



**TIDNINGEN
ÅNGERMANLAND**



B11 · SPORT
Lindström
stortrivs
i Antholz



9 · NYHETER
Alexandra
slog till på
hovslagare



B4-5 · SPEL
"Gunman
Clive" flörtar
med 80-talet



Tipsa med
sms och mms!
72006
eller ring 08-72006

VECKA 3 · 2013 · NR 12 · LÖSNUMMERPRIS 17 KR (VARD.), 20 KR (LÖRD.) · TELEFON, VÄXEL: 0611-55 48 00 · ÖVRIGA ÄRENDEN: SE SISTA SIDAN I DEL B · WWW.ALLEHANDA.SE

Gott betyg för turismsatsning

■ Sollefteå kommun vill satsa på handikappturism – och har satts på prov i form av en rullstolsburen curlingspelare från Tyskland. Christiane Steger, som i en förstudie

till projektet fick uppdraget att granska vad Sollefteå har att erbjuda som en profilerad handikappvänlig destination, ger en hel del ros – men även lite ris.

SIDAN 8



KARIN RICHTERSSON

Ny chef har ett öga för hästar

■ Som ny chef på Holafors ridskola har Karin Stillberg, utbildad i både Sverige och Holland, klart för sig vad hon vill förmedla:

En helhetssyn på samspelet mellan häst och människa. "Det är så mycket mer med hästar än bara ridning", säger hon.

SIDAN 5



TULPANEN ÄLSKAD I SVERIGE

■ Tulpanfestivalen i Backsjön utanför Sollefteå är populär. Så populär att odlaren Carolina Visser inte längre blir förvånad när en besökare kramar om henne av glädje. "Tulpanen verkar vara ett viktigt tecken på våren", säger hon.

SIDAN 16

Vargen klarade ännu en dag

■ Kritiska röster höjs mot beslutet om skyddsjakt på vargarna.

SIDAN 10

Alkoholstudie ifrågasätts

■ UNF anser inte att nyktra ungdomar blir mer deprimerade.

SIDAN 6

Olika höga vattentaxor

■ Så mycket skiljer sig priserna på vatten i Västernorrland.

SIDAN 8

Försvaret laddar om

■ Antalet rekryter och övningar i länet fördubblas under året.

SIDAN 10



DET VÄRAS FÖR DANSEN

■ Hullsta Gärd har spikat dansbands-schemat inför säsongen.

DEL B · 3

FODERBUTIKEN I HÄRNÖSAND

Foder och tillbehör till häst:

Havre • Havrekross • Kornkross
Krafft-sortiment **KRAFFT**

Hönsfoder

Rådjursfoder • Solrosfrö
Lantbruksdjur • Tillbehör

Hydrauloljor

Motoroljor • Glykol
m.m. **swedal**

Vardagar: 7-17, Helg enligt överenskommelse • 070-597 56 87, 0611-753 11 • Helgumsbro 121, Härnösand

7 58107 601700

Senaste nyheterna

allehanda.se
 HÖR: HÖR & SESSON, HÖR & SESSON, HÖR & SESSON, HÖR & SESSON, HÖR & SESSON
 HÖR & SESSON | HÖR & SESSON | HÖR & SESSON | HÖR & SESSON | HÖR & SESSON
 JUST NU

Uttjänta julgranar blir getfoder

Marla och Peter Brook utnyttjar Österfärnebo lantbrukare uttjänta julgranar - som getfoder. De tipsar varje år in utmärkten att skänka sina granar till gårdens 50-tal getter.



Handikappridning är något som Karin Stillberg, ny chef för Holafors ridskola, gärna vill utveckla. Fjordingen Laila ställer gärna upp.

Ridskolechef med helhetssyn

HOLAFORS

Karin Stillberg, ny chef på Holafors ridskola, har många nyttiga saker i bagaget. Utbildningen till sjukgymnast är något hon fått stor användning av när det gäller både människor och djur.

Kunskap om hur häst och ryttare fungerar tillsammans är centralt för Karin Stillberg.

- Att skapa medvetenhet om hur hästen fungerar när man rider, både kroppsligt och mentalt, är viktigt. Lika viktigt som att ha kunskap om sin egen kropp och hur man som ryttare påverkar med både beteende och attityd, säger hon.

Att rida handlar inte bara om vad hästen gör och att det ska se ut på ett visst sätt. Att få hästen att förstå vad den ska göra och samarbeta med ryttaren på ett anatomiskt korrekt och uppbyggande sätt främjar både hållbarhet och psykiskt välmående.



Laila är en av de sju hästar som finns på ridskolan i Holafors.

- Hästen ska röra sig på ett ergonomiskt optimalt sätt. Ridmässigt är det en viktig sak, säger hon.

Karin Stillberg började sin rittarbana på Rocklunda hoppridskola i Västerås.

- Där har man tränare på landslagsnivå, jag lärde mig mycket som är användbart och som jag kunsknat ta med mig hit, säger hon.

Så småningom kom hon dock in på dressyr och akademisk ridkonst, där hä-

tens balans och naturliga rörelsemönster prioriteras. På Sveriges Lantbruksuniversitet utbildade hon sig vidare, bland annat i hästens rörelseapparat, beteende, biologi och kommunikation.

- Man måste förstå vad hästen är för varelse, vad den har för beteende i det vilda. Samtidigt som man måste vara medveten om sig själv, sin kropp och sitt eget beteende, säger hon.

Att jobba med hästen från marken, alltså av-



Stallbästisar utses varje år.

stet, är en användbar nyckel.

- Det är väldigt givande att arbeta hästen på lång tygel, till exempel, säger hon.

Karin Stillberg har utbildat sig i akademisk ridkonst hos bland annat Christina Wrangel samt i klassisk ridkonst hos tränare i Holland.

Efterfrågan på att hålla lektioner och kurser ökade eftersom. Men när jag träffade Kim och flyttade till

Skogsnäs hittade jag den här lediga tjänsten, och det kändes som om det passade perfekt.

Ridskolan i Holafors är kommunens minsta. I dag finns sju hästar i stallet varav sex används på lektioner.

- Vi är en familjeridskola med barn och vuxna, det är en väldigt fin stämning här. Tack vare att ridskolan är så liten får alla också sin del av uppmärksamheten; eleverna känner sig sedda,



KARIN STILLBERG
 "Det är så mycket mer med hästar än bara ridning"

och det är något jag ofta får höra, säger Karin Stillberg. - Framför allt vill jag främja en helhetssyn. Det är så mycket mer med hästar än bara ridning!

KATARINA ÖSTHOLM
 0820-25790

KARIN RICKARSSON
 0820-25790



mailto:karin@holaforsridskola.se

www.holaforsridskola.se