



*– Ratsastaja, hevonen ja valmentaja muodostavat tiimin, korosti Kottas, jonka oikeana kätenä klinikalla toimi Mini Wahlberg.*

TEKSTI JA KUVAT: MARIANNE ROIVAS

# **KUMPPANUUTTA, KEHONHALLINTAA ja HARMONIAA** Kottasin klinikalla

Arthur Kottas-Heldenberg, Wienin Espanjalaisen ratsastuskoulun pitkäaikainen pääratsuttaja, on valmentanut suomalaisia ratsukoita jo useamman vuoden ajan. Marraskuun lopussa yleisö pääsi seuraamaan Kottasin valmennusta klinikalla Ratsutila Wiknerillä Kirkkonummella.

**Primus-tallin opetushevoset olivat laadukkaita ja kauniisti ratsastettuja. Suomenhevonen Avauksen Attilalla on voittoja ja sijoituksia myös kansallisen tason kilpailuissa.**



**K**ottas-Heldenberg toimi usean vuosikymmenen ajan Wienin Espanjalaisen ratsastuskoulun pääratsuttajana. Eläkkeelle jäätyään hän on jatkanut valmentajana. Suomessa Kottas on nyt käynyt kuukausittain. Projektin takana on Anne Helén, ja marraskuudesta klinikasta puolestaan vastasi Primus-tallin Team Primus Kikka Suomion johdolla.

Klinikka oli jaettu tasoryhmiin aloittelijoista ja perustyöstä Prix St. Georges -tasoon, jonka lisäksi nähtiin väläys Kottasin maasta käsin työskentelyn metodeista. Hevoset edustivat monipuolisesti nykyaikaisia puoliverisiä, suomenhevosia ja suomalaisesta näkökulmasta eksoottisempia rotuja, tässä tapauksessa andalusialaisia. Satuloissa istui eritasoisia ratsastajia ratsastuskouluoppilaista ratsastuksenohjaajiin ja ammattiratsastajiin.

- Klinikkan teemana on, että hevosen ei tarvitse olla maailman hienoin eikä ratsastajan lahjakkain, kaikki voivat kehittyä omalla tasollaan, kuvasi Kikka Suomio intrössään.

- Ratsastustaito on tärkeä asia, siitä pitäisi puhua myös eikä pelkästään kalliista, liitelevistä hevosista. Liian usein ratsastajat toisaalta myös vähättelevät itseään. Kaikilla tasoilla voi kehittyä.

### **Verryttelyjen tärkeys**

Klinikkaa edelsi kolmen päivän valmennusrupeama, ja yleisölle esitetiinkin kaikissa ryhmissä tahdikkaasti ja pehmeästi liikkuvia hevosia. Klinikalla ei siis niinkään ratkottu yllättäviä ongelmia kuin korostettiin harmoniaa.

- Hevonen haluaa ymmärtää ihmistä. Ongelmia tulee useimmiten siksi, että hevonen ei ymmärrä eikä ratsastaja ole tarpeeksi taitava. Tärkeitä asioita ovat tunne ja hyvä istunta sekä apujenkäyttö. Hyvä istunta on myös turvallisuuskysymys – vaikka et olisi kiinnostunut kilpailemisesta, se on avain turvalliseen ratsastamiseen, Kottas sanoi.

Aloittelijoiden ja perusratsastuksen ryhmän kanssa Kottas aloitti työskentelyn muistuttamalla alkuverryttelyn tärkeydestä.

- Hevosen on oltava valmis työhön, mutta toisaalta sitä ei pidä väsyttää, Kottas sanoi.

Ratsukot työskentelivät aluksi ravissa vaihdellen harjoitusravin ja kevyen ravin välillä. Tempo ei saanut muuttua.

- Hevosen pitää työskennellä pyöreänä ja siirtää painoa takajaloille. Kevennys auttaa hevosta rentoutumaan ja nostamaan selkänsä, jos ratsastajan istunta on välillä liian vahva. Selän pitää keinoa.

Ympyrällä taivutettiin hevoset hieman sisäänpäin. Vasta vuoden ratsastaneen Lotta Lackschewitzin ratsu, GP-tasoinen opetushevon Jintro esitti laukanvaihtoja joka askeleella, mikä sai yleisön hymyilemään.

- Todellinen opetusmestari, kommentoi Kottas.

- Istunta on saatava tasan molemmille istuinluille, muuten hevonen tulkitsee apuja väärin – ja tässä tapauksessa näyttää, mitä osaa!

Alkuverryttelyn lisäksi myös loppuverryttely on Kottasin mukaan erittäin tärkeä osa ratsastusta.

- Kun ratsastaja antaa ohjaa, hevosen kuuluu venyttää eteen ja alas. Tämä on jokaiselle ratsastajalle testi hänen ratsastukselleen. Jos hevonen pyrkii juoksemaan tai nostaa päänsä ylös, pitää tehdä enemmän kotitöitä!

- Pidempi kaula, pidempi kaula, hidasta, hidasta, kuului klinikalla useampaan otteeseen.

### **Tuntuma kuin kuminauha**

Klinikkan opetushevoset ihastuttivat pehmeillä avotavutuksillaan ja kauniilla muodollaan.

- Ratsastaessa tuntuman pitää olla kuin kuminauha. Tuntuma ei saa olla löysä eikä pitkä ohja ole pehmeä, vaikka joskus niin virheellisesti luullaan, Kottas selvitti.

**”Hyvä istunta on avain turvalliseen ratsastamiseen”**



**Maasta käsin työskentelyssä käytetään kehonkieltä hevosen kanssa kommunikoidessa. Kottas haluaa hevosen olevan rauhallinen, seesteinen ja hyvin kuolaimella**



**- Hevoselle on opetettava asiat ja apujenkäyttö ensin. Se ei voi muuten tuntea niiden merkitystä, korosti Kottas. Taustalla ratsastaa Kikka Suomio.**

## ”Liian vahva istunta voi aiheuttaa hevosen jännittymistä”

- Jos hevonen ei ole kahdella ohjalla, pitää ensin selvittää, onko kyseessä hammasongelma. Hevosten hampaat tulisi tarkastaa ja raspata vähintään kahdesti vuodessa. Toinen kysymys on, onko hevosen kaula jumissa – ihmisenkin voi joskus herätä nukuttuaan huonossa asennossa niin, ettei kaula käänny toiseen suuntaan. Hevosen kohdalla tätä voi testata porkkanavenytyksillä.

- Jos toispuoleisuus kuitenkin on ratsastuksellinen eikä fysiologinen ongelma, en suosittele työskentelemään kovin pitkiä aikoja vain jäykempään puoleen. Suosittelen vaihtamaan välillä suuntaa ja tekemään vastasetuksia. Hevonen ratsastetaan tuntumalle sisäpohkeesta ulko-ohjaan, joten olennaista on myös, miten hevonen vastaa pohkeeseen.

- Kun alapohje suljetaan, hevosen pitäisi nostaa selkäänsä. Kaulaa pyydetään alas – mutta tällä ei ole mitään tekemistä etupainoisuuden kanssa. Liian vahva istunta voi aiheuttaa hevosen jännittymistä ja nousemista kuolaimen ylle. Istu kauniisti! Kottas kehotti.

- Kokoamisen jälkeen on aina annettava hevosen venyttää itseään. Näin hevonen pystyy rentoutumaan ja tulemaan irtonaiseksi silloinkin, kun siltä on pyydetty hieman liikaakin.

Kuten opetushevokset, myös nuoret kilpahevokset suorittivat paljon taivutusväistöjä. Laukassa nähtiin vaihtoja käynnin kautta ja askeleessa. Keskiliikkeissä hevosen piti kulkea ylämäkeen, mutta se sai venyttää kaulaansa. Kottas kehotti rakentamaan hevosten takaosaa keskiaskelten ja kokoamisen välisellä vaihtelulla, jossa tahti ei saa kiintyä.

- Nuorille hevosille on tärkeää, että ne oppivat olemaan pohkeen edessä ja myös opettelevat kokoamisen alkeita. Niille voi maasta käsin opettaa piiffin alkeita mutta kuitenkin niin, että ajatuksena on vain ”vauvajumppa”, ei kouluratsastusliike, Kottas korosti.

Kun Kimmo Sulkalan ratsastama ihastuttava 7-vuotias Lu-Lu kuumeni hieman harjoituksissa, Kottas opasti ratsastajaa avaamaan hevosen kaulaa.

- Kun hevonen kuumuu ja kiihtyy, pehmennä kätesi. Jos olet vahvoja, hevosestakin tulee vahva.

- Käännä, ratsasta eteen, käännä, ratsasta eteen, Kottas rytmitti takosakäännöksiä.

Vaativalle ja vaikealle tasolle koulutettujen hevosten ryhmissä nähtiin vaihtosarjoja ja piruettityöskentelyä. Päivän viimeisessä ryhmässä Kikka Suomio ratsasti FE:n uuden, vuoden 2009 Prix St. Georges -ohjelman Kronpinzillään, ja Kottas kommentoi lopuksi suoritusta.

### Klassisista klassisinta

Yleisökysymykseen klassisen ratsastuksen merkityksestä ja määrittelystä Kottas vastasi selkeästi.

- On olemassa hyvää ja huonoa ratsastusta. Pitää olla tavoite ja systeemi, jossa asiat tulevat oikeassa järjestyksessä oikeaan aikaan, niin että hevonen kussakin ikävaiheessa oppii oikeita asioita oikealla tavalla. Hevonen pitää aina olla valmis tehtäviinsä henkisesti ja fyysisesti.

- Wienin Espanjalaisessa ratsastuskoulussa havainnollistetaan barokkihevosilla, miten asiat tehdään oikein. Vierailivat kilparatsastajat sanoivat minulle Wienissä työskennellessäni joskus, että hyvähän teillä on, kun teillä on niin paljon aikaa. Tästä olen eri mieltä. Kaikilla meillä on aikaa!

- Hevonen tarvitsee aikaa ja kiitosta, Kottas korostaa.



**- Hevonen ei saa liikkua selkällä alhaalla, kaula lyhyenä ja etujalat huutoon vaan harmonisesti, pyöreänä ja takajalat hyvin alla, Kottas kiteytti.**

- Muutos on aina hidasta, koska hevosen lihaksiston pitää antaa rakentua ja kehittyä. Olennaisia ovat rentous, rauhallisuus ja kiireettömyys.

- Jokaisella tasolla tavoitteena on ratsastajan ja hevosen välinen harmonia. Ratsastus ei saa olla jokapäiväistä kamppailua, siinä ei saa olla aggressiivisuutta. Hevosen pitää kunnioittaa ihmistä, mutta myös toisin päin. Molempien pitää luottaa toisiinsa, ja ratsastajan pitää olla hevoselle reilu. Jos ratsastus on helpon näköistä, se on oikein tehty – vaikean näköinen ratsastus taas on tehty väärin.

Ratsastukseen ei kuulu vain tekeminen vaan myös ajatteleminen.

- Jos ratsastaja lakkoo ajattelemasta, asiat eivät onnistu. Ratsastajan on pysyttävä rauhallisena, vaikka hevonen hermostuisi esimerkiksi olosuhteiden vuoksi. Sanon aina, että jos ratsastaja ei hallitse itseään, hän ei voi hallita hevostaankaan.

### **Yleisöystävällinen klinikka**

Primus Teamin klinikalla oli panostettu kokonaisuuteen – valmennettavat ratsukot esiintyivät yhdenmukaisissa satulahuovissa ja pinteileissä, ratsastajat samanlaisissa asuissa. Pitkälle koulutetuista hevosista osa esiintyi kangilla ja osa nivelsuitiesituksella, ja Kottas kertoi pitävänsä tärkeänä sitä, että myös vaikean tason hevoset pystyvät työskentelemään nivelkuolaimella.

Ratsutila Wiknerin lämpöeristetty maneesi tarjosi klinikalle miellyttävän ympäristön vuodenajasta huolimatta, mitä myös Kottas kiitti.

- Olen itse osallistunut Kottasin valmennuksiin Suomessa, ja vuonna 2007 vietin Kottasin valmennuksessa Itävallassa kuukauden, kertoo Primus Teamin Kikka Suomio.

- Ensi vuonna suunnitelmissani on viettää Kottasin luona vielä pidempään. Kottas on rehellinen ja vaativa valmentaja. Parasta on se, että hänen työskentelyssään tulee esille pitkä kouluratsastuksen traditio ja samalla hän kuitenkin elää tätä päivää. Kilpailumenestykseen voi hänen valmennuksessaan pyrkiä klassisin keinoin, kilpaileminen ja klassisuus eivät sulje toisiaan pois. ♦

# Equitop Pronutrin® pitää hevosen mahan kunnossa

Onko hevosesi suorituskyvyssä, ruokahalussa, veriarvoissa tai yleiskunnossa parantamisen varaa? Ripulia tai löysää ulostetta? Vaivojen synnä voi olla stressimaha. Stressaantunut hevonen ei syö, eikä jaksaa. Oireisiin auttaa **Equitop Pronutrin®**.

**Equitop Pronutrin®** palauttaa ruokahalun, maha tulee kuntoon ja työ sujuu. Suositeltua annosta voidaan yksilöllisesti vähentää tasolle, jossa oireet pysyvät poissa.

“Hyviin suorituksiin vaaditaan pitkäjänteistä työtä sekä monen yksityiskohdan miettimistä ja varmistamista. Ruokinta on iso osa menestystä. Rodinille maistuu Equitop Pronutrin. Vatsa pysyy kunnossa stressaavissakin tilanteissa, ruokahalu on hyvä ja hevonen säilyy pyöreänä.”

*Hanne-Mari Kiuttu  
ja Rodin*



# Equitop Pronutrin®



Pakkaukset: 3,5 kg ja 10 kg. Myynti: eläinlääkärit, hyvinvarustetut hevostarvikeliikkeet ja Agrimarket.

Tutustu tuotteisiimme hevosille:  
[www.vetcare.fi](http://www.vetcare.fi)

