



## **Roligt med bommar och koner : 160 övningar för alla ryttare och hästar**



**Descargar**



**Leer En Linea**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

# Roligt med bommar och koner : 160 övningar för alla ryttare och hästar

*Lina Zacha, Barbro Lagergren Russ*

**Roligt med bommar och koner : 160 övningar för alla ryttare och hästar** Lina Zacha, Barbro Lagergren Russ

ROLIGT MED BOMMAR OCH KONER är något så unikt som en bok som vänder sig till ryttare på alla nivåer och inom alla inriktningar.

Tränaren Lina Zacha och grafikern Barbro Lagergren-Russ har samlat över 160 övningar du kan göra med bommar och koner – från enkla basövningar till avancerade. Boken vänder sig till alla ryttare oavsett om du rider dressyr, hoppning, western, island, ridtravare, akademiskt, working equitation...  
Det här är helt enkelt en gränsöverskridande bok som alla kan ha nytta och glädje utav!

Här finner du teknikhinder, cavaletti och bomserier, gymnastikhoppning, markarbetsbanor, precisionshinder och dressyrövningar.

Kan en övningsbok bli mer komplett?

Varje uppslag består av tydliga illustrationer och beskrivande text för varje övning. Vid varje övning finns 5 symboler som enkelt hjälper dig att se om övningen är till för skritt, trav, galopp, hopp eller teknikhinder. Längst fram i boken har vi samlat symbolförklaringar, avståndstabeller och träningstips på hur du lär in och utför olika rörelser, t.ex. rygging och sidepass.

Spiralryggen gör att du enkelt kan fälla upp och behålla aktuell sida, och alla sidor har en blank yta som gör boken mer motståndskraftig.

Det här är en bok som vill följa med dig ut på ridbanan!

Roligt med bommar och koner blev under våren 2013 recenserad av följande tidningar:

Tidningen Ridsport

Hästfocus

Hippson

Lucky Rider

”En riktig guldgruva” -Hästfocus

”En fullmatad bok som verkligen kan användas som inspiration inför ett ridpass.” -Hippson

 [Descargar Roligt med bommar och koner : 160 övningar för a ...pdf](#)

 [Leer en línea Roligt med bommar och koner : 160 övningar för ...pdf](#)



**Descargar y leer en línea Roligt med bommar och koner : 160 övningar för alla ryttare och hästar  
Lina Zacha, Barbro Lagergren Russ**

---

153 pages

Download and Read Online Roligt med bommar och koner : 160 övningar för alla ryttare och hästar Lina Zacha, Barbro Lagergren Russ #GSVM2KDHQXP

Leer Roligt med bommar och koner : 160 övningar för alla ryttare och hästar by Lina Zacha, Barbro Lagergren Russ para ebook en línea Roligt med bommar och koner : 160 övningar för alla ryttare och hästar by Lina Zacha, Barbro Lagergren Russ Descarga gratuita de PDF, libros de audio, libros para leer, buenos libros para leer, libros baratos, libros buenos, libros en línea, libros en línea, reseñas de libros epub, leer libros en línea, libros para leer en línea, biblioteca en línea, greatbooks para leer, PDF Mejores libros para leer, libros superiores para leer libros Roligt med bommar och koner : 160 övningar för alla ryttare och hästar by Lina Zacha, Barbro Lagergren Russ para leer en línea. Online Roligt med bommar och koner : 160 övningar för alla ryttare och hästar by Lina Zacha, Barbro Lagergren Russ ebook PDF descargar Roligt med bommar och koner : 160 övningar för alla ryttare och hästar by Lina Zacha, Barbro Lagergren Russ Doc Roligt med bommar och koner : 160 övningar för alla ryttare och hästar by Lina Zacha, Barbro Lagergren Russ Mobipocket Roligt med bommar och koner : 160 övningar för alla ryttare och hästar by Lina Zacha, Barbro Lagergren Russ EPub

**GSVM2KDHQXPGSVM2KDHQXPGSVM2KDHQXP**