

Sydbank SommerCamp – en oplevelse for livet



I weekenden den 18.-20. august fik 26 piger, i alderen 11-16 år, en enestående hesteoplevelse med i bagagen. De var nemlig deltagere på årets Sydbank SommerCamp, der afvikledes hos Helgstrand Dressage og Uggerhalne Sportsrideklub. Sydbank SommerCamp er en unik weekend for alle hesteinteresserede piger og drenge, med oplevelser og sammenhold i særklasse. For at komme med på Sydbank SommerCamp udskrives en konkurrence, hvor deltagerne laver en video eller et billede og bruger dette til at motivere hvorfor de, eller personen de nominerer, har fortjent en fantastisk oplevelse. På baggrund af konkurrencen findes 12 vindere, samt en vinder fra Landsfinalerne, der alle får lov at medbringe en ridekammerat.

[Sydbank SommerCamp introduktionsvideo](#)



Mødet med en stjerne

Fredag eftermiddag ankom en flok spændte piger og deres ponyer til Uggerhalne Sportsrideklub i Vodskov. Pigerne fik den store VIP Lounge at bo i, så plads var der nok af. Deltagerne blev begavet med massevis af lækre ting fra de velvillige sponsorer, bla. var der trøjer fra Kingsland, underlag og goodiebags fra Catago, sportstasker fra Sydbank, plejemidler fra Blue Hors og Natalie Horsecare og produkter fra Pavo. Tak til alle sponsorerne for en helt igennem fantastisk gaveregn, som fik smilet frem hos alle.

Efter indkvarteringen var der velkomst og information, og derefter gik turen over på den anden side af vejen, hvor Helgstrand Dressage holder til. Her var der rundvisning på det store kompleks, hvor pigerne fik lov til at komme tæt på en af dressursportens verdensstjerner, Severo Jurado Lopez. Severo, der er ansat som rytter hos Helgstrand Dressage, har netop vundet guld ved verdensmesterskaberne for ungheste, og sidste år blev han nummer fem ved OL i Rio, så det var ikke en hr. hvem-som-helst pigerne løb ind i. Sammen med resten af det spanske landshold var Severo i gang med de sidste forberedelser op mod EM i dressur, men han fandt alligevel tid til at lave en lille clinic for pigerne. Meget lærerigt og samtidig en fed oplevelse.



Rundvisning hos Helgstrand Dressage

Ryttertræning

Efter aftensmaden var det tid til fysisk træning – af rytterne vel at mærke. Det stod fysioterapeut Rikke Riis fra [Equifysio](#) for. Rikke er uddannet fysioterapeut til både heste og mennesker og har derfor en helhedsorienteret tilgang til ekvipagen. Hun hjælper med at rette skævheder hos både hest og rytter og optimerer på den måde ekvipagens præstation. Ved Sydbank SommerCamp modtog alle deltagerne et træningsprogram og lærte desuden forskellige strækøvelser, der kan være med til at holde hesten sund. Pigerne fik virkelig deres sag for med Rikkens øvelser, men fik samtidig også øjnene op for vigtigheden af kropsbevidsthed og af smidighed hos

Sydbank SommerCamp – en oplevelse for livet



både hest og rytter.



Der trænes med bolde som en del af programmet fra Equifysio

Ridning på programmet

En ægte hestepige fodrer selvfølgelig sin hest som det første, og sådan var det også på Sydbank SommerCamp. Efter alle heste var blevet fodret, var det tid til morgenmad for de tobenede. Og så stod den på ridning. Det var beriderne Mette Sejbjerg og Søren Wind fra Helgstrand Dressage, der stod for undervisningen i henholdsvis dressur og springning og sørgede for at alle fik god hjælp og tips de kunne tage med hjem. Efter ridning skulle depoterne fyldes op igen med lækker frokost, og derefter kom Agria dyreforsikring forbi og tog billeder af alle deltagere, som i samme omgang modtog et lækkert dækken.

Hvornår skal man ringe efter dyrlægen?

Det var spørgsmålet dyrlæge Helene Brassøe fra Højgård Hesteklinik stillede, da hun kom forbi til en lærerig eftermiddag. Udover svaret på det spørgsmål fortalte Helene om, hvorfor vi vaccinerer vores heste og om vigtigheden af, at sørge for pleje af hestens tænder. Og så blev der trænet "sæt hale på grisen" i den overførte betydning; "hvor sidder de forskellige led på hesten", hvor pigerne blev bedt om at bandagere fx kodeledet på en hest. Det blev både en lærerig, men også morsom øvelse, hvor nogle ponyer måtte finde sig i nogle lidt atypiske bandageringer.

Efter dyrlægeforedraget var Rikke fra Equifysio igen forbi, for at følge op på den foregående dags træning.

Dagens træning med Rikke blev afsluttet med gulerodsøvelser hos hesten for at bevare dens smidighed og holdbarhed. Lørdag aften bød på en skridttur hos Helgstrand Dressage, og det var en stor oplevelse. Det sidste på programmet lørdag var hygge. Her blev der fx konkurreret i snøbåndsspising og springkonkurrencer for tobenede. En af pigerne der deltog på campen, Elisabeth, er en flittig blogger på de sociale medier og har mere end 47.000 følgere på instagram, og hun delte lidt ud af sin viden og sine oplevelser med dette.



De meget tålmodige ponyer måtte finde sig i at få bandageret led til den helt store guldmedalje

Grooming tips

Søndag bød igen på fodring af både to- og firbenede efterfulgt af ridning ved Mette og Søren. Efter frokost var der grooming på programmet, hvor Mikkala H. Krog kom forbi og delte ud af sine erfaringer. Og Mikkala ved en ting eller to om grooming. Hun er nemlig ansat som groom ved Helgstrand Dressage og der er ikke det store arrangement eller stævne hun ikke har været til. Aachen, DM, Hingstekåring i Herning og ungheste VM er bare nogle få eksempler på, hvor Mikkala rejser hen og som den naturligste ting i verden, får hestene der skal deltage, til at ligne en million. Så det var absolut tips og tricks fra en professionel, som deltagerne fik glæde af. Vidste du for eksempel at det gælder om at lave mange fletninger med kort afstand, hvis din hest har en kort hals/nakke, så vil den syne længere.

Sydbank SommerCamp – en oplevelse for livet



Afslutning

Søndag eftermiddag begyndte forældre og trailere at trille ind på gårdspladsen på Uggerhalne Sportsrideklub. Som en afslutning på en dejlig weekend var alle forældre inviteret på rundvisning på Helgstrand Dressage, hvor indehaverne Andreas og Marianne Helgstrand tog sig god tid til at fortælle om virksomheden, der fejrer 10 års jubilæum i år, og om idéen bag og hvordan forretningen bare er vokset og vokset. Til slut var det tid til farvelknus og udveksling af telefonnumre – der knyttes nemlig gode venskaber i løbet af sådan en weekend med fantastisk sammenhold og once-in-a-lifetime oplevelser.