

Paardrijden

Je kind zal bij elke soort sport genoeg water in de sporttas moeten inpakken. In het begin is comfortabele kleding en schoeisel genoeg voor paardrijles. Des te professioneler je kind de paardrijdsport beoefent, des te meer materiaal is er ook nodig. Normaal gesproken verschijnen de kinderen in hun rijkleding op de paardrijles en kunnen in de meeste gevallen niet douchen na de tijd. Daarom heeft je kind geen douchespullen nodig in de sporttas.

Wat in elke sporttas thuishoort

Kleding

- ☐ Comfortabele, functionele kleding waarin je goed kan bewegen

Lichaamsverzorging

- ☐ Klein handdoekje
- ☐ Deodorant (vanaf de puberleeftijd)
- ☐ Eventueel schone kleding voor de terugweg en een tas voor vieze kleding

In de zomer

- ☐ Licht T-shirt
- ☐ Zonnebrandcrème (als je naar buiten gaat)

In de winter

- ☐ Jas of dunne trui, die onder een bodyprotector voor het paardrijden past

Overige

- ☐ Voldoende water
- ☐ Fruit, energiereep (na het sporten)
- ☐ Eventueel een wortel voor het paard

Schoenen en kleding voor paardrijles

- ✓ Paardrijcap, met de certificering CE EN 1384 of CE EN 14572
- ✓ Vaste paardrijlaarzen zonder professionele zolen
- ✓ Lange paardrijbroek
- ✓ Paardrij handschoenen
- ✓ Bodyprotector voor het paardrijden

Schoenen en kleding voor voltige

- ✓ Gymschoenen met lederzolen
- ✓ Luchtig T-shirt
- ✓ Lichte broek



Accessoires

- ✓ Haarelastiekje, haarspeldjes en eventueel haarnetje voor de knot (bij kinderen met lang haar)
- Eventueel een haarnetje voor de knot tijdens de voltige les

Bespreek bij de bezichtiging van de manege met de rijleraar wat je kind concreet nodig heeft, zodat je alle belangrijke dingen voor de paardrijles paraat hebt. Meer informatie vind je in ons artikel over [paardrijden](#).