

Maailman paras Töpöhäntä



Ruunikkoruuna Jakuck, s. -95, on elänyt vaiheikkaan elämän, johon on kuulunut tähän mennessä mm. muutto Puolasta Suomen Lahteen ja sieltä edelleen Ouluun, Äimäraution ratsastuskeskukseen.

- Jasu on edellisen omistajansa Tuula Borupin kanssa hypännyt maailmalla 135-luokkia, kertoo oululainen tuntiratsastaja Jonna Koukari, jonka Jasu on lumonnut ja vielä houkuttellut valmentautumaan ja kisaamaan aikiusiällä. Ratsukon toistaiseksi vaativin koitos on ollut tuntiratsastajien SM:t, joissa se osallistui molempiin lajeihin.

- Kotona koulutreeneissä laukkalävistäjät sujuvat hyvin, ja aitojen sisällä laukat vaihtuvat varmasti.

Silti esteet ovat Jasun päälaji, koska se ei osaa kilpailuissa keskittyä kouluohjelman tehtäviin, rikkoo laukat ynnä muuta. Se ei juurikaan harmita Jonnaa, joka vakuuttaa, että muuten Jasu on äärettömän sympaattinen, nöyrä ja tekee varmasti sen minkä ratsastaja pyytää.

- Jos virheitä sattuu, silloin saa katsoa peiliin! Kun Jasulla hyppää, pääsee itse kehittymään ratsastajana, koska se tekee kuten pitää. Tuntihevosenä se on pidetty, koska se osaa paljon.

Tallissa Jasu on kaikkien hevosten kaveri, innokas hörhöttelijä - mutta Jonna tietää, että temperamenttiakin löytyy:

- Se osaa myös pomppia pystyyn, milloin katsoo sen aiheelliseksi.

Pohjoiseen Jasu on sopeutunut hyvin. Ainut murhe koituu lyhyestä, ohuesta töpöhännästä, jolla ei pysty huiskimaan hyönteisiä pois. •

Ratsastus koulu



Kiitos, kaverit (ja kännykkä)!

Kamuni Kati heitti meilillä. Tallilla oli sattunut ja tapahtunut - tietysti pitkien pyhien alkajaisiksi. (Oletteko muuten törmänneet hevoseen, joka sairastuu virka-aikaan? Haluaisin sellaisen!)

Katin tammalla oli ollut ähkyoireita. Oli kutsuttu päivystävä eläinlääkäri, oli juotettu pollelle parafiinia ja piikitetty kipulääkettä... Oli kierretty pihaa vaihtelevissa säissä, tamma ja Kati yhtä surkeina. Ja tamma oli mennyt vain huonommaksi.

Onneksi Katilla oli ollut kännykkä; laturin lainasi tallinpitäjä. Kun muu Suomi oli juhlinut vuoden vaihtumista, olivat ystävät jättäneet bileet sikseen ja vastanneet hätäkutsuun. Kuka oli järjestänyt ve-toauton ja trailerin eläinsairaalaan lähdön varalta, kuka hankkinut evästä, ketkä avustaneet eläinlääkäriä toimenpiteissä ja pitäneet Katiakin pystyssä.

Eläinlääkäri oli konsultoinut puhelimitse YES:n päivystäjiä ja tehnyt sitten reiän pollen kylkeen. Kaasua oli pihissyt ilmoille kymmenen minuuttia! Minkä jälkeen tamma oli äimistellyt, mitä torikokousta tallilla yösydännä pidetään, ja ryhtynyt hamuamaan heiniä aivan kuin ei olisi koskaan ollut hautaan kaatumaisillaan.

Opetus: hevosenpito ei suju ilman kavereita ja kännykkää. Eikä kavereiden tarvitse olla hevosalan ammattilaisia, auttamisen halussa on kylliksi. Silti seuran tai ratsastuskoulun järjestämät hevostaitoja ensiapukurssit ovat jokaiselle hyödyksi, joten eiköhän osallistuta joukolla - varmuuden vuoksi!

ANNUKKA

(PS. Kysymyksiä, vinkkejä ym. palstalle voi lähettää toimitukseen tai e-mailina annukka.jarvi@luukku.com)

Tuija Poutanen

puhuu psyykkisestä valmennuksesta



- Eniten olen oppinut ratsastamalla erilaisia hevosia 13-vuotiaasta saakka, kertoo koulutuomari ja valmentaja Tuija Poutanen. - Enää en tee sitä, sillä nyt minulla on elämäni ensimmäinen oma hevonen, neljävuotias tamma.

Jokainen meistä haluaisi ratsastaa enemmän. Ja paremmin. Mutta kun ei ole varaa useampiin viikkotunteihin, ratsastuskouluhevosilla ei pääse valmennuksiin...

Lappeenrantalaisella koulutuomarilla ja kouluratsastuksen lajivalmentajalla Tuija Poutasella, joka tunnetaan myös psyykkisen ratsastusvalmennuksen suomalaisena uranuurtajana, on mutkuiluun paljonkin sanottavaa. Hän itse on käyttänyt mielikuvaharjoittelua apuna kilpaillessaan ratsastuskoulun

tuntihevosilla.

- Koska en voinut treenata päivittäin, ratsastin mielessäni ratoja lävitse. Voin todistaa, miten valtavasti hyötyä siitä on siinä vaiheessa, kun vihdoin pääsee oikeasti satulaan.

Ajatuksen voimaa!

Tuija on kirjoittanut psyykkisen valmennuksen oppaan "Sinä olet suuri", ja hän on kiertänyt Suomea seurojen ja koulujen kutsusta puhumassa aiheesta. Hän uskoo psyykkisen valmen-

nuksen auttavan ei pelkästään yksityishevosilla kilpailevia, vaan nimen omaa tuntiratsastajia:

- Ratsastuskouluoppilaat hyötyvät siitä eniten, koska he pääsevät ratsastamaan vähemmän kuin ne, joilla on oma hevonen – korkeintaan 52 kertaa vuodessa. Tosin täytyy muistaa, että psyykkiseen valmennukseen kuuluvasta mielikuvaharjoittelusta hyötyy vasta silloin, kun ratsastaja osaa tehdä hyvin ne asiat, joita hän harjoittelee.

Entä mihin ongelmiin psyykkisellä valmennuksella päästään pureutumaan?

Tuija ei mieli edes silmänräpäystä vastatessaan, että monelle rohkeuden kehittäminen on se tärkein juttu.

- Rohkeutta kaivataan hevosen käsittelyyn ja ratsastukseen. Aran ratsastajan hevosesta tulee arka, rohkean hevosesta rohkea, sillä ratsastajan tunteet tarttuvat hevoseen. Myös ajatukset voivat vaikuttaa ratsastuksen tasoa laskevasti tai nostavasti, sillä hevonen tietää kaiken, mitä me ajattelemme. Siksi ongelmien hautomisen sijaan on pohdittava ratkaisua.

Opettaja avinasemassa

- Opettaja pysyy kyllä poimimaan tunnilta ne henkilöt, jotka tarvitsevat tukea, uskoo Tuija.

- Useimmiten he ovat arkoja nuoria tai niitä, jotka kärsivät kilpailujännityksestä.

Monia meistä kiusaa epäonnistumisen pelko, mutta Tuija muistuttaa, että virheitä saa tehdä, eivät ne mitään haittaa:

- On vain keskityttävä seuraavaan asiaan mahdollisimman hyvin. Jos pystyt käsittelemään epäonnistumisen, kokoamaan itsesi ja yrittämään uudelleen, olet oppinut jotakin erittäin tärkeää.

Koska ratsastuksenopettaja keskittyy tunnilta opettamaan

tekniikkaa, aika psyykkiselle valmennukselle pitäisi järjestää muulloin.

- Itse yritän varata aikaa tunnin jälkeen, jotta voimme keskustella rauhassa. Jokainen voi kuitenkin sanoa itse itselleen "olen rohkea" tai "istun selkä suorana, rennosti".

Itsevarmuus ja nöyryys tasapainossa

Hevoselämänsä opettavaisimpiin kausiin Tuija laskee ne vuodet, jotka teinityttönä vietti ravitallilla. Systemaattinen valmennus tuli tutuksi: alku- ja loppuverryttelyt, lihashuolto, kunnan nostaminen, tarkka ja tarkoituksenmukainen hoito. Hän oppi, että on tärkeää asettaa realistiset tavoitteet ja seurata tunnollisesti järjestelmää, jolla hevosen lihaksia ja tekniikkaa kehitetään määrätietoisesti ylemmälle tasolle.

Tuija korostaa järjestelmällisen työskentelyn merkitystä kaikessa ratsastuksessa.

- Äikää tuhlatko aikaa! hän vetoaa.

- Hevosen aktiivikausi on lyhyt, joten on turha treenata systeemillä, joka ei tuota tulosta.

Hän kannustaa ratsastamaan joka ikisellä tunnilla mahdollisimman hyvin, sillä "hevonen ansaitsee ratsastajan sataprosenttisen keskittymisen".

- Ratsastajalla täytyy olla tahto tehdä oikein ja myös toteuttaa se. Itsevarmuuden ja nöyryyden pitää olla tasapainossa. Se ilmenee esimerkiksi siinä, että ratsastaja tekee jokaisen tehtävän yhtä huolellisesti.

Mistä tunnistat sen oppilaan, joka tahtoo todella kehittyä ja oppia?

- Kun opettaja on selittänyt tehtävän ja alkaa ohjata ensimmäistä ratsukkoa, se motivoitunein harjoittelee jo tehtävää omin päin.

Kehtaisiko kysyä... **KOULUTUOMARIN TEHTÄVISTÄ**

"Miten koulutuomariksi pääsee? Mitä eroa on koulutuomarilla ja aluekoulutuomarilla? Paljonko koulutuomari saa palkkaa? Mistä kilpailun järjestävät tietävät, kuka on koulutuomari + yhteystiedot? Mitä tarkoittaa K tuomariluokituksen perässä? Mitä saa arvostella IV K -tuomari? Saako koulutuomari kilpailla samassa kilpailussa vaikka eri luokassa kuin missä itse on tuomarina? Mitä vaaditaan, jotta pääsee koulutuomarikurssilta/koearvostelusta läpi? Ratkaiseeko läpäisemisen vain kurssin vetäjä vai onko mukana isompi raati? Miten koulutuomarit pitävät taitojaan yllä, ja kontrolloidaanko myöhemmin arvostelun osaamista?"

- Nimimerkki Sivusta seurannut

- Suomen Ratsastajainliiton kouluratsastusjaos myöntää tuomarioikeudet, kertoo kansainvälinen kouluratsastustuomari (FEI) ja tuomarien kouluttaja Anders Sucksdorff.

Käytännössä tuomarioikeuksien saaminen edellyttää koulutukseen osallistumista ja koearvostelun suorittamista hyväksytysti sekä myöhemmin osaamisen päivittämistä koulutustilaisuuksissa. Tuomarin on myös toimittava aktiivisesti tuomarin tehtävissä.

Vuosittaisissa skaalan- tai tasotarkastuksissa tarkistetaan, voiko henkilö edelleen toimia tuomarina:

- Tason säilyttäminen on osoitettava jatkuvasti. Esim. FEI:n I-tuomarit joutuvat vuosittain arvostelevaan maailman parhaiten tuomareiden silmän alla.

IV K -koulutuomariksi (K = kokelas) pyrkivällä on itsellään oltava todistetusti hyväksytty suoritus kansallisista kisoista III A -luokasta. Koulutuksen järjestämisestä valtakunnallisella tasolla vastaa SRL; mukaan pääsee ilmoittautumalla liittoon. Vastuuhenkilö on valmennuspäällikkö Aki Yläne.

Kurssit ovat kaksiosaisia. Tänä vuonna Ypäjällä on jo järjestetty kurssi tammikuussa, ja sen kakkososa on vuorossa maaliskuussa. Kouluttajina ovat toimineet Pertti Paloheimo, Marja Kivioja ja Sucksdorff.

- Ensimmäisellä jaksolla perehdytään SRL:n yleisiin ja kouluratsastussääntöihin. Sitten suoritetaan sääntökoe. Kilpailutilanteessahan tuomarin on tiedettävä heti, miten pitää toimia, Sucksdorff selvittää.

- Asioita käydään teoriassa läpi ja tehdään käytännön harjoituksia: mietitään, mikä liikkeessä voisi olla parempaa ja mitä pitäisi korjata, mutta arvosanoja ei anneta. Käsitellen lisäksi paljon tuomarin etiikkaa ja moraalisia velvollisuuksia.

Toinen jakso pitää sisällään arvostelemista käytännössä. Numerot myös perustellaan.

- Tuomarin vaikeana mutta antoisana tehtävänä on auttaa ratsukkoa kehittymään, Sucksdorff alleviivaa.



- Itse en kilpailisi samoissa kisoissa, joissa toimin tuomarina, sanoo Anders Sucksdorff. Säännöissä sitä ei kuitenkaan kielletä.

Kurssin suorittamisen jälkeen on vuorossa koearvostelu. Se tapahtuu kansallisissa kisoissa, joissa sekä kouluttajat että kokeelaat arvostelevat parinkymmenen ratsukon III A-tasoinen luokan.

- Jokainen kokelas antaa jokaiselle ratsukolle kaikki arvosanat kommentteineen. Niitä verrataan kolmen kokeneen tuomarin järjestykseen. Tärkeintä on, että kokelas näkee laadun siinä mitä arvostellaan, että liikkeistä annetut kommentit ja numerot ovat sopusoinnussa. Jos näin ei ole, kokelas ei vielä ole oikealla tiellä. Viimeksi 27 kokeesta hyväksyttiin 13.

Jos koulutuomarikurssin vetäjät ovat SRL:n tai FEI:n hyväksymiä, heidän pätevyytään ei epäillä.

- Kurssin vetäjän ja koearvostelijan ehdoton velvollisuus on selvittää ratkaisujensa perusteet. Tuomarin vastuu on niin suuri, ettei tehtävään voi hyväksyä ketään joka ei ole siihen pätevä, sanoo Sucksdorff.

- Koulutuomari, jolla on oikea moraalinen, tietää tekevänsä lajille palveluksen. Hän paitsi avaa lajia ihmisille myös antaa ratsukolle, valmentajalle ja yleisölle selkeän osviitan siitä, minkä tasoinen suoritus on kyseessä.

Aluekoulutuomarit tuomitsevat alueluokkia. Koulutusprosessi on sama kuin IV K -tuomareilla, mutta helpommalla tasolla. Alueilla on yhteyshenkilöt, jotka tietävät kurssijärjestelyistä.

Koulu- ja muidenkin lajien tuomareiden yhteystiedot saa liitosta, ja ne löytää myös nettisivuilta (www.ratsastus.fi, vasen palkki, klikkaa kilpailutoiminta/toimihenkilöt). Seurat saavat tiedot automaattisesti.

Tuomareille ei makseta palkkaa, vaan SLU:n määrittelemä kulukorvaus, päivärahat ja mahdolliset asumiskustannukset.



- Olisi tärkeää kannustaa ihmisiä jatamaan kisaamista, jotta saataisiin ratsukoita isommillekin areenoille, tuomariksi pyrkivä Sanna Ylösmäki miettii.

Sanna pyrkii tuomariksi

Vastavalmistunut ratsastuksenohjaaja Sanna Ylösmäki on aloittanut IV K -tuomariopintonsa tammikuussa. Hän lähti kurssille, koska halusi kehittää omaa ammattitaitoaan monipuolisemmaksi ja saada ylipäätään lisää koulutusta.

- Äärettömän kiinnostavaa, hän luonnehtii opiskelua.

- Aika kävi lyhyeksi, tunnit maneesissa vain hujahtivat.

Sanna on kisannut juniorivuosiinsa ahkerasti, ja hän arvelee, että mitä enemmän itse on kisannut ja valmentautunut, sitä helpompaa tuomariksi opiskelu on.

- Odotin kurssilta hirveästi, mutta olen saanut siltä paljon enemmän. Nyt näen eri kannalta myös oman opetustyöni, sillä tuomarikoulutuksen kautta saa syvällisemmän näkökulman siihen, miten kukin liike pitää suorittaa ja milloin se on tehty oikein.

Hyötyä kisaaville oppilaille

- Koulutuksesta on suuri hyöty minulle itselleni ratsastajanakin, koska nyt mietin eri tavalla kuin aiemmin, mitä kullakin tehtävällä todella haetaan. Olen myös huomannut, ettei olisi lainkaan pahasta, vaikka opettaja

näyttäisi tunnilla useammin selästä käsin millaiseen suoritukseen pyritään. Se saataisi nopeuttaa oppimista, pohtii Sanna.

- Jos opettaja tai valmentaja pystyy suoralta kädeltä antamaan ratsukolle numeron liikkeestä, oppilas saa omaan suoritukseensa erilaisen tuntuman. Kun muistikuva liikkeestä ja siitä tunteesta, jonka hän koki sitä suorittaessaan, yhdistyvät numeroon, kilpailemisesta kiinnostunut oppilas saa valtavasti apua harjoitteluunsa.

Apua, ei tuomioita

Kurssin ykkösvaiheen jälkeen Sanna on valmis tunnustamaan, että tuomarin tehtävä vaikuttaa yllättävän hankalalta:

- Sitä ehtii nähdä hirvittävän vähän asioita

verrattuna siihen mitä ratsukon pitää suorittaa; aina jää väkisinkin jotain huomaamatta. Nyt ymmärrän, että eri pisteissä istuvat tuomarit todella näkevät eri asioita ja käsittävät, miksi he antavat samasta liikkeestä eri pisteet.

Vaikka Sanna puhuu vakavasti tuomarin vastuusta, hän arvelee tehtävästä, että "ei se ylitse pääsemättömältä tunnu".

- Ihmisiä tähän tässä ollaan, ei koneita. Enkä minä mene tuomitsemaan ketään, vaan auttamaan ratsukoita kehittymään. Kaikilla kilpailuvillahan on tarve päästä eteen- ja ylöspäin, mutta ei sinne ilman apua pääse. Eikä mikään asia ole mahdoton korjata! •

HEVOSENJÄRKEÄ

Pakkopilttuussa elämäntyö

Vierailin vuoden alussa Kaliforniassa ja tietysti suurin osa ystäväistäni sielläkin on koira- ja hevosväkeä.

Sain tutustua Simi-Valleyn hevosihmisten asuinalueeseen. Se oli kaupunginosa, jossa isojen mukavien talojen edessä on kadun vieressä meikäläisen pyörätien tapaan ratsastusura. Sitä pitkin pääsee aidatuille harjoituskentille, maneesiin ja mittaville hoitotuille maastolenkkiväylille.

Ja missä ne hevoset sitten asuivat, jotka kadunvierten ratsastusuria käyttivät?

Jokaiseen taloon kuului laakson puolella talli, tarhat ja laajat laitumet. Myös sieltä auksivat elektronisella kortilla portit kumpuileviin maastoihin. Kyllä tuli vesi kielelle, kun ajatteli miten kyllin isossa maassa, mukavassa ilmastossa hevosharrastajilla on niin vahva asema, että kaupunginosa suunnitellaan juuri heidän tarpeisiinsa räätälöitynä.

Ystäväperhe muutti itärannikolta Bostonin läheltä, jossa heillä oli myös mukavat olot. Oli maatila ja tallit ja maneesit ja äidillä ja tyttärillä helpot olot harrastaa hevosia, siellä jopa kerran varsoitettiin.

Nyt ei ole lumikinoksia, mutta äkkisateet tekevät kiusaa, kun tarhat ovat viettävässä rinteessä.

Katsotaan hevoset, täykkäritamma, äidin hippyyhevonen, odottaa kengittäjää. Sepälle ja eläinlääkärille on varustettu katettu paikka talon sivusta, ei tallin edessä, sillä karsinoiden puoliövet sallivat häiritsevän kurkkimisen

sen kaikille toimenpiteille. Samassa tilassa satuloidaan ja portit aukeaa kadulle ja ratsastusuralle.

Toisen tyttären vuonohevonen kuuntelee mielellään äidin äidinkieltä, ruotsia. Sitä Ingrid puhuu myös ujolle varsalle, jota pitää lääkittä kuljetusvammojen vuoksi. Sitä pitää myös kesyttää, sillä se on adoptoitu pari päivää sitten Santa Marian Animal Farmilta.

Asuinalueen hevosystävällisyyden ihailu vaihtuu joukkoon isoja kysymyksiä.

Mikä saa viiden hevosien ja kolmen ratsastajan perheen adoptoimaan varsan?

Vastauksista avautuikin aivan uutta tietoa siitä mitä ihmiskunta hevosella tekee. Kanadasta tuodaan USA:n puolelle sadoittain varsoja, jotka syntyvät kyseenalaisesta siitostoiminnasta. Naisten vaihdevuosi-vaivojen helpottamiseksi lääketeollisuus on kehittänyt 1940-luvulta lähtien hormonikorvaushoitoja. Tarvittavat hormonit kerätään tiineitten tammojen virtsasta. PMU-etuliite tammojen ja varsojen adoptio-ohjelmassa ei tarkoita mitään rotua, vaan pregnant mares urine. Astutuksen jälkeen tammot asuvat lähes pakkopilttuussa ja niihin on kiinnitetty virtsankeruulaite.

Ei tällaisesta hevosienpidosta kukaan meidän mantereella ole edes kertonut! Samat kansainväliset firmat tuottavat hormonikorvaushoitojen lääkkeitä myös meidän kuluttajillemme.

Tammot varsovat ja varsomisen jälkeen ne saatetaan taas kantaviksi tuottamaan estrogeenihoitojen välttämätöntä raaka-ainetta.

Varsoja yritetään kaupitella nimenomaan USA:n puolelle sekä United Animal Nations-että PMURescue- eläinsuojeluyhdistysten kautta.

Ristiriitaiset tulokset hormonikorvaushoitojen tehosta ja riskeistä ovat vähentäneet lääkkeen kulutusta.

Nyt lääketehaan on todettu ajavan alas tuotantoaan ja tammoja myydään pilkkahintaan. Kanadassa on lähes 500 hevostilaa, jotka ovat keskittyneet lääketehaan palveluun. USA:han tammoja ja varsoja kaupitellaan harrastushevosiksi, jopa lemmikeiksi. Rescue-yhdistykset toimivat hevosystävien lahjoitusten turvin.

Sain tilaisuuden käydä Santa Marian talleilla ja tarhoilla, joissa Kanadasta tuotuja pelastettuja hevosia on. Se oli masentavaa katsottavaa. Tilanteeseen voi tutustua nettissä kotisivuilla www.pmurescue.org, joka kertoo Santa Marian hankkeesta ja www.uan.org, joka on United Animal Nations, eläinten hyvinvointiin keskittyvä järjestö.

Tieto luo tuskaa, se oli kohdallani liiankin totta, tällä reissulla kävi hevosia sääliksi.

uma.aaltonen@pp.inet.fi