

## Valmentajat ja tuomarit opissa

# Christoph Hess painotti perusasioita

Saksalainen kouluvalmentaja ja -tuomari Christoph Hess vieraili huhtikuun alussa jo toisen kerran Suomessa. Viime vuonna tutuksi tullut osaaja piti kolmen päivän kurssin Vihti Dressage Centerissä. Ohjelmassa oli valmennusta koulu- ja kenttäratsukoille sekä molempien lajien tuomarikoulutusta.

Hessin valmennuksen seuraaminen oli antoisaa. Mies eteni joka ratsukon kanssa loogisesti perusasioista eteenpäin. Jos jossakin kohtaa koulutusasteikkoa oli ongelma, palattiin saman tien takaisin ongelman syihin ennen kuin lähdettiin tekemään vaikeampia asioita.

Ratsastajat saivat hyvin usein kehoituksia antaa hevosesensa liikkuu enemmän eteenpäin ja myödetä ohjilla enemmän. Ensimmäisellä lounastauolla Hess pyysikin suomennosta kolmelle termille, joita hän käyttää usein. Nämä termit olivat ”Myötää”, ”Pitkät ohjat” ja ”Taputa”. Näillä sangen yksinkertaisilla konsteilla hevoset saatiin rentoutumaan ja hakeutumaan kohti kuolaintukea sen sijaan että ne väistäisivät kuolainta ja hakeutuisivat sen taakse.

Hessiltä löytyi myös mainioita korjauskeinoja erilaisiin istuntavirheisiin. Hän ei kuitenkaan ollut valmentajana ankara, vaan todella kannustava. Pienikin parannus huomattiin heti ja ratsastajat saivat välittömästi kiitosta muuttaessaan tyyliään parempaan suuntaan.

### Kenttäratsastustietoa

Hess on itse kansainvälinen tuomari sekä koulu- että kenttäratsastuksessa. Hän on FEI:n kenttäjooksen jäsen ja on kehittänyt tänä vuonna käyttöön otetut uudet kenttäratsastuksen kouluohjelmat yhdessä Chris Bartlen kanssa. Niinpä hän olikin juuri oikea henkilö kertomaan uusista ohjelmista ja siitä, mitä niiden avulla halutaan saada aikaiseksi. Mukaan olisi toki mahtunut enemmänkin kenttäratsastuksen aktiiveja kuuntelemaan hyviä neuvoja.



Christoph Hess on loistava pedagogi ja hänen valmennuksensa on loogista ja tehokasta.



Laura Koivulan ja Uncle Samin tavoitteena ovat juniorien kenttäratsastuksen EM-kilpailut. Sitä silmällä pitäen Christoph Hess antoi hänelle hyviä vihjeitä oman ratsastustaidon kehittämiseen.

- Yhden tähden kenttäohjelmat ovat erittäin helppoja ja yksinkertaisia. Niissä on vain perustyötä. Kahden tähden tasolla tulee esittää jo avo- ja sulkutaivutukset kootussa ravissa ja kolmen tähden tasolla mukaan tulevat laukanvaihdot.

- Ohjelmat etenevät loogisesti sen mukaan, mitä minkäkin tason kenttähevosen tulee hallita, jotta sillä voisi menestyä myös este- ja maastokokeessa.

- Kenttäratsastuksessa halutaan, että laji on mahdollisimman lähellä kouluratsastusta ja esteratsastusta. Säännöt halutaan pitää niin yhtenäisinä kuin mahdollista, Hess kertoi.

- Tuomarien täytyy kuitenkin muistaa se, että kenttähevoset eivät ole kouluhevosi vaan monipuolisia urheilijoita. Niiltä ei edellytetä samanlaisia liikkeitä ja kokoamisia kuin kouluhevosilta.

- Näillä näkymin pitkät kilpailut ovat kokonaan poistumassa. Myös pistelaskujärjestelmää ollaan ilmeisesti taas muuttamassa, Hess kertoi.

### Tuomarit koulun penkillä

Sunnuntaipäivä oli omistettu koulutuomarikoulutukselle ja mukana olikin paljon aktiivisia tuomareita, vaikka toki heitä olisi toivonut näkevänsä vielä enemmän. Mukana oli myös muita asiasta kiinnostuneita, kuten valmentajia ja ratsastajia.

Hess aloitti päivän painottamalla sitä, miten tärkeää tuomarien on kyetä näkemään sekä yksityiskohdat että suuret linjat.

- Kokonaisuus ratsukosta on pidettävä mielessä kaiken aikaa, ei pidä keskittyä pieeniin teknisiin asioihin. Tekniset asiat näkee



Heidi Huurinainen ja Camill esittivät tuomarikurssilaisille Prix St. Georges -ohjelman. Hessiltä tuli todella paljon kehuja ratsukon harmonisesta yhteistyöstä ja erittäin lennokkaasta raviohjelmasta.

kuka vaan, mutta tuomarin pitäisi pystyä erottamaan, onko hevonen koulutettu laadukkaasti.

- Tuomarilla pitäisi ehdottomasti olla ratsastaja- tai valmentajakokemusta, Hess painotti.

- Arvostelun pitäisi aina lähteä liikkeelle sanallisesta puolesta. Vasta tuomari voi päätyä antamaan liikkeestä numeron.

Teoriaosuuden jälkeen arvostelua toteutettiin iltapäivän ajan maneesissa, jossa esiintyi eri-ikäisiä ja eri tasolle koulutettuja hevosia. •