SVENSKA RIDSPORT FÖRBUNDET

Anvisningar sportkörning - Warm Up och Cool down

Warm Up

Arrangör kan välja att ersätta A-sträckan med en Warm Up.
Uppvärmning på en avgränsad yta, 20 minuter för alla ekipage förutom barnklass som har 10 minuter eller ingen alls. Under denna tid får ekipaget inte stå stilla utan det är skritt/trav/galopp som gäller. Har man LB-klass tillsammans med andra klasser måste hänsyn tas till att dessa inte får galoppera.
Samma regler gäller här som på en A-sträcka, du har en starttid och ska köra ut efter 18-20 minuter. Det är kuskens ansvar att hålla reda på tiden. Tidsfel precis som på A-sträcka.
I övrigt gäller samma regler som på en A-sträcka. Groom ska finnas på vagnen, får endast gå av för att rätta till utrustningen när ekipaget står stilla.

Cool down

Efter målgång **kan** arrangör välja att ha en cool down på en slinga eller avgränsad yta.
Syftet med denna är att se till att hästarna mår bra efter avslutat maraton. En veterinär **kan** finnas på plats för att pulsa och avgöra när man får avsluta. Tiden för hästen att återhämta sig är väldigt individuell men man bör räkna mellan 10-15 minuter. Det är tillåtet att ta av benskydd och groomen behöver inte stå på vagnen men ska vara i närheten av ekipaget.
Det är tillåtet att kyla med vatten, lossa remmar på selar och släppa på kindkedjan. Hjälm och skyddsväst ska vara på så länge man är kvar på vagnen.