



[www.visionhastvarmdo.se](http://www.visionhastvarmdo.se)

## Några enkla regler för dig som rider på Värmdö

- Le och hälsa alltid på dem du möter.
- Sakta alltid ner till skritt när du möter eller passerar någon.
- Rid aldrig i högt tempo där sikten är skymd.
- Undvik att rida i naturen när markerna är blöta (hästens hovar förstör). Rid på grusvägar eller andra lämpliga vägar som håller för hästens hovar.
- Hoppa av när du rider i bostadsområden eller på gångväg och din häst skiter och sparka undan det (såvida det inte föreligger en säkerhetsrisk för dig och hästen). Om du inte kan hoppa av, återvänd senare och sparka undan.
- När du möter eller passeras av fordon - ge förarna tydligt tecken att du observerat dem och att de kan passera dig och hästen. Kom ihåg att tacka!
- Använd många reflexer. Även dagtid då det är gråväder.
- Rid inte i motions- eller skidspår.
- Rid med omdöme och hänsyn!
- Tänk på att många människor är rädda för hästar.