

Global Dressage Forum 2008

Perustyössä MENESTYKSEN SALAISUUS

Kouluratsastuksen täytyy näyttää helpolta! Tähän päästään rentouttamalla ja taivuttamalla hevonen joustavaksi alkuverryttelyssä niin, että se pystyy työskentelemään koko kehollaan. Rento selkä mahdollistaa liikkeiden lennokkuuden säilymisen myös väistöissä ja pirueteissa.

Hubertus Schmidt tuntee hevoset ja osaa jakaa tietoa muillekin.

Perustyössä on menestyksen salaisuus, tähdensi Hubertus Schmidt kahdeksannen Global Dressage Forumin yhteydessä pitämässään Flexible Bending -klinikassa.

Hevosien lisäksi foorumissa taivuteltiin myös ratsastajia. Hollannin Hooge Mierdeen oli tänä vuonna saapunut osanottajia 25 maasta. Suomea ohjelmassa edusti nuori kouluratsastaja Emma Kanerva, 23, joka Schmidtin klinikassa ratsasti viisivuotiasta tammaa tämän ohjaamana.

Global Dressage Forumin keskusteluja on aikaisempina vuosina värittänyt ajoittain kiihkeä-

kin väittely mm. tuomareiden arvostelukriteereistä, eri valmennusmenetelmistä ja hevosen hyvinvoinnista. Nyt kaksipäiväisessä ohjelmassa tähdennettiin sopuisuutta ja esitetyissä kommentteissa kuultiinkin vain yleistä hyväksyvää hyrinää. Paneelit ja yleisökeskustelut jäivät latteiksi.

Ohjelmassa oli myös otsikko "Explanation of Olympic Games", mutta sanallakaan ei viitattu seuraavalla viikolla julkiseksi tulleeseen kansainvälisen ratsastajainliiton FEI:n puheenjohtajan, prinsessa Haya ibn Husseinin ja liiton kouluratsastuskomitean välillä Hongkongissa syntyneeseen erimielisyyteen.

FEI:n vasta nimitetty pääjohtaja David Holmes sanoi keskusjärjestön strategiaa esitellessään, että kouluratsastuksen imago on edelleen liian elitistinen siitä huolimatta, että lajin suosio ja kasvu kansallisella tasolla on ollut viime vuosina valtava. FEI:n tavoitteena on hankkia lajille parempi tv-näkyvyys sponsoreiden kiinnostuksen herättämiseksi ja GP-tason ratsukoiden määrän lisäämiseksi. FEI on myös kehittämässä yhtenäistä koulutus- ja kehitysohjelmaa tuomareille ja stewardeille. Kisatarjonnassa järjestön tärkein tuote on Holmesin mukaan kaikkien ratsastuslajien WEG eli MM-kisat.





Isojen kisojen järjestäminen pitäisi saada myös taloudellisesti kannattavaksi.

- Mestaruusisännöyksistä pitää saada aikaan enemmän kilpailua kansallisten ratsastajainliitosten kesken, Holmes vaati.

Oma kasvatustoiminta menestyksen takana

Kouluratsastus on Haagissa pidettyjen vuoden 1994 MM-kisojen jälkeen kokenut Hollannissa buumin: kilpailuvia kouluratsastajia on 43 000.

- Jotta ratsastaja pääsisi tässä joukossa eteen-

päin, hänen oman tiiminsä on oltava mahdollisimman hyvä liiton tuen lisäksi, tähdensi Hollannin ratsastajainliittoa viime syksyyn asti johtanut Georg de Jong.

Hollannin kouluratsastuksen menestyksen takana on Anky van Grunsvenin ja hänen vanaivedessään esille nousseiden nuorten kykyjen näkyvyyden tuoma sponsorimenestys, ammattipohjalta pyörivät tallit ja oma ratsuhevosien kasvatustoiminta.

Hollannin KWPN-urheiluhevonen on "lahjakas, kaunis, ratsastettava, terve, atleettinen, älykäs ja – onnellinen", hehkutti KWPN-järjes-

tön pääsihteeri Johan Knaap. Vuosittain syntyy 6000 varsaa, niistä 600 pääsee orivalintatesteihin ja lopulta hyväksytyksi tulee vain 20. Kasvatustavoitteena on löytää GP-tason ratsuja, joilla on luonnetta ja rakenne, joka kestää huipputasen hevosien kovan treenin. Kasvatustoiminnassa korostetaan avoimuutta, mikä käytännössä tarkoittaa sitä, että KWPN-hevosien sukutaustasta saattaa löytyä hannoverilaista, oldenbourgilaista, täysveristä ja melkeinpä mitä vain.

KWPN-ratsujen kasvattajat ovat yhä enemmän alkaneet erikoistua joko koululinjaisiin tai

estelinjaisiin hevosiin. Pitkän kasvatusperinteen tarjoaman käytännön tiedon ohella hyödynnetään myös uutta tieteellistä informaatiota.

- Nyt tutkimme hevosen luonteen määrittelyä ja arviointia. Otamme valinnoissa huomioon myös ennalta määritellyt periytyvät tekijät ja sukupolvien aikaisemman datan.

Nuoria kouluratsastajia varten on perustettu erään pankin tukema valmennusohjelma, jonka jäsenet viimeistelevät taitojaan 18-25 -vuotiaiden valiotiimissä Tineke Bartelsin johdolla. Ryhmä esitteli foorumissa 4- ja 5-vuotiaita lupaavia KWPN-ratsuja, joista useimmat olivat huippuorien Jazzin ja Ferron jälkeläisiä.

- Ratsastajien on opittava tekemään työ itse, minä olen vain yhteyshenkilö heidän ja omien valmentajien välillä, Tineke Bartels sanoi.

- Parikymppiset ratsastajat uskovat olevansa hyviä, sillä he ovat ammattilaisia, mutta se ei tarkoita, että he olisivat jo oppineet kaiken. Minun tehtäväni on opettaa heille vielä paljon lisää.

Asiantuntijapaneelista tuli kiitosten ohella myös jonkin verran kritiikkiä. Saksalainen nuorten ratsukoiden valmentaja Johan Hinnemann ei nähnyt kasvatuksessa mahdollisena erillistä kouluratsu- ja esteratsulinjaa. Hän muistutti, että muun muassa Anky van Grunsvenin menestysratsun Salineron täysveli oli GP-tason estehevonen. Olympiamitalisti Heike Kemmer kaipasi nuorilta ratsukoilta parempaa rentouttamista.

- Nuoren hevosen ratsastajan on tärkeintä rentouttaa hevosensa ja vaatia siltä kuuliaisuutta.

Liikkeiden säilyttävä suurina koottunakin

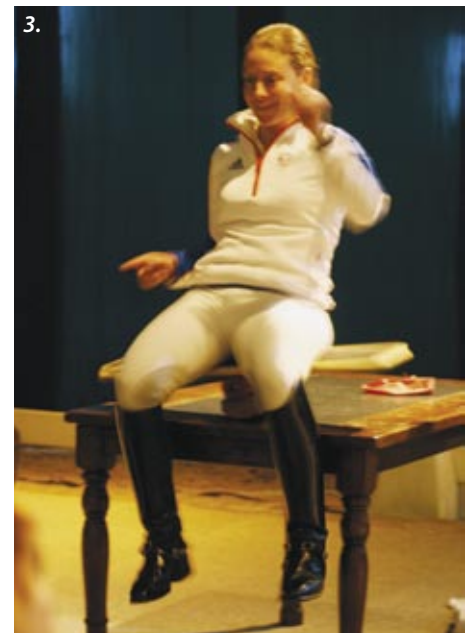
- Verryttelyssä on samantekevää, onko hevonen viisivuotias vai GP-tason kokenut ratsu, Hubertus Schmidt korosti Flexible Bending -klinikassaan.

Emma Kanerva ratsasti viisivuotiaista tammaa, Schmidtin ratsuna oli 10-vuotias westfaleniläinen GP-ratsu Franziscus. Nuori hevonen on ollut Emmen ratsastettavana kolmivuotiaasta lähtien.

Schmidt korosti lämmittelyn tavoitteena olevan kaulan ja lihasten venytys hevosen selän rentouttamiseksi niin, että se pystyy työskentelemään kootuissa liikkeissäkin koko kehollaan ja säilyttämään askelpituuden ja schwungin.

Alkuverryttelyssä hevonen ratsastetaan eteen ja alas, tuntuman pitää olla kevyt, mutta kiinteä. Liikkeiden pitää olla suunniteltuja. Käynnin jälkeen seuraa ravityöskentely ensin harjoitusravissa suoralla linjalla, sitten ympyrällä molempien puolien taivuttamiseksi. Useimmilla hevosilla niin kuin ihmisilläkin toinen puoli on jäykempi. Sitä voi korjata vastakkaisen ohjan muutaman sekunnin kestäväällä otteella.

Useimmilla hevosilla toinen puoli on jäykempi



Ravityöskentelyn jälkeen seuraa harjoituslaukka ympyrällä ja suorana keskiahkaisijalla. Sitten tulee koottu ravijakso sulkutaivutuksiin ja väistöineen.

- Kun hevosen on ratsastanut alas, se on helppo nostaa, tulee kuulaimelle ja käyttää työskennellessään koko vartaloaan. Perustyössä on hienojen liikkeiden salaisuus, Schmidt toteaa.

Laukanvaihdot nuorella hevosella Schmidt haluaa aloittaa keskiahkaisijalla suoralla linjalla, että hevonen pysyy suorana vaihdoissa myöhemminkin.

Franziscuksella Schmidt näytti myös, millainen on hyvä laukkapiuruetti.

1. Verryttelyn lopputuloksena Franziscus on helppo nostaa ja koota piffaheen. Selässä Hubertus Schmidt.

2. Sulkutaivutuksessa askelpituuden tulee säilyä. Asetusta voi korjata ulko-ohjan otteella. Emma Kanerva viisivuotiaan tamma selässä.

3. Nopeasti kuntoutunut Emma Hindle näytti, miten lantion liikkuvuutta voi parantaa tasapainolaudalla.

Emma Kanerva ratsastaa ja kilpailee huipputallilla

Emma Kanerva on ollut jo kaksi vuotta Hubertus Schmidin luona valmentautumassa ja suorittamassa saksalaista ratsuttajatutkintoa. Valmistuminen hämmöittää ensi vuoden loppupuolella. Tutkinto sisältää ratsastamisen ohella paljon muuta: teoriaa, ruokintaa, lääkintää, ratsastuksen ohjausta jne. Välikokeissa Emma on menestynyt hyvin. Valmistumisen jälkeen hän toivoo saavansa jatkaa valmentajansa luona ratsuttajana.

Schmidin tallilla on kuutisenkymmentä hevosta. Tiimissä työskentelee kaksi ratsuttajaa, kaksi ratsuttajaoppilasta, kaksi hevostenhoitajaa ja tallimestari.

Työpäivät alkavat klo 7.30 aamulla. Puoleenpäivään saakka ratsastetaan, sitten seuraa kahden tunnin tauko ja töitä jatketaan noin klo 18 saakka.

- Tiimi ja tallihenki ovat hyvät. Kaikki ovat olleet minulle alusta alkaen tosi ystävällisiä ja avuliaita. Nyt alkaa saksa jo sujua, mutta tullessani en osannut saksaa lainkaan. Vaikka olen ensimmäistä kertaa pitempään poissa kotoa, ei ole tarvinnut tuntee oloaan orvoksi, Emma sanoo.

Nykyisin hän ratsastaa kotitallilla Nordrhein-Westfalenissa kahdeksan 4-6 -vuotiasta hevosta päivittäin, joskus muutamia vielä omalla ajalla iltaisin.

- Kerran kuussa teemme kukin vuorollamme viikonlopputallin ja kerran kuussa siivomme yhdessä tallit täydellisesti.

Hyvinkääläistä Emma Kanervaa sponsoroi Sinituote. Ruuna Sini Spirit on noussut tänä vuonna GP-tasolle, nelivuotias oldenburgilainen ori Sini Santos on aloittanut menestyksellisesti kilpailu-uransa nuorten hevosten luokissa.

- Sini Spirit on nyt 11-vuotias. Viime keväänä aloin ratsastaa sillä lyhyttä Grand Prix'tä. Se on kotona rauhallinen, mutta kisamatkoilla aika sähköinen. Sini oppii nopeasti ja haluaa tehdä kaikki oikein – se on älykäs hevonen, Emma kiittelee.

- Sinillä on hyvä ravi, piaffe ja passage ja sen laukka on kehittynyt Saksassa paljon.

- Hubertus Schmidt on yleensä aina hallissa myös ratsastamassa ja kommentoi samalla ratsastustamme, olemme koko ajan hänen siipiensä alla. Sini Spiritin kanssa saan myös erikseen kisavalmennusta.

Keväällä Emma Kanervan ratsastukseen tuli pakollinen kymmenen viikon tauko juuri kun paras kisakausi oli alkamassa. Hänen ratsastamansa nuori hevonen pillastui ja kaatui toisen hevosen riehaannuttua hallissa. Emmalta murtui ryttäkässä solisluu.

- Onneksi en jäänyt kaatuvan hevosen alle. Olisi voinut käydä paljon pahemmin.

- Käsi toimii taas eikä onnettomuudesta jäänyt ratsastuspelkoa.

Entä mitä valmentaja ajattelee nuoresta suomalaisesta?

- Olen hyvin tyytyväinen häneen, Schmidt vakuuttaa.

- Hän on hyvin motivoitunut, lahjakas ratsastaja.



Emma Kanervalle siirtyminen Kyra Kyrklundin valmennuksesta Hubertus Schmidin valmennukseen ei ollut vaikeaa: molemmissa on paljon samaa.

Hyvin valmennettu hevonen on kevyt ratsastaa

- Pirueteissa hevosen on säilyttävä samassa muodossa. Kyseessä ei ole vain viisi minuuttia kisoissa, ratsastajan pitää vaatia samaa suoritusta myös valmennuksessa.

Schmidin tiimin tärkeä jäsen on hänen vaimonsa Doris, Schmidin silmät radan reunalla. Doris Schmidt antaa suoraa palautetta jokaisesta liikkeestä, mikä auttaa korjaamaan pienetkin virheet heti ja kiittämään täydellisistä suorituksista.

Monella Schmidille uudelleenopetukseen tulevalle hevosella kootut liikkeet menevät hienosti, temput on opittu, mutta liikkuvuus väistöissä ja pirueteissa kadottettu. Uudelleenopetus on Schmidin mukaan mahdollinen, mutta vaatii paljon aikaa ja työtä.

Schmidt ratsastaa kisahevosiaan kuusi kertaa viikossa. Treenit eivät yleensä kestä kuin 30-45 minuuttia ellei mitään erityisongelmia ole, sillä näin hevonen pysyy mieleltään pirteänä.

- Jos valmennus on onnistunut, GP-hevonen on kevyt ratsastaa. Lyhyt, säännöllinen treeni on paljon parempi kuin pitkä treeni pitkien taukojen jälkeen.

Ratsastajan fysiikka vaatii myös osansa

Britannian olympiajoukkueeseen jo valittu Emma Hindle joutui isoon vatsaleikkaukseen vain kuutisen viikkoa ennen olympialaisia. Sannikkyytensä ja kokeneen urheiluohjaajan Andrew Thomasin avulla hän pääsi uskomattoman tiukassa aikataulussa takaisin hevonsa Lancetin selkään ja olympiakuntoon.

- Ammattilaiset ratsastavat kahdeksan hevosta päivässä. Ratsastajat valittavat useimmiten selkikipuja, mikä johtuu ennen kaikkea alkuverryttelyn ja lantion joustavan liikkumisen puutteesta. Ratsastajien fyysinen treenaus on suunniteltava jokaiselle henkilökohtaisesti, sillä ryhmän rakenne on poikkeuksellisen kirjava: on naisia ja miehiä, lyhyitä ja pitkiä, hoikkia ja tukevia, nuoria ja vanhoja, Thomas totesi.

- Ratsastuksessa tarvitaan koko vartalon hyvää hallintaa ja tasapainoa. Ratsastajan pitää mukautua lantionsa liikkeillä hevosen liikkeisiin menettämättä omien jäseniensä kontrollia.

Tärkeimpänä solmukohtana on lantion liikkuminen ja lonkkien avaaminen. Useimmilla ihmisilläkin vartalon toinen puoli on jäykempi. Väistöt toiseen suuntaan tuntuvat vaikeilta. Lonkan avaaminen selällä maaten auttaa.

Säännöllisesti Thomasin treenattavina käyvät brittiratsastajat Emma Hindle ja Laura Bechtolshaimer näyttivät käytännössä, miten yksinkertaisilla apuvälineillä – mm. pallolla ja tasapainolaudalla – voi parantaa lantion liikkuvuutta ja kehittää vatsalihaksia. ♦

Emmasta enemmän:
<http://www.sinispirit.fi/>
<http://emmakanerva.blogspot.com/>