Utmaningar Folksam Poängjakt 2026

Hur går det till?

- Årets poängjakt är 18 utmaningar samt två kreativa utmaningar.
- Filmerna till alla utmaningar får max vara 1,5 min långa.
- Kreativiteten, korrektheten och utförandet av utmaningarna vägs in i poängsättningen.
- Säkerhetsutrustning, säkerheten i stall och kring hästarna är viktig för att få full pott!
- Alla utmaningar numreras och markeras med siffra för vilken utmaningen avser i omslagsbilden för filmen.
- Ange #folksampoängjakt2026 under varje utmaning
- Många av utmaningarna går att visa med häst men det går även bra utan.

Tips! Kolla in #folksampoängjakt2025 för inspiration och roliga idéer!

Ha så kul och lycka till! 😍💪

Utmaningar

1. Fälttävlan innehåller 3 discipliner – förklara vad som utmärker varje gren, och illustrera kort i videon. (5p)

2. Vilka olika delmoment ingår i WE? (2p)

3. Vad ingår i tillsyn under sommarbetet? (2p)

4. Jobbet och sysslorna i stallet är fysiskt krävande. Hur arbetar ni på ett ergonomiskt och hållbart sätt med era kroppar för att undvika skador? (5p)

5. Köpa begagnad utrustning är bra för miljön och plånboken, vad är viktigt att tänka på när ni köper begagnad ridutrustning till er som ryttare? (2p)

6. Visa hur du på ett säkert sätt tränsar en häst. (10p)

7. Visa tre olika hästar i ert stall och berätta vilken ras och hästtyp de tillhör. (5p)

8. Beskriv och visa så utförligt ni kan hästens 3 gångarter. (5p)

9. Visa med en kompis hur du binder upp en häst på säkert sätt när du ska sköta om den. Vilken knut kan ni använda och vad är viktigt att tänka på. (10p)

10. Gör en instruktionsvideo för en nybörjare om hur och varför du ryktar hästen samt vilka borstar som ingår. (10p)

11. Hur länge får en häst som längst transporteras utan att behöva vila och varför? (2p)

12. Nämn minst två saker du ska kontrollera på hästen innan den transporteras för att minska risken för skador. (5p)

13. Förklara vad anamnes betyder. (2p)

14. Vilka tre tecken nämns som typiska symptom för transportsjukan? (2p)

15. Förklara vad som menas med att en sjukdom är anmälningspliktig och ge exempel på 1 sjukdom som är anmälningspliktig. (2p)

16. Hästar kan drabbas av inälvsparasiter. Vilka förebyggande åtgärder kan man använda för att "bekämpa parasiterna"? (5p)

17. Visa och beskriv vilka regler du bör följa när du ska rida ett självständigt pass på ridbanan eller i ridhuset. (5p)

18. Allemansrätten beskriver bland annat hur och vart man får rida, vilka regler bör ryttaren känna till om man vill rida i naturen? (10p)

Kreativa utmaningar

Mest kreativa utförande får flest poäng, max 15p per utmaning

1. Anordna en aktivitet i stallet med tema hästkunskap.

2. Välj en av ridsportens ledstjärnor och gör en kreativ film om vad den innebär för er föreningen.