



Ulkourheilua

Olisi mielenkiintoista tietää, kuinka suuri osa Suomen ratsuhevostusta asuu maneesitalilla sekä kuinka suuri osa ratsastajista pääsee maneesiin halutessaan – ja kuinka suuri osa ei. Ratsastus on pitkälti ulkourheilulaji ja sen huomaa pian taas erityisen selvästi, kun kesän ja alkusyksyn auringonpaiste ja lempeä tuulihenki vaihtuvat vesisateen ja kuran kautta viistoräntään, jäiseen maahan ja lumituiskuun.

Lapsuudessani en ollut kai edes kuullut, että jotkut ratsastivat maneesissa. Meillä ratsastettiin metrisessä hangessa ja kolmenkymmenen asteen pakkasessa – tai siltä se ainakin tuntui tihrustaessani itkua tunnin kenttäköpöttelyn jälkeen isän autossa, kun ohjien ympärille jäätyneet sormet alkoivat vihdoinkin sulaa. Nykyäänkään kaikkia ei ole siunattu maneesilla, joka sulkisi sentään pahimman tuulen ja pakkasen pois.

Entä sitten, kun maneesia ei ole? Miten ihmeessä ennen selvitettiin ja selvitäänkö enää? Vaikka ei olisi kovakaan pakkas, alkaa ratsastaja helposti palella, jos kenttä on siinä kunnossa, ettei hevosella uskalla ottaa kuin neljä raviaskelta toisella pitkällä sivulla ja maastoreititkin muistuttavat luistelurataa. Lämpimien vaatteiden lisäksi tärkeä varuste on asenne: kylmästä valittaminen ei ole koskaan pitänyt ketään lämpimänä. Kunnan varusteet ja reipas mieli auttavat kummasti. Termoskannullinen kuumaan juotavaa tunnin jälkeen hörpittäväksi ei myöskään ole huono idea.

Talvella ratsastus on enemmän välineurheilua kuin muina vuodenaikoina. Minä olen varustautunut tulevaan talveen os-

tamalla tuulen- ja sateenpitävät ratsastushanskat. Pitkät kalsarit, nuo jokaisen talviratsastajan parhaat ystävät, on kaivettu kesäsielöstä odottamaan pakkasia. Muut varusteeni talven säitä vastaan ovat urheilukerrastot, villapaidat, villapohjaiset sukat, kypärämyyssi, kunnan takki ja tarvittaessa vanhat toppahousut. Vaihtopaita on myös hyvä – kun vaihtaa kuivaa ylle, ei palele kotimatalla.

Joskus tarvitaan villavaatteita järeämpiä keinoja. Salainen aseeni numero yksi kylmyyttä vastaan on turvaliivi, joka paitsi suojaa luiden katkeamiselta, myös lämmittää autuaasti talven viimoissa. Salainen aseeni numero kaksi taas on ratsastuksenopettaja, joka tajuaa, että ratsastajat on pidettävä lämpiminä, jos haluaa, että ne pysyvät hevosien selässä... Onneksi useat ratsastuksenopettajat suosivat kylmillä ilmoilla ratsastajien voimisteluttamista: hoidetaan jalkaa ja kättä, kurotetaan, taivutetaan, venytetään. Kesken kylmää tuntia voisi myös harjoitella ratsaille nousua väärältä puolelta – hyödyllinen taito, jonka harjoittelussa tulee varmasti lämmin kaikkien talvivaatteiden sisällä.

Yksi keino pysyä lämpimänä on ylitse muiden: pitää pysyä neljän seinän sisällä ja juoda kuumaa teetä viltin alla eikä kuvitellaakaan pistävänsä nokkaansa ulos ovesta. Koska olen kuitenkin valinnut ratsastuksen harrastuksekseni, kääriydyn vilttiin vasta sitten, kun olen ensin hankkinut punaiset posket hevosien selässä – jollei ulkona ole ihan liian kylmä.

TIINA LIFLÄNDER

★ uutisia

★ tuoreita kilpailutuloksia

★ käyttäjien oma kuvagalleria



★ vilkas keskustelupalsta

★ myynti-ilmoituksia

★ laaja linkkilista

www.ratsastus.net