

Varmuutta maastoesteille

Tällä kerralla valmennus-sarjassa päästään maastoesteille. Aino Ijäs ja 18-vuotias new forestinponi She-La ovat Suontaan kartanolla Seppo Laineen ohjauksessa harjoittelemassa maastoratsastuksen perusteita.



She-La on vähän jäykkä oikeasta kyljestään, mutta kun Aino keskittyy jumppaamaan sitä oikean pohkeen avulla, se alkaa tukeutua tasaisesti molemmille ohjille ja vastata myös oikeaan pohkeeseen.

Aino on ratsastanut ponilla parisen vuotta ja osallistunut koulu- ja rataestekilpailuihin sekä yhteen kenttäratsastuksen harrasteluokkaan. She-La on aiemman ratsastajansa kanssa kilpaillut kenttää, joten Ainon on ollut helppo harjoitella sen kanssa.

- Se ei katsele mitään estetyyppeä erityisesti, Aino kertoo ennen harjoitusten alkua.

Perusasioiden tarkistus

Kun Seppo ja Aino ovat käyneet läpi sen, mitä ratsukko on tähän mennessä tehnyt, aloitetaan perusasioista. Seppo pyytää Ainoa lyhentämään jalustinhihnoja reiällä.

- Maastossa käytetään lyhyempiä jalustimia kuin rataesteillä, jotta ratsastajan olisi helpompi pysyä kevyessä istunnassa. Takapuoli ei saa koskea satulaan silloin kun laukataan reippaasti eteenpäin.

- Monet kenttäratsastajat käyttävät maastossa 2-4 reikää lyhyempiä jalustinhihnoja kuin rataesteillä. Lyhennetään näitä nyt reian verran, jotta muutoksesta ei tule liian suuri, Seppo sanoo.

Seppo muistuttaa vielä siitä, että hiukset tulisi aina pitää turvallisuuksista kunnolla kiinni kun hypätään maastossa.

- Putoamistilanteissa hevonen voi tallata hiusten päälle tai hiukset voivat takertua johonkin.

Aino saa ohjeet, miten verryttelä maastoesteille.

- Idea on sama kuin koulu- tai esteverryttelyssä. Hevosen tulee vastata avuille ja olla pohkeen ja ohjan välissä.

Ensin Aino kävelee Suontaan estealuetta ympäri ja antaa ponin rauhassa tutustua alueeseen. Sen jälkeen hän verryttelee kevyessä ravissa tehden taivutuksia 8:n muotoisella uralla.

She-La on aluksi hieman tahmea liikkumaan.

- Vaikka tiedät että poni kuu-

menee sitten kun päästään esteille, ole kuitenkin tarkka siitä että se verryttelyssä vastaa pohkeeseen kunnolla. Jos se ei ole pohkeen edessä, se ei tule rehellisesti tuntumalle ja silloin se on vaikea tuoda oikeaan ponnistuspaikkaan esteelle, Seppo sanoo.

She-La on selvästi jäykempi oikealle. Aino saa ohjeeksi käyttää tehokkaammin oikeaa pohjetta viemättä sitä taakse ja pyytää asetuksen oikealle paremmin läpi menettämättä vasemman ohjan kevyttä tuntumaa.

- Älä pidä käsiä liian alhaalla. Ei pidä yrittää vetää ponia peräänantoon, se pitää ratsastaa pohkeella kohti kuolaintukea. Käsien on oltava rennot ja kynnärpäiden kourussa.

Aino sai tehtäväkseen pysyä koko ajan samalla reitillä.

- Pidä katse tiukasti siellä mihin haluat mennä. Jos katse on ponin niskassa, menet minne sattuu.

Korkeuseroja ja laukkaa

Seuraavaksi Aino sai harjoitella korkeuseroja kevyessä ravissa. Suontaalla on pieni banketti, jota pystyy ravaamaan ylä- ja alamäkeen.

- Rytmien ja tasapainon pitää säilyä yhtä hyvin ylä- ja alamäkeen.

Sitten lähdettiin verryttelemään ponia laukassa.

She-La nojasi edelleen hieman oikeaa pohjetta vastaan ja asetui helpommin vasemmalle. Vasemmassa laukassa Seppo pyysi Ainoa asettamaan ponia hieman oikealle. Samalla Aino suoristi lantionsa, joka oli hieman kääntynyt vasemmalle, ja ponikin tuli selvästi suuremmaksi. Tämän korjauksen jälkeen oli helpompi työskennellä oikeassa laukassa. Aino pääsi paremmin vaikuttamaan oikeaan kylkeen ja sai ponin oikealla pohkeella hakeutumaan kohti ulko-ohjan tuntumaa ja rentoutumaan.

Ennen valmennuksen alkua Seppo kysyy, mitä Aino ja She-La ovat tähän mennessä tehneet. Silti on tärkeää tarkistaa perusasioiden toimiminen ennen kuin lähdetään maastoesteille.

Kevyt istunta

Seuraavaksi tarkistettiin Ainin kevyt istunta.

- Se on perusasia, joka pitää opetella, jos meinaa menestyä kenttäratsastuksessa.

- Satulassa pompottava ratsastaja kuluttaa hevosen voimia ja hidastaa etenemistä.

Ensin katsottiin, että kevyt istunta oli tasapainoinen ja vastan jälkeen Aino lisäsi tempoa raataestetemposta maastotempoon.

- Kun lisäät tempoa, älä löysää ohjia, Seppo neuvoi.

- Jouta nilkasta niin että kantapää pääsee alas ja vähän eteen. Varo viemästä jalkaa liian kauaksi taakse, se heikentää heti tasapainoa.

Ohjat kuin kaksi puikkoa

Seppo selvensi, miten hevonen tuodaan oikein maastoesteelle.

- Hevonen on pohkeen edessä eli reagoi helposti pohkeeseen. Ohjat ovat kuin kaksi puikkoa. Ajattele että ne jatkuvat 10 metriä eteenpäin esteelle asti. Hevonen kulkee suorana puikkojen välissä kohti estettä eikä sille ole koskaan epäselvää, minne ollaan menossa.

- Maastoesteille ei saa tulla päättömästi. Ratsastaja lähestyy hyvässä tempossa estettä ja tasapainottaa hevosen noin 20-30 metriä ennen hyppyä. Sen jälkeen hän jää odottamaan, että näkee hyvän etäisyyden. Tasapainotus on oikeastaan sama asia kuin puolipidäte, mutta siinäkin ei välttämättä hidasteta tempoa. Hetkellisesti ratsastaja pyytää hevosta vähän vahvemmin tuntumaa vastaan. Ratsastajasta tuntuu siltä, että hevosen etupää nousee.

- Tasapainottamisessa ratsastaja voi tulla esteistuntaan eli lähemmäs satulaa.

- Esteen jälkeen pyritään heti jatkamaan samassa tempossa eteenpäin suorinta mahdollista reittiä seuraavalle esteelle.





Ylä- ja alamäkeen ravaaminen kehittää tasapainoa.

Aino hyppäsi aluksi yksinkertaisen tukkiesteen. Ensimmäinen lähestyminen tuli vähän liian pienestä laukasta.

Toinen yritys samalla esteellä oli Sepon mukaan kuin oppikirjasta, joten seuraavaksi Aino sai jatkaa ykkösesteeltä seuraavalle esteelle, joka oli koivupysty.

- Este on yksinkertainen, mutta sen vasemmalla puolella on kuusikuja ja hauta, joten ole tarkkana oikean pohkeen kanssa. Monet hevoset vähän jarruttavat siinä kohtaa, Seppo sanoi ja muistutti, että muutkin asiat maastossa vaikuttavat hevosen eteenpäinpyrkimykseen kuin pelkät esteet.

Tärkeä pohkeen paikka

Aino hyppäsi seuraavaksi kaksi estettä kaarevalla linjalla ylämäkeen.

- Ylämäessä hevonen tasapainottaa itse itsensä. Tasapainottamista auttaa myös kaarre ja se, että esteet ovat lähellä toisiaan. Sinun



Tästä esteestä aloitettiin maastoesteharjoitukset. Este on nouseva ja siinä on lisäksi edessä maapuomi, joka helpottaa oikean ponnistuspaikan löytämistä. Se on helppo ja siksi sopiva harjoitusten ensimmäiseksi esteeksi.

tulee vain huolehtia siitä, että laukka on rytmikästä ja reitti sujuva.

Aino onnistui näillä neuvoilla hienosti ja seuraavaksi siirryttiin hyppäämään taloestettä, joka on hevoselle vähän oudon näköinen.

Aino käveli ensin pari kertaa ihan esteen vierestä, jotta poni sai katsoa estettä. Sen jälkeen lähetettiin hyppyyn pitkällä lähestymisellä.

Poni vähän jarrutti ennen estettä, mutta hyppäsi kuitenkin. Ainin pohkeet olivat lipsahaneet liian taakse, joten hän vähän irtosi satulasta hypyssä. Seuraavalla yrityksellä Aino keskittyi pitämään pohkeet oikeassa paikassa ja tasapaino säilyi hyvin.

- Kun jalka on riittävän edessä, pystyt tukemaan ponia hyppyyn asti paremmin pohkeella.

- Nyt alkuun kun korjaat virhettä, sinusta varmasti tuntuu siltä, että jalka on ihan liian edessä, mutta se on ihan normaalia. Aina kun lähtee korjaamaan virhettä, se tuntuu aluksi omituiselta.

Aino tasapainottaa ponin noin 30 metriä ennen estettä.



Koska taloeste ja varsinkin sen musta katto näyttää hevosista usein pelottavalta, Aino tekee muutaman vartin esteen vierestä ja antaa ponin vähän tutustua esteeseen.



Lennokas hyppy maastoesteellä. Aino on lähestynyt estettä hyvässä tempossa ja ponnistus osuu kohdalleen.



Ensimmäisellä lähestymisellä poni epäröi ja tekee kulmikkaan hypyn. Ainolla on jalat liian takana kun hän lähestyy estettä, jolloin tasapaino häviää. Toisella yrityksellä este on ponille jo tuttu ja hypystä tulee hyvä.



Vesiesteiden harjoittelu kannattaa aloittaa rauhallisesti ja rennosti. She-La sai ensin kävellä veden läpi, sitten ravata ja laukata ja vasta sitten mukaan otettiin pieni hyppy vedestä pois.



Pystyeste pois vedestä ei ole mikään ongelma, kun ponin laukka säilyy energisenä veden läpi.



Lähestyminen vedestä aktiivisessa laukassa pyöreälle esteelle, jonka She-La selvittää iloisesti ja helposti.

Ja sitten veteen!

Lopuksi Aino ja She-La harjoittelivat vesiestettä. Ensinnäkin Aino käveli pariin kertaan veden läpi, sitten hän ratsasti saman reitin ensin ravissa ja sitten laukassa. Vasta kun poni eteni sujuvasti, rakennettiin

vastarannalle pieni pystyeste rata-estemateriaalista.

- Muista, että vesi jarruttaa aina etenemistä. Kun tulet veteen, älä päästä jalkoja taakse, Seppo muistutti.

Ensimmäisen kerran hyppy oli noin yhden laukka-askelen

päässä vesirajasta, mutta kun hyppy sujui, este siirrettiin ihan vesirajaan. She-La ei ihmetellyt tehtävää lainkaan, joten viimeisenä tehtävänä Aino ja She-La saivat vielä hypätä isomman kiinteän esteen ulos vedestä.

- Katso, että laukka pysyy ener-

gisenä veden läpi ja säilytää hyvää tuntuma lähestyessäsi estettä, Seppo muistutti.

Aino keskittyi hienosti tähänkin tehtävään, ponilla oli voimia vielä hyvin jäljellä ja hyppy onnistui hienosti! Tästä on hyvä jatkaa talvitauon jälkeen ensi kisakaudelle. ♦

Tervetuloa Horse Show osastollemme!

Talliloimi

Kaunis, käytännöllinen ja laadukas talliloimi edullisesti. Hevosta vasten puurvillaa, ulkopinta nylonia. Pikalukot edessä, ristivyöt, häntänaru. Koot 125-165, väri syksyn vihreä. **240 g täytel**



yllätys-hintaan!



Takki uskolliselle ystävälle

Vedenpitävä takki koiruudelle. Koot 35 ja 65 cm.



29,-



Lämpimästi tervetuloa!

Keravan HORSE & RIDER

Kultasepänkatu 5
04250 Kerava
puh. 09-242 4200
avoinna ark. 10-18
la 10-15
www.horserider.fi

Saksi ilmoitus muuksi, saat kaikista löytökorin tuotteista tällä ilmoituksella **-60%** tuotteiden alkuperäisistä hinnoista.

149,-

Topattu talli/ulkoloimi
Vedenpitävää 600ripstop-kangasta. Hevosta vasten puurvillakangas. Hyvin hengittävä, joten voidaan käyttää myös tallissa, tähän ei tartu puru tai turve! Lapalaskokset, pikalukot, ristivyöt. Koot 135-165, tyylikäs ruutukuosi. **300 g täytel**



Ostaessasi **ESKADRON** loimen, saat parin **ESKADRON** bootseja **kaupanpäälle!**

Tarjous koskee yli 100,- arvoisia loimia.

Fullneck fleeceloimi
Niskaan saakka tuleva, laadukas fleeceloimi. Hyvät kiinnitykset! Koot 125-165 cm.



79,-



Osastollamme mahtava

LÖYTÖKORI

valikoimista poistuvia takkeja, hanskoja, chapseja, fleecettä, hoitotarvikkeita yms.

alennukset jopa

-70%

