



Adele N. Jacobsson vapaaohjelmassaan.

Saara Castrén sai pronssia

Kansainvälinen vikellyskilpailu Helsingissä

Syyskuun puolivälissä kilpailtiin Ruskeasuolla vikellyksen Pohjoismaiden ja Baltian mestaruuksista. Kilpailut olivat samalla ensimmäiset Suomessa järjestetyt kansainväliset vikellyskilpailut.

Yksinvikeltäjien kullan vei kilpailua alusta loppuun johdannut Ruotsin Lina Hansson, Hopean voitti Norjan Adele N. Jacobsson ja pronssia hienosti Suomen Saara Castrén. Joukkuevikellyksessä jaettiin vain kulta Ruotsin joukkueelle Team Uppsala Voltige, sillä Suomen joukkue AG Vaulting Team joutui valitettavasti keskeyttämään hevosen yllättävän loukkaantumisen vuoksi jo perusliikeohjelman jälkeen.

Lauantaina kilpailuissa nähtiin sekä yksinvikeltäjien että joukkueiden perusliikkeet ja vapaaohjelmat. Sunnuntaina oli vuorossa yksinvikeltäjien tekniset ja vapaaohjelmat sekä joukkueiden vapaaohjelmat. Kumpanakin päivänä näimme tuomariston pitämän vikellysklinikan, jossa Vaulting Team Illusionin edustajat esittivät vikellysliikkeitä puisen harjoitushevosen selässä.

Pakolliset liikkeet ja vapaaohjelma

Sekä yksin- että joukkuevikeltäjät esittävät perusliikeohjelmassaan kukan vuorollaan pakolliset perus-

liikkeet, joita ovat: selkäänhyppy, perusistunta, polvivaaka, mylly, sakset, seisonta ja lankku.

Tekninen ohjelma on kansainvälisissä kilpailuissa nyt toista vuotta mukana ja sen suorittavat vain yksinvikeltäjät. Tekninen ohjelma muistuttaa vapaaohjelmaa, mutta siinä on viisi pakollista liikettä: kuperkeikkahyppy selkäänhyppynä tai välihyppynä, olkaseisonta, kärrynpyörä, needle ja takaperinseisonta.

Vapaaohjelma on nimensä mukaisesti vapaampi eikä siinä ole pakollisia elementtejä. Siitä on mahdollista saada sitä paremmat pisteet, mitä vaikeampi ohjelma on ja mitä enemmän siinä on akrobatiaa.

Joukkueiden vapaaohjelmassa hevosen selässä on yhtä aikaa tavallisesti 2-3 vikeltäjää ja vikeltäjät suorittavat erilaisia yhteisliikkeitä ja pyramideja.

Kultamitalisti hyvin tyytyväinen

Lina Hansson, 26-vuotias Ruotsin edustaja oli tyytyväinen esi-tyksiinsä.

- Suoritukset olivat laadultaan tasaisia ja pystyin olemaan rauhallinen, enkä stressannut.

Heikoimmaksi alueekseen Lina mainitsee seisomista vaativat liikkeet ja helpoimmaksi ylöshyppy.

Tulevaisuuden tavoitteekseen Lina kertoo vikellyksen MM-kilpailut vuonna 2008. Siitä eteenpäin hän ei uskalla vielä sanoa.

Kentuckyssa järjestetään MM-kilpailut neljän vuoden päästä, mutta Lina on silloin jo 30-vuotias, mikä alkaa olla vikeltäjälle korkea ikä.

Lina on kilpaillut kansainvälisissä vikellyskilpailuissa vuodesta 1999 saakka ja Ruotsin mestaruuden hän on voittanut neljä kertaa. Lina osallistui MM-kilpailuihin ensimmäisen kerran vuonna 2004. Tänä vuonna MM-radalla Aachenissa ei sujunut kovin hyvin; hevosella tuli raviaskelia suorituksen aikana, jolloin liikkeestä saa 0 pistettä, joten tulos jäi huonoksi. Aachenissa hän vikelsi hevosella Östergårdens Midnight, nyt PM-kilpailuissa kumppanina taas oli 11-vuotias Eton Blazer.

Lina harjoittelee 6-8 kertaa viikossa, kolmisen kertaa viikossa puuhevosella koreografiaa sekä

liikkeiden sulavuutta ja yleensä 1-2 kertaa viikossa oikean hevosen selässä. Lina myös ratsastaa noin kerran viikossa, mutta on aloittanut ratsastuksen vasta pari vuotta sitten. Linan juoksettaja Häkan Häll huolehtii hevosten ratsastuksesta ja treenaamisesta. Häkan myös kilpailee hevosilla vaativissa kouluratsastusluokissa.

Saara Castrén: paras kilpailuni

Vaikka 23-vuotiaalla Saara Castrénilla on aiemmilta vuosilta 3 SM-kultamitalia, hän mielestään onnistui tällä kertaa parhaiten. Suoritukset olivat keskenään tasaisia ja hän pysyi kaikilla osa-alueilla omalla tasollaan.

Hopeaa sai Adele N. Jacobsson Norjasta (oik.), juoksettajana toimi Martin Necela hevonen on Laredo II.

Yksinvikellyksen kultamitalistit, hevonen Eton Blazer, juoksuttaja Håkan Häll ja Lina Hansson.



Pronssia: Saara Castrén, HC Woodpecker ja juoksuttaja Kristiina Räisänen.





Tuomariston puheenjohtaja Karoliina Wickholm pitää vikkelysklinikkaa, Vaulting Team Illusionin tytöt esittävät joukkuevikkelyksen vapaaohjelmaa.



Lina Hansson perusohjelmassa, liikkeenä sakset.

- Olen tyytyväinen tekniseen ohjelmaan, perusliikkeet lauantaina menivät hyvin, sunnuntain vapaaohjelma oli hieman varovainen.

Saaran mielestä hänen vapaaohjelmansa voisi olla vaikeampikin ja sen pitäisikin olla, jos haluaisi saada parempia pisteitä ja kirk-

kaamman mitalin. Suomen yksinvikeltäjät ovat kuitenkin treenaaneet hevosensa HC Woodpeckerin kanssa ainoastaan puoli vuotta ja se rajoitti ohjelman liikkeitä ja vaikeustasoa. Hevonen aloitti vikkelysuransa puoli vuotta sitten ja samaan aikaan vikeltäjien pi-

ti opetella uutta ja kouluttaa hevosta.

- Siihen nähden kisoissa meni hyvin. Nakke on lahjakas vikkelyhevonen, vaikka onkin vielä kokematon. kehuu Saara.

Yleensä vaatii noin vuoden ahkeraa treenausta, ennen kuin vikeltäjän, juoksuttajan ja hevosen yhteistyö on saumatonta ja hyvää. Kun yhteistyö toimii, ohjelmien vaikeustasoaakin voi nostaa.

EM-kisoihin ensi vuonna

Saaran seuraava tavoite on EM-kilpailut ensi vuonna. Kvaalatakseen kilpailuihin, hän tarvitsee vielä vähintään toisesta kansainvälisestä kilpailusta kvaalipisteen. Ensimmäisen pisteen hän sai nyt. Saara ei pidä Kentuckyn MM-kisoja neljän vuoden päästä mahdottomuutena, jos hevoskuviot pysyvät hyvinä ja oma kunto kestää.

- Toivottavaa tietysti olisi, että yhteistyö Naken kanssa saisi vielä jatkua pitkään, uuden hevosen treenaaminen kansainväliselle tasolle ei ehkä ole ikäselleni enää mielekästä, pohti Saara.

Saara treenaa vikkelystä kaksi kertaa viikossa kahdella hevosella ja jonkun verran puuhevosen kanssa. Lisäksi näin kisakaudella treeni koostuu mm. spinnigistä, uinnista ja rullaluistelusta sekä myös salitreeneistä. Talvikaudella treeni sisältää mm. akrobatiaa ja painottuu enemmän voimaharjoitteluun, jota kisakaudella ei voi paljon tehdä, sillä se vähentää lihasten venymiskykyä.

Saara aloitti vikkelyksen noin 10-vuotiaana. Hän oli harrastanut telinevoimistelua ja oli kiinnostunut hevosistakin. Hänen silloisella hoitohevosellaan harrastettiin lajia ja se vaikutti Saarasta mielenkiintoiselta. Kiinnostuttuaan hän kokeili vikkelyä ja siitä tuli harrastus. Vakavammaksi harrastus muuttui viimeistään vuoden -97 paikkeilla, jolloin Saara kuului ensimmäistä kertaa maajoukkueeseen vikkelyjoukkueen varajäsenenä. Takana on siis ainakin 9 vuotta vakavasti otettavaa treenaamista ja kisaamista.

Kisoissa Saara ei mielestään jännitä paljonkaan, mutta pieni täpinähän on vain hyväksi. Teknisen ohjelman takaperinseisonta on osoittautunut hänelle vaikeaksi liikkeeksi, helpoimmiksi hän taas kokee venymistä vaativat liikkeet, kuten neulan, jossa seisotaan sivutain hevosen selässä, pidetään kädellä kiinni tukivyöstä ja nostetaan toinen jalka spagaatinomaisesti ylös ojennettuna suoraksi.

Saara kilpailee vaihtelevasti 2-6 kertaa vuodessa, riippuen miten sopivia kilpailuja on.

- Teen koreografiat pääosin itse, tosin pitäisi varmaan pyytää enemmän apua siihen, jotta voisi kehittyä ilmaisullisesti, Saara pohtii. Ohjelman tunnelma ja fiilis kuitenkin vaikuttaa esitykseen ja tietysti myös pisteisiin. Katariina Alongilta Saara on toki saanut apua koreografioihin, mutta koska Kata asuu nykyään ulkomaille, apu ei ole säännöllistä ja usein toistuvaa.

Hevonen tärkeässä osassa

Suomen yksinvikeltäjillä ei ole hevosenhoitajaa, vaan vikeltäjät hoitavat hevosen yhdessä juoksuttajan kanssa. Hevosen hoitaminen on Saaran mukaan tärkeä osa vikeltämisestä. Hevonen on joukkueen jäsenenä yhtä tärkeä kuin vikeltäjäkin. Huono vikeltäjä ei pärjää, vaikka hevonen olisi kuinka hyvä, mutta myöskään hyvä vikeltäjä ei voi pärjätä huonon hevosen kanssa.

Hevonen vaikuttaa suoritukseen omalta osaltaan suuresti, jos hevosen laukka ei pyöri, vikeltäjän osuus on vaikeampi. Jos vikeltäjä tekee virheitä, hevosen on vaikeampi laukata hyvin. Jos hevonen ei toimi hyvin verryttelyssä, tulee vikeltäjillä helposti paineita suoritukseen.

Hyvä vikkelyshevonen on kuuliainen, yhteistyöhaluinen ja sillä on hyvä laukka. Hevosen tulisi olla myös rauhallinen ja sen pitäisi pystyä myös kokoamaan laukkaa. Vikkelyshevosen treenaaminen ja kouluttaminen ratsastamalla on tärkeä osa hevosen valmentamista. Vikkelyshevosella vikkelletään yleensä 1-3 kertaa viikossa, joten ohjelmaan mahtuu runsaasti muitakin toimintaa.

Hevonen arvostellaankin joka suorituksen yhteydessä. Hevosen laukka on tärkein ja sitä painotetaan arvostelussa eniten. Jos laukka ei ole kolmitahtista, arvostus on korkeintaan 4 koko asteikon ollessa 0-10. Hevosesta katsotaan laukan laadun lisäksi mm. tasapainoa ja liikkumista ympyrällä yhdellä uralalla.

Tuomariston puheenjohtaja Karoliina Wickholm oli tyytyväinen yksinvikeltäjien korkeaan tasoon. Hän antoi jopa jokusen yhdeksikön, ja muisteli, että yksi olisi ollut Saara Castrénin needle, jota muutenkin kehaisi hyväksi. Wickholmin mielestä mm. Lina ja Suomen tytöt ovat aikalailla samalla tasolla, mutta joukkueita tällä tasolla ei valitettavasti ole. Suomen toinenkin joukkue, joka on edennyt laukassa vikeltämiseen, on hevosen loukkaantumisen vuoksi harjoitustauolla. ♦