



Ponnygaloppens grunder

Guiden för dig som vill tävla i ponnygalopp



Innehållsförteckning

Välkommen till ponnygaloppen	3
Tävla i ponnygalopp.....	4
Ryttarens utrustning	5
Ponnyns utrustning	6
Galoppsadling.....	8
Hur börjar man?	9
Vad behöver man för att tävla?	10
Ryttarens sits.....	11
Träning för ponnygaloppryttare.....	12
Förbered din ponny för galopp.....	14
Så här går en tävlingsdag till	16
Hemsida och kontaktuppgifter	19





Lag-SM i ponnygalopp lockar tävlande från hela landet och är en av årets roligaste tävlingsdagar.

Välkommen till ponnygaloppen!

Ponnygalopp är för dig som är mellan 7 och 18 år. Alla ponnyraser är välkomna att delta, med undantag för renrasiga fullblod. Ponnyerna delas in i kategorierna A till D, precis som inom andra hästsporter.

Våra tävlingar och träningar hålls regelbundet på galoppbanorna Bro Park utanför Stockholm, Jägersro Galopp i Malmö och Göteborg Galopp. Dessutom tävlar vi en gång om året på Strömsholm och under Nationaldagsgaloppen på Gärdet i Stockholm.

Det de flesta ponnyjockeys tycker är roligast med ponnygaloppen är tävlingsmomentet, farten och den härliga gemenskapen.

Denna guide är skapad för att hjälpa dig som är ny inom sporten att snabbt komma igång och fatta galoppen. Varmt välkommen!

VISSTE DU DETTA?

- Alla är välkomna – att ha en snabb ponny är inte ett krav för att tävla
- En liten sport = stor gemenskap bland utövarna
- SM i ponnygalopp avgörs varje sommar
- Svensk Galopp arrangerar alla tävlingar och erbjuder även kurser och träningar
- För de som inte äger en egen ponny finns det ofta möjlighet att låna eller hyra en för att delta i tävlingarna

Tävla i ponnygalopp

VARJE
STORLEKS-
KATEGORI
TÄVLAR
FÖR SIG



I ponnygalopp tävlar ryttare som är mellan 7 och 18 år på ponnyer i de olika storlekskategorierna A, B, C och D. Detta gör att du kan vara aktiv i sporten under många år även fast du "växer ur" en ponny.

Att tävla i galopp är något de flesta ponnyryttare kan ägna sig åt. Allt du behöver är en ponny och lusten att rida fort. Ponnyn behöver inte vara av någon särskild ras eller ha en stamtavla*.

I en galopptävling gäller det att ta sig först till mål utan att störa andra ekipage. Det låter enkelt och det är det också när allting fungerar som det ska.

Att rida ska vara roligt och att tävla i ponnygalopp tycker de flesta är riktigt kul. Samtidigt gäller det att ta leken på allvar eftersom det i en galopptävling är många som galopperar tillsam-

mans på samma gång. Om du rider utan hänsyn till andra kan det lätt hända en olycka.

För att utbilda ryttarna arrangerar vi obligatoriska genomgångar efter tävlingarna där vi går igenom loppet, diskuterar olika händelser samt ger feedback. På så sätt får ryttarna möjlighet att lära av varandra.

Både ponny och ryttare måste vara väl förberedda och tränade för sin uppgift. Du kommer att hitta några nyttiga tips om träning för både dig och din ponny om du fortsätter läsa.

*Renrasiga fullblod får inte tävla i ponnygalopp. Det innebär också att en D-ponny som importerats efter den 1 april 2019 med okänd härstamning inte kan registreras i ponnygaloppen.

Ryttarens utrustning

- Ridstövlar, jodphursskor med klack eller jockeystövlar
- Vita ridbyxor eller jockeybyxor
- Säkerhetsväst enligt nivå som framkommer i reglementet
- Hjälmskärms utrustning enligt nivå som framkommer i reglementet
- Hästägarfärger. I ponnygaloppen har alla hästägare sina egna "färger". Därför ska ryttern bära ett ytterplagg (tröja, jacka, skjorta eller dress) med rätt färg och mönster. Hästägarfärgerna registreras hos Svensk Galopp samtidigt som du registrerar ponny.

**SPÖ OCH
SPORRAR ÄR
INTE TILLÅTET
INOM PONNY-
GALOPPEN**



Så här kan rytterna se ut på en ponnygalopptävling. Vi rekommenderar att rytterna använder skyddsglasögon (goggles) och handskar.

Ponnyns utrustning

Det finns mycket utrustning som är speciellt framtagen för galoppsport, men du måste inte ha all denna specifika utrustning för att pröva på eller tävla i ponnygalopp. Här följer lite information och regler om utrustningen inom ponnygaloppen.

Sadel

Galoppsadlar finns i alla storlekar och vikt-klasser, från cirka 225 gram upp mot 10 kg. Det beror på att en professionell jockey måste kunna rida många olika vikter. Sadeln räknas in i ryttarens vikt som hästen ska bära under loppet.

Inom ponnygaloppen finns olika viktspann beroende på vilken storlekskategori ponnyen är.

Det gäller för ryttaren att välja en sadel som gör att man hamnar inom rätt viktspann.

Bär ponnyen lägre vikt så har den större chans att springa fort i loppet och därför rider de flesta ponnygaloppstryttare i små sadlar. Men det är minst lika viktigt att ryttaren känner sig trygg i sin sadel och kan stå stadigt, så vi rekommenderar att inte börja med de allra minsta. Det går givetvis att tävla i en vanlig ridsadel men det kan bli obekvämt om du rider med korta stigläder.

Det brukar finnas möjlighet att få låna en galoppträningssadel på banornas träningar och tävlingar. Det kan du fråga om när du anmäler dig.

**GALOPP-
SADLAR FINNS
I OLIKA
STORLEKAR**





Träns

Du kan använda ett vanligt läderträns när du tävlar i galopp, men en del tycker att det är mer praktiskt med plast- eller nylonträns som är enklare att rengöra. Dessutom är det kul att det finns olika färger på plast- och nylontränsen som du kan matcha med hästägarfärgerna.

Du måste ha en martingal i någon form när du tävlar i ponnygalopp. Vanligast är att använda en irländsk martingal som är typisk för galopp. Det är ett par ringar som håller ihop tyglarna så att de inte kan åka över hästens huvud (se bild). Det går också bra med en vanlig martingal som har samma effekt. En irländsk martingal bör kompletteras med en halsring som är som ett extra handtag – alltså ett hjälpmedel för ryttaren.

För ett bättre grepp föredrar många gummityglar framför textil- eller lädertyglar, då de minimerar risken för att händerna glider. I ponny-

galoppen får man bara ha ett par tyglar. Du får alltså inte rida med hjälptyglar eller med två bett. Du får inte heller rida med side-pull, hackamore, ringbett eller nortonbett, men pessoabett är tillåtet.

BENSKYDD & BANDAGE

Det är tillåtet att ha strykkappor och senskydd på ponnyn. Bandage är inte tillåtet, med undantag för Vetrapp, ett självhäftande engångsbandage som försluts med isoleringstejp.

HÄSTENS SKOR

Endast järnskor är tillåtna i ponnygaloppen, man får inte använda aluminiumskor (lättyktsskor). Det går också bra att låta ponnyn tävla barfota. Broddar är inte tillåtna.

Galoppsadling

Sadling för galopp skiljer sig något från de andra disciplinerna inom hästsporten. Det beror dels på att sadlarna är mindre och ofta försedda med elastiska gjordar och dels på att man rider fort, vilket innebär en ökad olycksrisk om sadeln inte sitter på plats.

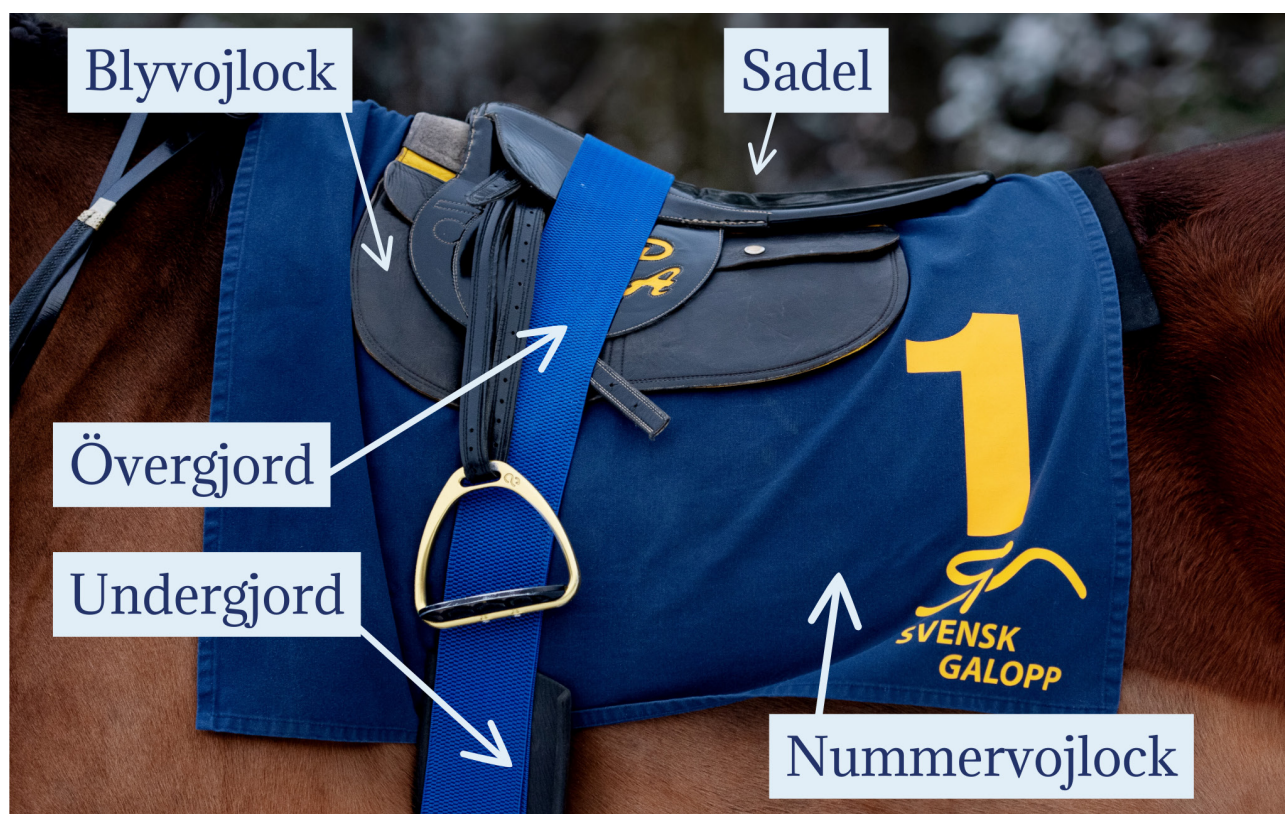
Traditionellt är man två personer som hjälps åt att sadla med galoppsadel. Man står på var sin sida om hästen och spänner den undre gjorden växelvis på vänster och höger sida så att gjorden får ett jämnt tryck åt båda hållen.

Om man spänner en elastisk gjord "på vanligt vis", det vill säga att den redan sitter högt upp på höger sida och man bara spänner på vänster sida i samband med sadlingen, kan det hända att sadeln snurrar när ryttare ställer sig upp i stigbyglarna.

ATT SADLA TILL LOPP

Börja med att lägga en glidpad eller underlägg på ponnyns rygg. Vi rekommenderar att inte använda polypad. Läggs sedan på nummervojlocken och ovanpå den en eventuell blyvojlock.

Se till att siffran är väl synlig. Man lägger lika mycket bly på båda sidor men merparten av blyet i framfickorna. Läggs sedan på sadeln och liksom när du sadlar med en ridhästsadel ska du se till att inget trycker över ponnyns manke. Dra gjorden, se till att sadelgjorden ligger mellan fickorna på blyvojlocken. Läggs sedan på övergjorden och dra den runt sadeln. Detta är en lång gjord som läggs runt sadeln ovanpå den undre gjorden. Spännet ska hamna under ponnyns mage, dels för att man får det bästa greppet när man drar i denna position och dels för att spännet inte ska skava mot ryttarens ben. Man ska vara mycket noga med övergjordens läge så att man inte klämmer ponnyns hud mellan den undre och övre gjorden. Då kan den, förutom obehag, få sår och svullnader. Övergjorden måste dock dras åt lika hårt som den undre eftersom dess funktion är att hålla sadeln på plats om den undre gjorden skulle gå av eller lossna. Avslutningsvis ska du vara noggrann med att all utrustning som ryttaren vägt ut med kommer på ponnyn, eftersom det ska vägas in efter loppet.



Hur börjar man?

Svensk Galopp håller träningar och licenskurser för ryttare och tränare till ponnyer. Träningarna och kurserna anordnas på Bro Park, Jägersro Galopp och Göteborg Galopp.

Träningar

Till träningarna kommer ekipage med ponnyer på alla olika nivåer. Du behöver ingen tidigare kunskap om ponnygalopp men behöver kunna kontrollera din ponny i alla tre gångarter. Ryttaren ska ha godkänd väst och hjälm och ponnyn måste vara vaccinerad. Träningarna är perfekta för att öva din sits, konditionsträna din ponny och bli en del av gemenskapen kring ponnygaloppen.

Pay and Race

Om du vill pröva på ponnygalopp innan du anmäler dig till en licenskurs så kan du vara med på en så kallad Pay and Race. Din ponny behöver

inte vara registrerad hos Svensk Galopp för att delta, men observera att Svensk Galopps försäkringar inte gäller då. Pay and Race anordnas ibland även på anläggningar som inte är Svensk Galopps egna.

Licenskurser

Licenskurs för ryttare och tränare anordnas på samma dag för att spara på antalet resetillfällen för de familjer som bor en bit ifrån galoppbanorna. Oftast kan du ta med ponnyn/ponnyerna till kursen och på så sätt klara av både kurser och uppridning/kval vid samma tillfälle. Svensk Galopp brukar anordna en licenskurs under våren och en under hösten på respektive galoppbana. Läs mer genom att scanna QR-koden nedan.



Vad behöver man för att tävla?

PONNYN BEHÖVER

- Ett för året giltigt mätintyg, alternativt ett slutmättningsintyg. Svensk Galopp kan mäta ponnyen om den inte är nära en gräns. Observera att den mätningen bara gäller i ponnygaloppen.
- Ett hästpass med giltig vaccination enligt reglementet
- Registrering hos Svensk Galopp - den gäller under hela ponnyns livstid
- En licensierad tränare
- Genomfört godkänt kvalificeringslopp

HÄSTÄGAREN BEHÖVER

- Registrera sina hästägarfärger.

Om ryttaren vill ha sina egna hästägarfärger kan denna förhyra ponnyen. Man skickar då in en ansökan till Svensk Galopp. Registrering av förhyrning är kostnadsfri.

RYTTAREN BEHÖVER

- En ponnyryttarlicens som man ansöker om hos Svensk Galopp efter genomförd licenskurs och godkänd uppridning
- Ifylld hälsodeklaration
- Tävlingsklädsel med godkänd utrustning enligt reglementet

TRÄNAREN BEHÖVER

- Ha fyllt minst 18 år
- En ponnytränarlicens som man ansöker om hos Svensk Galopp efter genomförd licenskurs. Du behöver inte gå en licenskurs om du gått Svensk Galopps amatörtränarkurs eller har, eller har haft, en tränarlicens.
- Ha en fast uppställningsplats med adress där samtliga av tränarens tränade ponnyer finns. Man kan alltså inte vara tränare åt en ponny som inte står under ens dagliga uppsikt.



**PONNYN SKA
HA EN TRÄNARE
SOM ÄR MINST
18 ÅR**

ALLA BLANKETTER FINNS PÅ SVENSKGALOPP.SE

Scanna QR-koden för att komma till hemsidan och leta upp rubriken Ponnygalopp.



Ryttarens sits



Ett enkelt knep är att hålla en rak linje från tå till knä till axel. Blicken ska alltid vara framåt.

En av de saker som har störst betydelse för hur fort en ponny kan springa – vid sidan om träning och utfodring – är hur ryttaren rider och sitter, eller rättare sagt står, i sadeln.

Den unika jockeysitsen har utvecklats särskilt för galoppen och om ryttaren kan stå i en bra sits så främjar det ponnyn och gör stor skillnad.

KÄNNETECKEN FÖR JOCKEYSITS

Ha korta stigläder. Foten ska vara rak i stigbygeln, knäet ska vara böjt och underbenet lodrätt. Du skjuter tillbaka rumpan och sänker överkroppen. Knip inte fast knäna utan låt vikten vila i stigbyglarna så får du rätt sits och en mycket bättre balans.

På upploppet kan du försöka öka ponnyns steglängd genom att "rida finish", det vill säga att med händerna knuffa längs ponnyns hals då den är på väg framåt i språnget. Mer information om detta finns på nästa uppslag.

Du får inte driva din ponny genom att klatscha med tyglarna eller slå med handflatorna. Det är olämpligt att skrika åt ponnyn, men du kan smacka för att mana på den.



I galoppen rider man med ett tygeltag som kallas dubbelfattning, men kallas brygga inom ridsporten. Dubbelfattningen gör att man undviker att tyglarna glider ur händerna på ryttaren, man är snällare mot ponnyns mun samt att det ger ett bra stöd mot halsen. Under den praktiska delen av licenskursen visar vi hur du håller dubbelfattning.

Träning för ponnygaloppriktare

Jockeys som rider i "stora galoppen" är att betrakta som elitidrottare. Att rida en stark häst med korta stigläder och orka "rida finish" mot slutet av loppet kräver att ryttaren är riktigt vältränad.

Inom ponnygaloppen går det inte lika fort, ponnyerna är inte lika starka och ryttarna rider oftast inte med så korta läder. Men det är ändå givet att den ryttare som är i bäst fysisk form ger sin ponny den bästa möjligheten att vinna. Här är två anledningar till varför det är bra att vara en vältränad ryttare om man tävlar i ponnygalopp:

- Du blir mindre trött och har lättare att hålla balansen. Du sitter också lättare kvar på din ponny eftersom du får bättre kroppskontroll. Då kan du enklare parera till exempel ett bocksprång.
- Det är viktigt att orka stå "för sig själv" i stigbyglarna. Det vill säga att orka förbli stående hela loppet igenom och inte sätta sig ner i sadeln på slutet. Bara det gör stor skillnad för ponnyen.

Träningstips

Det tar lång tid att stärka musklerna i benen och ryggen så att du blir riktigt stadig i din sits men all träning är bra. Bra aktiviteter att komplettera din ridning med är till exempel cykling, joggning, styrketräning, gå/springa i trappor och simning.

Du kan också öva att rida med korta stigläder någon annanstans än på din ponny. Man kan till exempel sätta sin sadel över en halmbal och öva på att hitta balansen och styrkan. Om du bor i närheten av någon av galoppbanorna så har du möjlighet att träna på de mekaniska galopphästarna som finns där.



Så använder du sitsen

När du har tränat upp dig så att du kan stå stadigt i stigbyglarna, är det dags att börja använda sitsen praktiskt. Det finns två saker att använda den till: att bromsa hästen och att öka farten på hästen.

Om du har en het ponny som vill sticka iväg, till exempel när du rider till startplatsen, får du bra hjälp av jockeysitsen. Du använder kroppen som hävstång och lutar dig lite bakåt. Armarna ska vara böjda och du bromsar med ryggen och benen genom att "ta spjörn" i stigbyglarna.

När du vill öka farten, är det första du gör att krypa ihop och luta sig framåt. Om du rider med korta stigläder kan du luta dig framåt ganska mycket och därmed flytta en del av din kroppsvikt till den främre delen av ponnyn. Detta känner ponnyn tydligt och den ökar farten.

I det sista momentet, "finishridningen", gäller det att få ponnyn att sträcka ut och ta längre galoppsprång. Det gör du genom att knuffa på ponnyns hals i takt med sprången. Om du lyckas göra detta på ett effektivt sätt är det ansträngande och det är skälet till att även vältränade jockeys ibland är andfådda i segerintervjun efteråt. Även finishridning kan du öva utan ponny, antingen på de mekaniska hästarna eller på din halmbal. En roddmaskin är också ett bra redskap för att stärka rygg och armar för detta moment.

**JOCKEY
PER-ANDERS
GRÅBERG VISAR
HUR MAN RIDER
FINISH I
TRE STEG**



Förbered din ponny för galopp



Ponnyns hälsa

Var alltid uppmärksam på hur din ponny mår. Du ska helst visitera och kolla ponnyns temp varje dag. En bra riktlinje för att mäta ponnyns kondition är att du tar pulsen efter snabbare arbeten och att du har koll på ponnyns vilopuls.

Vilopulsen för hästar är normalt ca 28–45 slag per minut. Normaltempen är väldigt individuell så det är bra om man vet sin egen ponnys normala temperatur. När du tränar en ponny för galopp är det extra viktigt att vara noga med att visitera benen. Då känner du med handen längs senor, skenben, knä och leder för att förvissa sig om att de är kalla och "torra" innan du ger dig ut på ett träningspass. Inom stora galoppen känner man på hästens ben flera gånger per dag. Det gör man för att man vill lära känna hästens ben så att man snabbt märker om det blir någon förändring, till exempel värme eller svullnad, som kan tyda på överansträngning. Denna

förändring brukar märkas långt innan hästen blir halt och om man låter den vila kan man ofta förhindra skada.

Träningsråd

Ponnyraserna skiljer sig mycket åt och därför är det svårt att ge träningsråd som passar alla. Dessutom är det alltid skillnad mellan en ponny som bara tränar och tävlar i ponnygalopp och en som kanske går på ridskola eller tävlar i flera andra grenar. Ett generellt råd är att en ponny som tävlar bör ridas minst fem dagar per vecka, så att du inte gör all träning på helgerna och låter ponnyn stå resten av veckan.

För att få ponnyn vältränad är det bra med viss galoppträning. Men även klättring och hoppning fungerar som styrketräning. Det är också viktigt att du tränar markarbete/dressyr med ponnyn för att öka ridbarheten. Det är roligare att ha en lydig och lättreglerad ponny oavsett vilken gren

**GALOPP-
TRÄNING
ÄR KUL FÖR
ALLA**



du tävlar i. När du galopperar ska du vara noga med att underlaget är jämnt och inte alltför hårt. Alla har ju inte tillgång till en galoppbana men du kan träna din ponny på skogsvägar, fält och andra lämpliga platser där det är tillåtet att rida. Var försiktigt när underlaget är blött och tungt – då ansträngs ponnyns ben mer och då ska du inte galoppa för fort.

Du bör inte rida i snabbt tempo mer än högst en gång per vecka och då under förutsättning att ponnyn inte haft någon annan maximal ansträngning samma vecka. Dagen efter en sådan ansträngning bör ponnyn ridas lugnt eller vila eftersom det är stor risk att den får träningsvärk om den inte är van att galoppa fort. Ett sätt att förbättra ponnyns kondition utan att behöva rida i hög fart är att galoppa i svaga uppförbackar.

När du tränar på en anlagd galoppbana av sand bör du vara försiktig i början eftersom underla-

get kan vara tungsprunget. Galoppa därför inte långt eller för fort till att börja med. Tänk på att din ponny ska tycka det är roligt att träna!

Vid alla banor anordnas träningar både för ponny och ridhäst. Rutinerade tränare håller i träningarna och kan ge värdefulla tips.



Så här går en tävlingsdag till

När du kommer till galoppbanan

Du behöver inte "skriva in dig" på tävlingsplatsen utan Svensk Galopp förutsätter att du kommer, om du inte strukit dig senast en timme före första loppet. På tävlingsdagen behöver du, förutom din egen och ponnyns utrustning, ha med hästpasset med giltig vaccination.

Utvägning

Du väger ut i vågrummet eller på annan angiven plats enligt ryttarmeddelandet. Då ska du ha med dig den utrustning som ska bäras i loppet. Du väger med alla kläder du ska ha på dig förutom hjälmen. Det är enklast att du har säkerhetsvästen på dig när du väger. Eftersom den inte ska räknas in i vikten drar vi av 1 kg. Vikten inkluderar även sadeln med tillbehör. Vid vägen får du en nummervojlock. Den lämnar du tillbaka efter loppet vid invägningen.

Ledvolt

Därefter sadlas ponnyn och värms upp. Innan ekipaget går in i ledvolten ska ponnyn veterinärbesiktigas. Det gör man genom att springa bredvid ponnyn så den travar framför veterinär. Före loppet samlas alla ponnyerna i ledvolten med eller utan ryttare. När ponnyn går i ledvolten får den ledas av ryttaren själv eller av annan lämplig person som då kallas träckare. I ledvolten kontrollerar en funktionär/ringmaster att ponnyns utrustning är korrekt.

Till start

I kategori A får ponnyerna ledas till startplatsen. I kategori B, C och D får träckaren bara följa med fram till banan sedan rider ryttaren själv till startplatsen. Du ska helst rida i lugn galopp. Om din ponny blir för het och försöker att sticka i väg kan du självklart bryta av till trav. Skulle du behöva hjälp vid startplatsen finns det funktionärer där som kan hjälpa dig.

Starten

Ponnygalopp startas med voltstart eller linjestart. Oavsett startmetod ska alla ryttare hjälpas åt att skapa en så jämn linje som möjligt för en rättvis start. När startern anser fältet är tillräckligt samlat fälls flaggan hastigt ner samtidigt som kommandot "Rid!" uttalas tydligt. Ryttarna fattar då galopp och loppet har börjat. Det är enbart startern som får avgöra om det är en giltig start.

Under loppet

Under hela loppet gäller det att rida så sparsnålt och effektivt som möjligt utan att störa de andra ekipagen. Den närmaste vägen till mål är vid innerstaketet, men du får bara rida in dit om det är helt fritt fram så att du kan svänga utan att komma i kontakt med andra ponnyer. Tänk på att när ponnyn galopperar riktigt fort sträcker den ut benen ganska långt framför och bakom sig. Du får inte "trycka" annat ekipage åt sidan eller på något annat sätt hindra eller störa någon annan. Detta är främst av säkerhetsskäl men också för att förebygga fusk. Ett ekipage som har stört ett annat kan bli diskvalificerat.

Efter loppet

Låt din ponny galoppa över mållinjen och förbi utgången, sakta sedan av lugnt och försiktigt. Se till har du har ett bra stöd i tygeln. Försäkra dig om att du kan vända riskfritt, annars finns det risk att du krockar med andra ekipage. Du får inte göra en "u-sväng" medan du fortfarande travar eller galopperar. Vänj ponnyn vid att sakta av till skritt först och sedan vända inåt. Då undviker du också att ponnyn lär sig att springa ut genom in- och utgången.

Därefter är det prisutdelning. Inom ponnygaloppen får alla deltagare en rosett! Efter prisutdelningen ska ryttaren väga in och därför måste det finnas någon som tar hand om ponnyn efter loppet.

ALLA FÅR ROSETTER NÄR MAN TÄVLAR I PONNYGALOPP

Ryttaren tar av sadeln och går in i vågrummet för kontrollvägning. Då ska vikten helst vara densamma som när du vägde ut. Det viktigaste är att du inte tappat så mycket vikt att du hamnar under den lägsta viktgränsen.

Ponnyen behöver pusta ut en stund efter loppet och kan lämpligen ledas utan ryttare under 20-30 minuter beroende på hur andfådd den är. Under denna tid bör ponnyen inte få beta eller äta något eftersom de lätt kan få foderstrupsförstoppning om de äter när de är uppe i varv. Däremot kan ponnyen dricka vatten. Man bör helst vänta minst en timme efter loppet innan man lastar och kör hem ponnyen.

Kategorier

KATEGORI A

Rids av ryttare som fyllt 7 år upp till 12 år
Vikt: Max 47 kg + 1 kg för västen

KATEGORI B

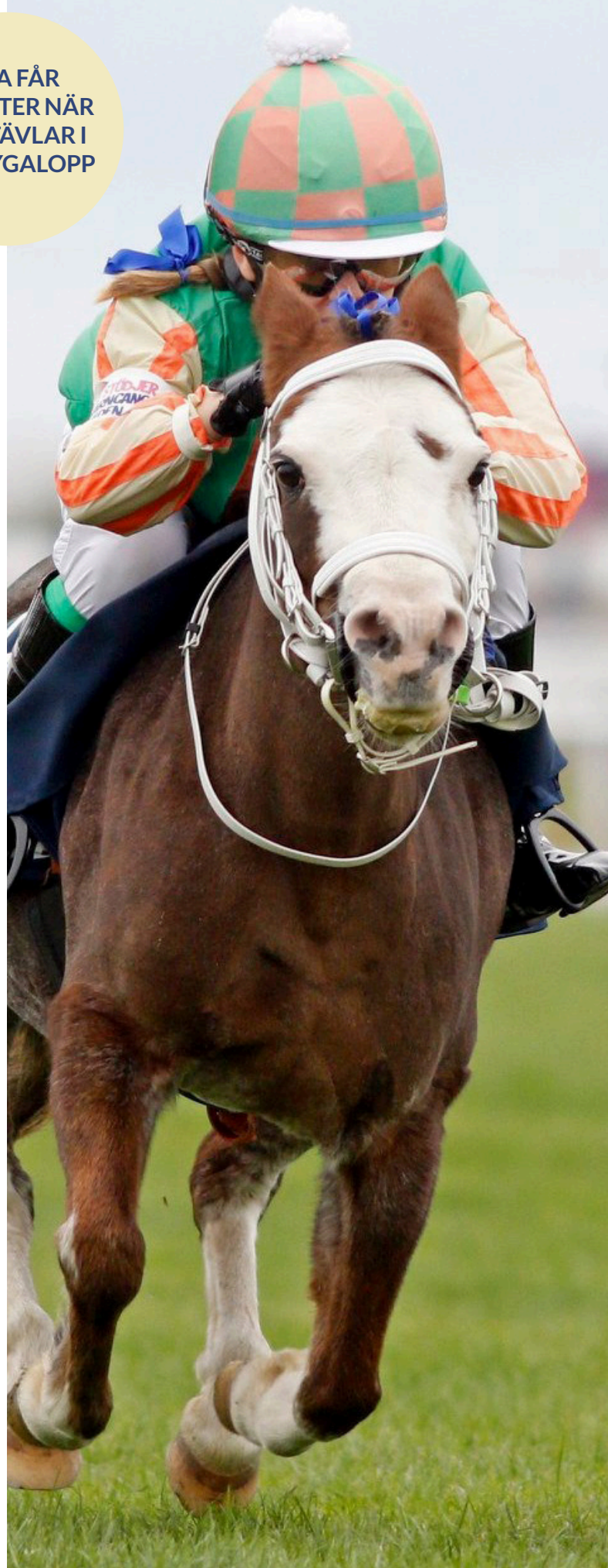
Rids av ryttare mellan 8 och 14 år
Vikt: 35–58 kg + 1 kg för västen

KATEGORI C

Rids av ryttare mellan 8 och 18 år
Vikt: 40–65 kg + 1 kg för västen

KATEGORI D

Rids av ryttare mellan 8 och 18 år
Vikt: 45–71 kg + 1 kg för västen







Vill du veta mer?

På svenskgalopp.se/ponnygalopp kan du läsa mer om ponnygaloppen och våra aktiviteter samt hitta kontaktuppgifter till de som jobbar med ponnygaloppen.

Du hittar oss på vår hemsida och våra sociala medier. Scanna QR-koden för att komma till vår hemsida.



@svenskpomnygalopp



Varmt välkommen
till ponnygaloppen
– en sport med fart





www.svenskgalopp.se
ponnygalopp@svenskgalopp.se