

Column Haïke Blaauw

Is paardrijden een positieve vorm van gameverslaving?

Wanneer gameverslaafden wakker worden is gamen het eerste waar ze aan denken. Hele weekenden blijven ze binnen om tot diep in de nacht achter de computer te zitten en raken daarmee hun sociale contacten kwijt of putten zichzelf volledig uit achter het beeldscherm. Paardrijden zou je ook kunnen beschouwen als een vorm van gameverslaving maar dan wel een met vrijwel alleen maar positieve kanten. Er gaat zoveel tijd in zitten als je zelf wil en je krijgt juist nieuwe sociale contacten met mens & dier. Pedagogogen hebben onderzocht wat de pedagogische waarden zijn die verbonden zijn aan het recreatief paardrijden. Dit onderzoek heeft aangetoond dat paardrijden het kind meer zelfvertrouwen en vertrouwen in de ander geeft. Daarnaast leer je verantwoordelijkheid te dragen voor levende wezens en om te gaan met een paard op basis van gelijkwaardigheid. Om te kunnen paardrijden is tevens bescheidenheid en moed nodig maar leer je ook om denken, voelen en bewegen te integreren.

Onlangs vroeg een kind aan mij waarom mensen geen paardenoren hebben. Mijn wedervraag aan haar was; "waarom zou je dat willen?" Ze antwoordde: "omdat paarden goed kunnen luisteren en dit aangeven door hun oren naar mij te draaien wanneer ik tegen ze praat".

Bijkomend voordeel is ook nog dat kinderen die paardrijden buiten komen en dicht bij de natuur worden gebracht. Toen er nog geen computers bestonden hadden kinderen geen keuze, buitenspelen was de norm maar dat is al lang niet meer zo. Teveel kinderen zitten dagenlang binnen voor de beeldbuis in hun goed geïsoleerde huizen waardoor ze onvoldoende gezonde buitenlucht inademen.

Paardrijden is dé oplossing om kinderen voldoende weerstand op te laten bouwen en hun passie voor het paard te delen met nieuwe vriendjes, daar kan geen computer of game tegenop!

Haïke Blaauw,
Directeur FNRS



EquiTalentPlan

Herkenning & ontwikkeling van talentvolle manegeruiters.

Als actieve wedstrijdamazone en fanatieke instructrice vond Sanne Winters dat er iets miste in de opleiding van onze manegeruiters. Een aantal hiervan is talentvol en/of zeer gedreven om beter te worden en wil graag prestaties leveren.

Aangezien er voor deze ruiters nog geen talentontwikkelingsplan bestond, heeft Sanne er zelf een geschreven. Naast Sanne Winters hebben ook Adelinde Cornelissen, Sanne Beijerman en Marlon van Wissen hun input voor het plan gegeven.

"Het motto 'Waar een wil is, is een weg' is hier zeker van toepassing!"
Adelinde Cornelissen

Beloftentraining (3 maanden)

Deze 12 ruiters krijgen een kwartaal lang 1 x per week les op een vaste pony/paard. Dit is verdeeld over 2 lessen met elk maximaal 6 ruiters. Daarnaast zullen de ruiters aan 3 ruitertfiteid trainingen deelnemen.

Waar we naar streven in de belof-tentraining is, dat de ruiter zichzelf en de pony/het paard waarop zij rijdt rijtechnisch kan verbeteren. Er wordt van de beloften verwacht dat zij haalbare doelen stellen en daar gericht en doordacht naar toe werken, onder begeleiding van Sanne Winters. Het is belangrijk dat de ruiters hun kwaliteiten kunnen laten zien op wedstrijden.

Aan het einde van dit kwartaal, wordt een KNHS B proef gereden, waaruit een minimale score moet komen van 62%, deze proef wordt gejureerd door Sanne Winters en een externe persoon.

Naast de score van de proef, worden individueel de volgende eisen gesteld om geselecteerd te worden



De 12 beloften van 2016 (een niet op de foto).

in de Talententraining:

- Coachbaarheid
- Leergierig
- Doorzettingsvermogen
- Talentvol
- Sportief
- De wil om te winnen/verbeteren
- Om kunnen gaan met druk, presteren onder druk

Tijdens de belof-tentraining worden protocollen bijgehouden van de ruiters waarin hun vorderingen worden vastgelegd. Ook krijgen de ruiters hun eigen logboek dat ze bij moeten houden.

Uit de 12 beloften worden na het eerste kwartaal 6 talenten geselecteerd voor de Talententraining.

"Een nieuwe doelgroep voor talentontwikkeling en een mooi opgezet, ambitieus plan"
Sanne Beijerman

Talententraining (9 maanden)

Wat kun je in de talententraining verwachten?

- 3 kwartalen 2 x per week dres-suurles (maximaal 6 personen)
- 1 x per week ruitertfiteid training
- 4 KNHS proeven rijden (uitslagen tellen mee in eindoordeel)
- 4 van de 5 FNRS proeven meerijden, Clubkampioenschap verplicht

- 1 x les van externe instructeur
- 1 x Clinic Mental Coaching
- 1 x proefgerichte clinic
- 1 x flexchairtraining
- Filmpje opnemen van ieder talent, waarin zij uitlegt aan publiek waarom ze op haar moeten stemmen, laten zien wat ze geleerd hebben
- Talent van het jaar verkiezing

"De beste proeven zijn de proeven waarbij alles vanzelf lijkt te gaan"
Marlon van Wissen

EquiTalent award

De uiteindelijke winnaar krijgt een jaar lang een 'eigen pony' met KNHS startpas ter beschikking met 1 x per week privéles van Sanne Winters.

Aan het eind van het jaar wordt de finalewedstrijd gereden waaruit het Talent van het jaar komt. Daarnaast wordt een selectiewedstrijd gereden voor nieuwe beloften, die na selectie in het daaropvolgende jaar kunnen starten met het traject. Je kunt ook deelnemen als je al eerder in de Beloften- of Talententraining hebt gereden. Eisen deelname: rijden op niveau 4-5.

Er is 1 wildcard te vergeven voor de selectie voor de Belof-tentraining, Sanne Winters selecteert deze ruiter.



In deze
krant

2. Nieuw proevenboekje



2. Equilon



2. Kinderpartijtjes



3. Nieuw weiland



3. Tienerweekend



4. Sanne & Ronald



www.facebook.com/stalhetkabel

Crossterrein / Crossdag

Nu de zon zich steeds meer laat zien kunnen we weer gebruik gaan maken van het crossterrein. Zolang de weersomstandigheden het toelaten plannen we iedere maand een crossdag in. Tijdens deze crossdag is er de mogelijkheid om een uur lang les op het crossterrein te krijgen. Deze les is ook geschikt voor de beginnende cross ruiter met voldoende springervaring (vanaf niveau Va2). We rijden in groepjes met maximaal 5 ruiters per les. Bij voldoende aanvraag worden de lessen naar niveau ingedeeld.

Zin om mee te doen? Geef je dan op via info@stalhetkabel.nl Een les met een manegepaard kost €35 euro, doe je mee met je eigen paard, dan betaal je €17,50.



Agterberg

Agterberg heeft de nieuwe rijbaan in de nieuwe hal aangelegd en tevens meteen de buitenbaan en longeercirkel voorzien van nieuw zand. De binnenbaan is gelaserd en dus weer mooi vlak!

Vanaf nu gaan de voltige, 3/4 lessen en nog wat andere lessen en activiteiten naar de nieuwe hal. Er komt binnenkort een video systeem zodat het mogelijk is om vanuit de kantine alles wat in de hal plaats vindt te kunnen volgen.

KNHS

Dressuur- en menproeven app

Met de KNHS Dressuur- en menproeven app bereid je je optimaal voor op je dressuurwedstrijd. De app is op 1 maart 2106 gelanceerd voor iOS en Android smartphones en kost eenmalig €4,99.



Functies

- Bekijk alle proeven uit het KNHS Dressuurproevenboekje 2016, ook van de nieuwe F-proeven: klasse F1A t/m F12B
- Bekijk videobeelden van de dressuurproeven en luister naar de ingesproken toelichting
- Spreek zelf een proef in op het tempo van jouw paard en oefen daarna zonder voorlezer, bijvoorbeeld met oortjes in
- Exclusief bonusmateriaal voor KNHS-leden: unlock gratis Tips van de Pro met je KNHS-relatienummer
- Bekijk het laatste dressuurnieuws van knhs.nl
- Bekijk het algemeen wedstrijdreglement en het disciplinereglement dressuur

KNHS & FNRS

Dressuurproevenboekje 2016

Het KNHS Dressuurproevenboekje 2016 staan de dressuur- en menproeven die per 1 april 2016 ingaan, inclusief de vernieuwde F-proeven.

Het KNHS dressuur- en menproevenboekje is een complete gids over dressuur. In dit boekje zijn de KNHS-proeven voor individuele dressuur, afdelingsdressuur, mannen dressuur, de vrije proeven voor 4-, 5- en 6-jarige paarden, de verplichte onderdelen voor de Kür t/m Z1 en de F-proeven opgenomen. Daarnaast staat er een uitgebreide toelichting op het doel van dressuur en het scala van de africhting, de rode draad die door de dressuurproeven vanaf de klasse B loopt. Tot slot worden diverse begrippen toegelicht en lees je welke beoordelingscriteria juryleden gebruiken bij het beoordelen van de gevraagde oefeningen en figuren.

Om losrakende pagina's te voorkomen is er voor dit proevenboekje een andere afwerking gekozen dan het vorige boekje: genaaid gebrocheerd i.p.v. gelijmd gebrocheerd.

Correcties op het proevenboekje worden op knhs.nl vermeld en aangepast in de dressuurproeven app.



Nieuwe F-proeven

Tijdens de FNRS wedstrijd op 10 & 11 september rijden we de nieuwe proeven. Tot die tijd kun je gewoon nog gebruik maken van het oude proevenboekje.



Nieuw evenement Equilon

Op zondag 3 juli organiseren wij een nieuw evenement genaamd 'Equilon'. Dit is een variant op de triatlon in estafette vorm voor het goede doel.

Een team bestaat uit 3 deelnemers. De eerste legt een vaardigheids- of springparcours te paard af, de volgende fiets een route over het crossterrein en om het nieuwe land en tot slot loopt het laatste teamlid een stuk van ongeveer 1 kilometer over verharde en onverharde ondergrond.

Ieder team moet zich voor minimaal 25 euro laten sponsoren, een deel hiervan is inschrijfgeld, de rest gaat naar 'Stichting voor het vergeten kind'. Deze stichting zorgt er voor dat vergeten kinderen een veilige leefomgeving krijgen en zich weer even echt kind kunnen zijn door het organiseren van vrolijke activiteiten en sprankelende evenementen.

Niveau eisen

De ruiter moet minimaal niveau Vaardigheid 2 hebben zodat het vaardigheidsparcours veilig afgelegd kan worden. De meer gevorderde springruiter legt een springparcours af. Ook moet er in ieder team minimaal een volwassen persoon zitten.

Meer informatie of opgeven via info@stalhetkabel.nl
www.hetvergetenkind.nl



Kinderpartijtjes

Gezellig met je vriendjes en vriendinnetjes je verjaardag vieren bij Stal 't Kabel. Wie wil dat nu niet?! En ze hoeven niet te kunnen paardrijden hoor! Sommige vriendjes of vriendinnetjes denken misschien dat paardrijden suf en simpel is. Op jouw feestje zullen ze merken dat het nog helemaal niet zo eenvoudig is! Maar wel heel leuk! Jullie gaan uiteraard rijden op de pony's onder begeleiding van de instructeur. Daarnaast is het ook nog mogelijk om bijvoorbeeld Horsemanship of Ruiterfit te doen. Aan het eind sluiten we af met een lekker frietje en limonade.

Meer informatie over de diverse mogelijkheden kunnen jullie aanvragen via info@stalhetkabel.nl

Laatste nieuws

De nieuwe stallen zijn in gebruik!

Eindelijk zijn de nieuwe stallen af en staan de paarden er in. Wij zijn super trots op het resultaat en de paarden lijken het er ook naar hun zin te hebben!



Connery Fickel

De familie Fickel heeft na lang zoeken een paard gevonden. Connery stond al een paar weken op stal en toen de klik goed bleek is besloten om hem te kopen. We wensen jullie heel veel plezier met hem!





Ponyweekend Slapen op de manege!

Wil je ook zo graag een keer op de manege logeren vlakbij je lievelingspony? En dan 3 dagen alleen maar activiteiten met pony's doen? Wat we onder andere gaan doen: iedere dag paardrijden, voltige, zeskamp, buitenrit, springen, film kijken, ruitersfitheid, 1 nachtje slapen op de manege...

Kosten: €185,-
Leeftijd: vanaf 7 jaar.



Ponyrijden vanaf 4 jaar

Iedere eerste zondag van de maand is er ponyrijden voor kinderen vanaf 4 jaar. De kinderen worden een half uur vermaakt op een pony die vastgehouden wordt door een naastloper.

Kosten: €8, inclusief een glaasje limo na het rijden.

Opgeven of meer info

Wil je je opgeven voor een van de activiteiten of wil je nog iets meer informatie? Stuur dan een mail naar info@stalhetkabel.nl

Ingrid Huisman werkt bij ons op kantoor en zal je zo snel mogelijk terug mailen.

Activiteiten & jarigen

Mei

- 1 Ponyrijden vanaf 4 jaar
Crossdag manege
Ori (2008) jarig
- 4 Fleur (1996) jarig
- 5 Hemelvaartsdag - geen les
- 5 Jumping Maassluis
- 8 Proefjesdag gehandicapten
- 14 t/m 16 Ponyweekend
- 21 Kendi (1992) jarig
- 22 KNHS wedstrijd
- 28 & 29 FNRS wedstrijd

Juni

- 3 Joris (2001) jarig
- 4 & 5 Voltigewedstrijd in Ermelo
- 5 Ponyrijden vanaf 4 jaar
Crossdag manege
- 6 Gaudi (1994) & Puck (1992) jarig
- 10 Jack (2005) jarig
- 14 Esra (2009) jarig
- 23 Harry (2004) jarig

Juli

- 3 Equilon
- 10 Vaardigheid & (Oefen)Springen
- 13 Zamba jarig (2004)
- 16 t/m 18 Tienerweekend
- 16 t/m 24 Vakantiesluiting - geen les
- 31 KNHS wedstrijd

Clinics 2016 Vergroot je kennis

In 2016 hebben we weer een stel interessante clinics gepland staan.

We zijn onder andere bezig met het organiseren van een clinic met de Flexchair en een proefgerichte clinic.

Zodra we hier meer duidelijkheid over hebben horen jullie dit uiteraard van ons.

Wil je graag deelnemen aan een van deze clinics of heb je suggesties voor een onderwerp? Stuur dan een mail naar info@stalhetkabel.nl

Tienerweekend (16 t/m 18 juli) Vanaf 12 jaar

Een 3-daags ponyweekend maar dan vanaf 12 jaar.

Het programma is nog niet rond maar wat er zo ongeveer op zal staan is een bezoek aan een andere stal, een cursus toiletteren, ruitersfitheid, dressuurles, crosstraining, buiterrit en uiteraard een bonte avond inclusief een nachtje slapen op de manege! Naast dit alles is er uiteraard vooral heel veel gezelligheid!

Kosten: €200,-
Leeftijd: vanaf 12 jaar.



Veulenles

In april starten er 2 nieuwe veulenlessen op woensdag- en vrijdagmiddag. De veulenles is speciaal voor kinderen van 5 en 6 jaar die al gek zijn van pony's maar nog te klein zijn voor een reguliere les. Het doel van deze les is de kinderen vertrouwd te laten worden met de pony's. De les wordt afgestemd op de ontwikkeling van de kinderen en is een goede voorbereiding op de reguliere lessen die vanaf 7 jaar gevolgd kunnen worden.

De lessen bestaan uit 4 verschillende onderwerpen: dressuur, voltige, vaardigheid en horsemanship.

Opgeven of meer informatie via info@stalhetkabel.nl

Voltige wedstrijd Mooie resultaten!

In april zijn de voltigeteams met Zoë en Joris op wedstrijd geweest bij St. Hubertus in Lisse. Ze behaalden hierbij een 2^e, 5^e en 7^e plek. Mooie resultaten dus weer!



Toelichting Indeling paarden

Voor de indeling van de lessen werken wij met Manegeplan. In dit programma houden wij elke dag bij hoeveel uur onze pony's en paarden lopen. Via dit systeem kunnen wij onze paarden dus heel goed managen. Ieder paard heeft een maximaal aantal uren per dag en per week.

Om die reden worden sommige pony's in bepaalde lessen nooit ingezet omdat zij dan op andere uren moeten lopen.



Mitch

Eind februari is Mitch geopeerd aan koliek. Zijn revalidatie ging heel voorspoedig, hij kreeg steeds meer van zijn streken terug en voelde zich erg goed. Helaas kreeg hij op dinsdag 29 maart een hevige pijnaanval en is hij met spoed naar Utrecht gebracht. Hier bleek dat ze niets meer voor hem konden doen en is besloten om hem in te laten slapen. We zullen hem erg gaan missen!

Snorrie



Nog een nieuw 'gezicht' op de manege is de pony Morlena. Hij staat in de stal naast Gaudi. Morlena vinden we niet echt bij zijn stoere uiterlijk passen, daarom noemen wij hem Snorrie.



Nieuw weiland

Het nieuwe weiland wordt momenteel klaar gemaakt zodat de paarden er deze zomer heerlijk van kunnen gaan genieten!



Silke & Jessica

De komende maanden loopt Silke stage bij ons. Ze zit momenteel in haar examenjaar van NHB Deurne en zal naast haar werkzaamheden op stal ook les gaan geven.

Jessica kan het lesgeven helaas niet meer combineren met haar andere werk en stopt met lesgeven. Silke zal haar lessen overnemen.



Sanne & Ronald Eigenaren van Stal 't Kabel

Ruim 8 jaar geleden zijn wij de uitdaging aangegaan om van een leegstaande manege weer een bloeiend bedrijf te maken.

We hebben sindsdien heel veel geïnvesteerd in het moderniseren en opknappen van het onroerend goed en tevens hebben we ondertussen een nieuwe hal en crossterrein gecreëerd.

Onze visie is om ruiters op een plezierige en verantwoorde manier te leren paardrijden. Afwisseling vinden wij hierbij heel belangrijk.

Om die reden kun je bij ons heel veel verschillende takken van de paardensport beoefenen. Dressuur, springen, voltige, crossen maar ook vinden wij de fitheid van de ruiters heel belangrijk. Daarom bieden wij ook ruitersfit trainingen aan.

Sanne

Als jong meisje was ik al gek van paarden en dat is nooit meer over gegaan. Mijn passie ligt bij het rijden zelf maar ook bij het lesgeven. Ik vind het heel mooi om combinaties die bij mij trainen verder in de sport te helpen en kan heel blij worden als een paard/pony fijn voor elkaar door de baan gaat. Ook bij de manegelessen streef ik er naar om elke ruiters zo goed mogelijk te leren paardrijden. Hieruit is ook het Equitalentplan ontstaan.

Mijn eigen doel is om met mijn paard Ulixes Grand Prix te rijden. We zijn er bijna, we mogen nu Midden Tour rijden. Indien we daar 60% rijden mogen we Grand Prix starten.

Ronald

Ik ben op mijn 13e begonnen met paardrijden op een manege in Bergen op Zoom. Na mijn

schooltijd ben ik een tijdje werkzaam geweest op een trainingsstal in Duitsland. Na deze periode is paardrijden altijd een grote hobby van mij geweest. Ik ben een tijd fanatiek springruiter geweest en heb verschillende paarden uitgebracht in de springsport.

Sinds 1 januari van dit jaar ben ik met mijn bloemenhandel gestopt en ben ik volledig werkzaam op de manege.

Mijn doel binnen onze stal is om de spring- en crosslessen en faciliteiten verder uit te breiden. Daarnaast willen wij onze stal ook uitbreiden met een handels- en trainingsafdeling.

Verder ben ik verantwoordelijk voor de horeca en het onderhoud van ons bedrijf.

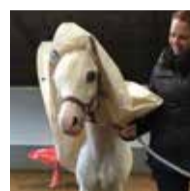
Dus we hebben plannen genoeg, ik heb zin in deze uitdaging!

Fantastisch eerste volwassenenweekend

Wat hebben we genoten! Het eerste volwassenenweekend was super gezellig. Spierpijn van de zitjes, het sporten en vele lachen. Allemaal gesprongen (voor de meesten was dit de eerste of een van de eerste keren). Een dressuurclinic van Sanne met Ulixes, dressuurles,

Horsemanship, slapen in de kantine en voor de bonte avond was er zelfs een heus 'Stal 't Kabel lied' gemaakt.

We kijken nu al uit naar volgend jaar en gaan hard oefenen voor onze act op de bonte avond ;)



Sponsor in the spotlight

De sponsor van deze krant is Studio ADREM

Studio ADREM is de ontwerpstudio van Anne van Winkoop. Naast haar werk bij ons op stal is zij dagelijks met haar computer achter haar computer te vinden om de mooiste creaties te maken.

Nu, bijna 5 jaar later, heb ik een zeer diverse klantenkring opgebouwd. Mijn voorkeur ligt bij het drukwerk ik zeg wel eens 'ik ontwerp alles wat gedrukt kan worden'.

Op een gegeven moment ben ik met wat klanten in de bloembollensector in contact gekomen. Hiervoor ontwerp ik veel verpakkingen die over de hele wereld in de winkel staan. Het kan dus zomaar dat jullie ooit eens een ontwerp van mij hebben gekocht!

Voor Stal 't Kabel ontwerp ik onder tussen zo ongeveer alles; de posters, flyers, logo's, folder, banners en zelfs de fotoboeken.

De combinatie op stal werken en daarnaast ontwerpen is voor mij nog steeds super. Aangezien het ontwerpen veelal achter de computer plaats vindt ben ik blij als ik op stal lekker les kan geven of achter de bar kan staan. Een super afwisseling waardoor ik steeds weer zin heb in een nieuwe werkdag.

Anne van Winkoop
Studio ADREM

www.studioadrem.nl



studio
ADREM

Belangrijke gegevens

Adres:

Stal 't Kabel
Kabel 109
2153 MD Nieuw-Vennep

Telefoon: 0252 681 789

info@stalhetkabel.nl
www.stalhetkabel.nl

Colofon

De Kabelkrant is een uitgave van Stal 't Kabel

Tekst en redactie:

Sanne Winters, Ronald Boers, Ingrid Huisman, Anne van Winkoop

Fotografie:

Jean-François Ignasse, Louise Ignasse, Anne van Winkoop

Vormgeving:

Studio ADREM
Anne van Winkoop
www.studioadrem.nl

Niets uit deze uitgave mag worden overgenomen, vernemenigvuldigd of gereproduceerd zonder schriftelijke toestemming van Stal 't Kabel. Deze uitgave is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. Druk, zetfouten en deze snelle samenleving kunnen er echter voor zorgen dat er onjuistheden staan vermeld. Dit zou ons ten zeerste spijten, echter wij kunnen hiervoor geen aansprakelijkheid aanvaarden.

Enkele 'bekenden' uit de winkels, kijk voor andere ontwerpen op www.studioadrem.nl



Geef Pepper een mooie oude dag met je oude mobieltje of lege cartridge!

Heb je nog ergens in een la een oude mobiele telefoon liggen? Of zijn je cartridges leeg? Lever ze dan nu in om pony Pepper een mooie oude dag bij De Paardenkamp te bezorgen.

Pepper was 1,5 jaar oud en zwaar verwaarloosd. Gelukkig kwam hij toen bij een eigenaar terecht die wel goed voor hem zorgde. Tot hij 29 jaar werd en naar De Paardenkamp, het nationaal rusthuis voor oudere paarden en pony's, mocht. Hier geniet de minshetlander nu van een mooie oude dag en draaft hij dagelijks door de wei.

Wil jij Pepper en de andere oudere paarden helpen? Geef dan je oude mobieltjes of lege cartridges voor De Paardenkamp. Met de opbrengsten van de recycling kan De Paardenkamp Pepper van slobber voorzien, de dierenarts betalen en zorgen dat hij voldoende beweging krijgt. Help mee! Je vindt de inzamelbox in de hal bij het prikbord.