie al?

Allemaal rijden ze al een jaar ongeveer. Mignon is er wat later bij gekomen. Nu zitten ze met zijn zessen in de les van Tessa.

2 Wie is jullie lievelings pony?

Philine en Aleyna antwoorden dat ze het liefste op Nelson rijden. Mignon en Mart vinden Ragebol het leukst. Voor Lisse is Guillia haar lievelingspony en voor Tessa Shadow.

3 Waarom ben je begonnen met paardrijden?

Philine en Mignon vertellen dat ze begonnen zijn met paardrijden omdat paarden hun lievelingsdieren zijn. Lisse houdt veel van dieren en vind paarden vooral heel mooi. Aleyna, Tessa en Mart zijn begonnen omdat het hun gewoon wel leuk leek. Mart had zijn zus Britt als voorbeeld, zij reed ook al bij Ponystal.

Philine - 8
Mignon - 8
Mart - 8
Lisse - 9
Aleyna - 10
Tessa - 12

4 Wat vinden jullie van Tessa in de lessen?

Iedereen antwoord meteen dat Tessa altijd heel lief is. Ze is nooit boos en geeft goed les. ''We mogen veel doen van haar.'' ''En ze is altijd heel aardig!''

5 Wat willen jullie nog graag leren?

Mart, Aylena en Philine zouden graag nog willen leren galopperen en springen. Mignon en Tessa hopen ook dat ze goed mogen leren springen. Lisse verteld dat ze graag wil leren om te galopperen zonder dat iemand mee rent, en ze zou graag vaker voltige doen!

6 Tessa, wat vind jij van de groep?

het zijn leuke en gezellige kinderen die heel graag het paardrijden willen leren. ze luisteren zeker wel haha

In het zonnetje!

Deze keer willen we Kelly in het zonnetje zetten! Kelly is al heel erg lang lid van de manege en heeft zo ongeveer in iedere commissie gezeten.

Op dit moment is ze lid van het bestuur en geeft ze op verschillende dagen les. Op zaterdag aan de beginners en op dit moment neemt ze ook de lessen van Marinke over op de woensdag avond.

We zijn allemaal erg blij met haar inzet en hopen dat ze dit nog lang zal blijven doen!

Kelly bedankt!

Wist je dat?...

- Esmé op zaterdagavond graag kaartenhuizen bouwt! Zie foto >>>
- Het heel goed gaat met de zwangerschap van Marinke!
- Dat haar lessen van de woensdag avond over zijn genomen door Kelly.
- Dat de playbackavond ondanks de weinige aanmeldingen ontzettend gezellig was!
- De Sisteract gewonnen heeft met de playbackshow.
- Dat ´Oerend hard´ best wel lijk op 'Boer in het Hart' volgens Jip!
- Janet graag een modderbad neemt in de paddock.
- Karin altijd lekkere taart meeneemt op vrijdag ochtend.

Weet jij een leuk wistje-datje? Stuur ons dan een mailtje!

Foto Bertelink

Langestraat 20 - 7551 DZ Hengelo - 074-2910016
info@fotobertelink.nl - fotobertelink.nl

• Catering • Traiteur • Verhuur •
CT
TUINDORP
www.cateringtuindorp.nl

Cafetaria Tuindorp Catering

Dieselstraat 1 7553 TH, Hengelo

Tel :074 291 43 13

Fax: 074 250 84 29

http://www.cateringtuindorp.nl/

info@cafetariatuindorp.nl

Special

Schrik-training

Voor de concoursgroep en leden met een privé paard is pas een schriktraining gehouden. Naast dat dit een leuke ervaring is wilden wij weten waarom dit een goede aanvulling op de training is. In dit artikel lees je precies hoe dat zit.

Zoals we weten zijn paarden prooidieren en dus vluchtdieren. Ze kunnen elk moment aangevallen worden door een roofdier. Dat betekent dat ze in het wild altijd moeten opletten wat er om hun heen gebeurt. Ondanks dat paarden in onze omgeving niet bang hoeven te zijn om opgegeten te worden, komt dit instinct vaak nog wel boven. Daarom kan het nuttig zijn om schriktraining te doen met je paard.

Schriktraining is bedoeld om je paard om te leren gaan met spannende situaties. Je kunt het paard niet leren om niet bang te zijn, maar wel hoe hij met die angst moet om gaan. Dit heet ook wel desensibiliseren: het verkleinen van de heftigheid van de reactie van het paard. Je stelt het paard stap voor stap voor moeilijkere situaties waardoor hij leert om op jou te blijven vertrouwen. Daardoor kan jij uiteindelijk de controle houden, ondanks dat je paard het spannend vind. Dit voorkomt gevaarlijke situaties en hierdoor versterkt ook de band tussen jullie twee!

Vaak wordt geoefend met dingen die je ook op buitenrit of wedstrijd kunt tegenkomen. Je kunt bijvoorbeeld gebruik maken van een paraplu, zeil, auto of tractor, hard geluid, ballonnen of sliertengordijn. Als je zelf ook schriktraining wilt doen met je paard moet je met de volgende dingen rekening houden:

Aan de slag:

1. Zoek een geschikte afgesloten plek waar je met je paard kunt oefenen. Het makkelijkste is een bak bijvoorbeeld, maar een weiland kan ook geschikt zijn. Het belangrijkste is dat het voor jullie beide veilig is en je paard niet ver weg kan rennen als hij zich los trekt.

2. Verzin van te voren wat je wilt gaan trainen met je paard. Overleg dit ook eerst als het paard niet van je zelf is. Je weet zelf het best hoe je paard normaal gesproken op spannende situaties reageert. Is hij van zichzelf wat banger, begin dan makkelijker en neem kleine stapjes. Verzamel de attributen die je wilt gebruiken.

3. Neem genoeg tijd! Soms reageert je paard iets anders dan je gehoopt had. Als je ook nog haast hebt en snel weer thuis wilt zijn, kun je je niet rustig op je paard en de oefeningen focussen. Je moet altijd zorgen dat je zelf rustig blijft. Geef het goede voorbeeld voor je paard.

4. Het is eindelijk zo ver en je kunt goed voorbereid aan de slag! Begin met de oefeningen wanneer je naast het paard loopt. Soms is het handig om er iemand bij te hebben die je kan helpen. Oefeningen die je bijvoorbeeld kunt doen zijn:

-Langs of tussen felgekleurde paraplu's doorlopen. Leg deze op de grond, hou ze vast of zet ze ergens op. Dit kan ook met ballonnen. Als je dit buiten doet bewegen ze ook in de wind, wat het spannender maakt voor je paard.

-Leid je paard over een zeil dat op de grond ligt. Begin met een klein stukje en breid dit uit. Je kunt het zeil ook gebruiken om het paard te 'aaien' of het over zijn rug te leggen.

-Als je paard nog niet gewend is aan auto's vraag dan iemand om een auto neer te zetten. Hier leid je het paard rustig langs. Als volgende stap laat je de motor van en auto draaien wanneer het paard erlangs loopt. Om het moeilijker te maken kun je de auto vervangen door een tractor of ander voertuig.

-Zet harde muziek aan, luid een bel, of gebruik klapperhandjes.

-Leid je paard door een gordijn van slierten. Eerst hang je de slierten opzij en loop je er onder door. Hang steeds wat meer slierten in het midden waar je paard doorheen moet lopen. De slierten vegen dan ook langs zijn lichaam, wat het extra spannend maakt.

5. Wanneer je aan de slag wilt gaan met schriktraining, hebben we nog wat laatste tips voor je. Om het voor jullie beide leuk én veilig te houden, heb je hier vast wat aan!

-Hou altijd goed de reactie van het paard in de gaten. Vind het paard het eng, laat hem dan rustig kijken. Probeer zelf om niet te staren naar je paard, want dat is wat roofdieren doen. Dan voelt hij zich bedreigd.

-Beloon je paard wanneer hij de goede reactie geeft. Doe dit zo snel mogelijk, anders weet hij niet meer waarvoor je hem precies beloont. Dit hoeft niet per se een snoepje te zijn, maar kan ook met je stem of een kriebel.

-Neem veel kleine stapjes. Neem pas de volgende stap als je paard rustig op de eerste reageert.

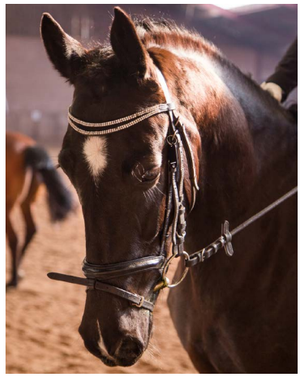
-Neem alle tijd die nodig is, maar ga niet te lang door. Gun je paard even pauze als hij een paar moeilijke dingen heeft gedaan. Je kunt er ook voor kiezen om een paar dagen later weer verder te gaan.

-Als je paard het heel spannend vind, kun je iemand anders met een rustiger paard vragen om je te helpen. Als het bangere paard ziet op welke manier het rustigere paard reageert, krijgt het zelf ook meer vertrouwen.

6. Als jullie alle oefeningen beheerst hebben uitgevoerd terwijl jij naast je paard liep, kun je het nu onder het zadel proberen. Doe dit alleen als jullie er beide klaar voor zijn.

Wedstrijdnieuws

6 Maart was de eerste wedstijd van de nieuwe concoursgroep! Dit was op Manege het Slangenbeek. De paardjes en ruiters hebben het erg goed gedaan. Lotte is zelfs eerste geworden! Voor Shadow en Nelson was dit de eerste keer op concours. Nelson gedroeg zich goed en liet zich goed horen. Hij was nonstop aan het hinnikken. Shadow daarentegen vond het heel erg spannend. Hij rende soms weg en maakte wat rare sprongen. Gelukkig is Laura goed blijven zitten!



Wedstrijdplanning

Er staan de komende tijd weer allerlei leuke en spannende wedstrijden op de planning!

~~Zondag 24 april 2016: Bixie springen (voor de aspiranten)~~
Zondag 5 Juni 2016 : Clubkampioenschap (Signaalruiters, instructie en privé)
Zondag 3 Juli 2016: Springen (voor de uurslessen)

Hou deze data alvast vrij in je agenda!

Lekker op de fiets naar je club!

Bij mooi weer extra lang in de zon
en bij regen ben je toch al nat.

Woensdag's gesloten

GEERDINK FIETSEN

Geerdinksweg 36
7556 DN Hengelo (O)

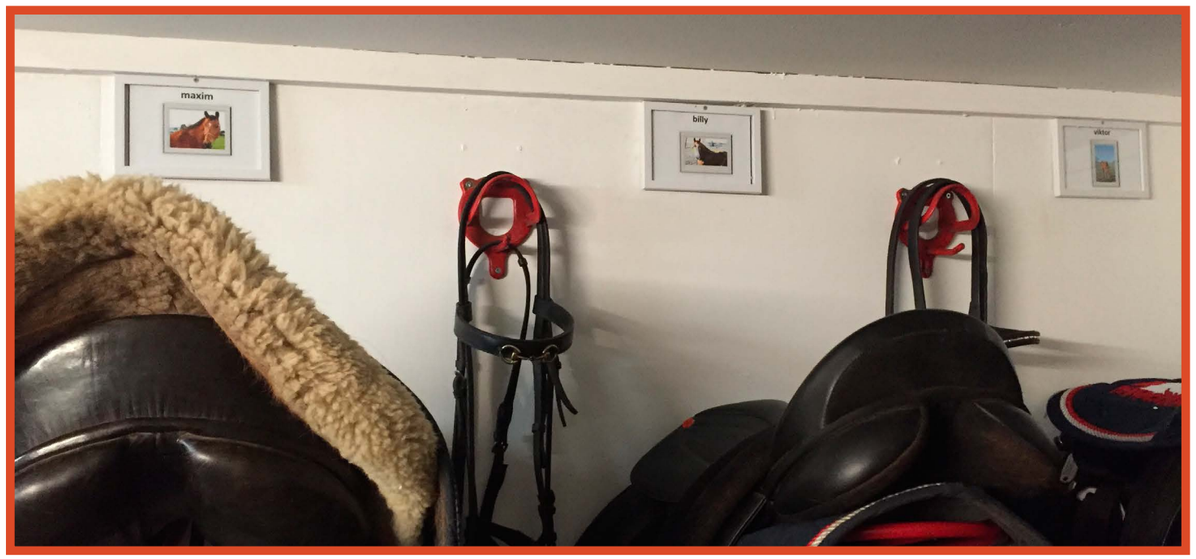
Telefoon 074 - 2913429
Fax 074 - 2503413

Opknappen zadelkamer

Het was nodig! Misschien hebben jullie het al wel gezien? De zadelkamer van de paarden zag er niet zo mooi meer uit. Daarom hebben we hem opgeknapt!

De muren zijn opnieuw geverfd, de zadels hangen nu op de juiste plek en het is weer helemaal duidelijk welk zadel en hoofdstel bij welk paard hoort.

Ook zijn er mooie lijstjes met foto's en de namen van de paarden opgehangen. Iedereen die mee heeft geholpen heel erg bedankt!



Ruime keuze uit diverse topmerken zoals:

KENTUCKY
INDIVIDUAL RIDING AND FASHIONWEAR
PK | INTERNATIONAL SPORTSWEAR
euro-star
PAGONY®
stübben
BR
PIKEUR®
ANKY®
TECHNICAL CASUALS
G. PASSIER® & SOHN
Joules
SCHOCKEMÖHLE SPORTS
Mondoni®
kieffer
generations of excellence
Rossner
Cavallo®
Qualität sitzt.

DIVOZA
HORSEWORLD
's werelds grootste collectie ruitersportartikelen

12:00
VOOR 12.00 UUR BESTELD
DE VOLGENDE DAG
AL IN HUIS!

DIVOZA Horseworld

Bestellijn (0594) 51 21 45

OPEN 24 uur bestellen
www.divoza.com

Megastores

Divoza Horseworld Enschede
Westerval 20, 7545 MZ Enschede

Divoza Horseworld Heteren
Ressenerbroek 16, 6666 MR Heteren

Divoza Horseworld Staphorst
Weth. Buitenhuisstraat 4-A, 7951 SM Staphorst

Divoza Horseworld Leek
Zernikelaan 16, 9351 VA Leek

Divoza Horseworld Zoetermeer
Edelgasstraat 45, 2718 SX Zoetermeer

Playbackshow!!!

19 Maart was er een playbackshow op de manege. Het was een geslaagde avond met leuke acts! Zie hier een klein fotoverslag. Ook vind je hieronder een filmpje van alle acts! Sisteract heeft de avond gewonnen en “boerinthart’ Oerend hard heeft een mooie tweede plek behaald!

We hebben er een mooi filmpje van gemaakt! Wil je hem zien? Klik op de foto hierboven. Doet de link het niet, zoek dan op youtube op ‘‘Playbackavond Ponystal Hengelo’’.

https://www.youtube.com/embed/lSs68nXKsmA

Hinnikbode Fotowedstrijd

Thema: Portret

Deze prachtige foto's hebben we allemaal binnen gekregen.
Lotte heeft de wedstrijd deze keer gewonnen. Van harte gefeliciteerd.
We zorgen dat je snel je zak brokjes krijgt.
De rest bedankt voor het meedoen!

Iedere keer dat er een Hinnikbode uitkomt kunnen jullie meedoen met de fotowedstrijd. Deze keer was het thema: Paardenportret! Hiernaast zie je de inzendingen met als winnaar Marit Brok!

In eerste instantie win je een zakje met brokjes voor je paard. Maar aan het einde van het schooljaar (september 2016), doen alle winnaars mee voor de grote prijs! Namelijk een echte fotoshoot (met of zonder paard) aangeboden door Maaike Hogebrug Fotografie.
(www.maaikehogebrug.nl - *klik op de link!)*

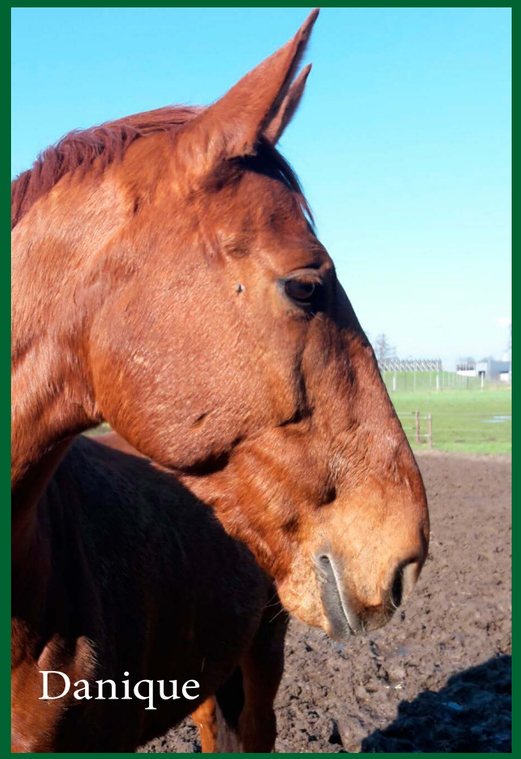
De winnaars van de fotowedstrijd worden per thema bepaald door de redactie van de Hinnikbode. De uiteindelijke jaarwinnaar wordt gekozen door jou vrienden op facebook! Wie dan de meeste stemmen krijgt ontvangt de fotoshoot cadeau!

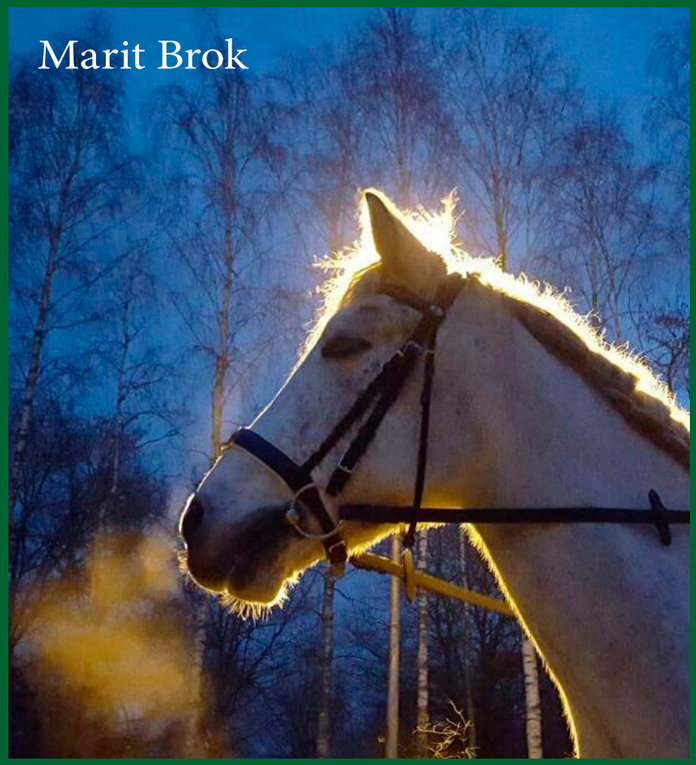
Wil je kans maken op deze fotoshoot? Doe dan mee met de volgende fotowedstrijd en stuur je foto in!

Het nieuwe thema is:

Gymnastiek op het paard!

Maak een mooie foto binnen dit thema. Stuur je beste foto in en wie weet win jij de volgende fotowedstrijd en uiteindelijk de fotoshoot!





't Ruiterparadijs

De meest veelzijdige ruitershop van het oosten

Een paradijs voor elke paardenliefhebber!

Openingstijden:

ma	9.00 - 18.00 uur
di	9.00 - 18.00 uur
wo	9.00 - 18.00 uur
do	9.00 - 18.00 uur
vr	9.00 - 20.00 uur
za	9.00 - 17.00 uur

ma t/m vr gesloten
van 12.30 - 13.30 uur

Ook uw adres voor dekenwas service & zadelpasservice!

Goorsestraat 22b
7496 AD Hengevelde

Tel: (+31) 0547 - 333113
www.ruiterparadijs.nl

De Rabobank sponsort de nationale top én lokaal talent.
Sport inspireert en verbindt. Daarom ondersteunt de Rabobank niet alleen de nationale selecties maar helpen we ook jong talent binnen de paardensport. Met het Rabo Talentenplan halen veelbelovende ruiters het beste uit zichzelf.
rabobank.nl/centraaltwente

Een aandeel in elkaar

Rabobank

Ontdek alles over de Rabobank en sport op rabosport.nl

Alles op het gebied van weidegang

06 - 15 14 1990

De grote Hinnikbode Fotowedstrijd

Thema:
Gymnastiek op het paard!

De opdracht

PONYSTAL HENGELO

1. Maak een foto van jou in gymnastiek houding op het paard!
2. Mail je foto vóór 1 Juni naar hinnikbode@gmail.com met als onderwerp: ´´fotowedstrijd´´. Vermeld ook je naam!
3. De leukste inzendingen komen in de volgende Hinnikbode.
4. Wie weet win jij een zak brokjes en maak je kans op de fotoshoot! *(Voor de voorwaarden zie de Hinnikbode)*