



Ratsastavan lapsen
VANHEMPAINOPAS

Jäsentalleilla
on koulutettu
henkilökunta sekä
asialliset ja turvalli-
set puitteet.

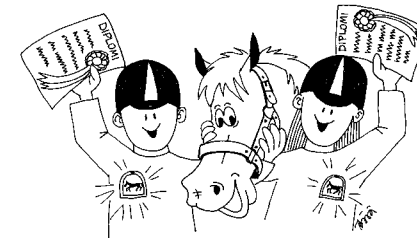
**Ratsasta
SRL:n
jäsentalleilla!**

Lisätietoa ja SRL:n jäsenratsastuskoulut ja-harrastetallit löydät:

www.ratsastus.fi

SISÄLLYS

Iloa ratsastuksesta!	4
Harrastuksen aloittaminen	5
Miten valita sopiva talli?	6
Ratsastustunnin kulku	8
Turvallisuuteen panostetaan	10
Vakuutukset kuntoon	11
Ratsastusvarusteet – alkuun pääsee ilman hankintoja	12
Hevonen eläimenä	14
Tallisäännöt	15
Kustannukset	16
Tallityöt, hoitohevoset/-ponit	17
Jokainen vaikuttaa tallin ilmapiiriin	18
Vanhempien rooli	19
Pelko	20
Green Card-jäsenyys	20
Ratsastusseura	21
Monipuolinen liikunta	22
Ratsastus- ja hevostaitomerkit	22
Kilpailemaan	23
Ratsastusharrastus Suomessa	24
Suomen Ratsastajainliitto ry	24
Lisätietoja ja materiaaleja	24
Kirjallisuus	25
Perussanasto	26



© Suomen Ratsastajainliitto ry.

Seitsemäs painos 2012.

Teksti: Hanna Talvitie

Päivityksestä vastanneet: SRL:n talli- ja seurapalveluiden Kielto Kestimäki ja Nina Kaipio.

Tallin ilmapiiriä käsittelevässä osiossa asiantuntija-apuna on hyödynnetty Valopilkkuprojektin työntekijöitä (www.valopilkkuprojekti.fi)

Kuvitus: Eeva-Liisa Penttilä

Kuvat: Sonja Holma ja Emilia Moiso

Taitto: Milla Saarikko

Sporttipaino 2012.

Iloa ratsastuksesta!

Lasten innostus hevosiin on usein kokonaisvaltaista: kavioteläinten näkeminen saa aikaan riemunkiljahduksia, oman huoneen seinät vuorataan pollenkuville ja lahjalistat täyttyvät poninhoitotarvikkeista ja hevostarvikkeista. Ennen tai myöhemmin alkaa vanhemmille tulla pyyntöjä ratsastustunneille tai -leireille pääsystä ja – tietenkin – oman hevosen hankkimisesta.

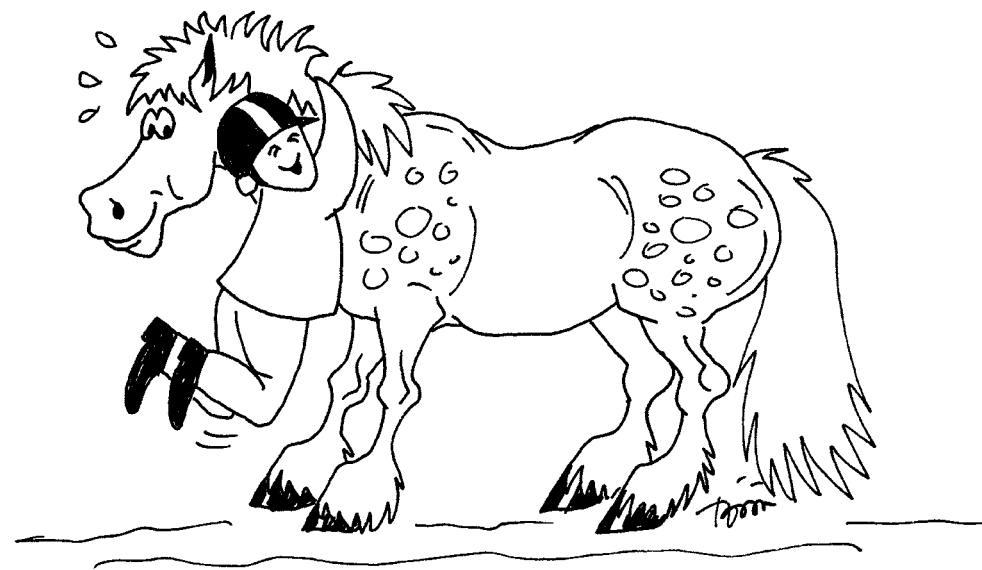
Tämä ”hevoshulluus” on hyvä juttu, vaikka vanhemmista, jotka eivät itse sitä ole kokeneet, se saattaa tuntua liioitellulta. Ensinnäkin ratsastus on liikuntaa siinä missä muutkin urheilulajit. Muista lajeista se poikkeaa siinä, että ”harrastusvälineenä” on elävä olento, hevonen. Suhde hevoseen tarjoaa lapsille ja nuorille mahdollisuuden kehittää muun muassa vastuunottamista ja tunteiden käsittelyä, usein hevosesta tulee myös ystävä. Hevosystävien lisäksi harrastukseen olennaisena osana kuuluu tallilla oleva ystäväpiiri, jota yhdistää kiinnostus hevosiin. Tallin hyvä ilmapiiri tukee lapsen kehitystä ja sosiaalista kasvua. Samalla se vaikuttaa hyvän hengen syntymiseen ja tekee kiusaamisen lähes mahdottomaksi.

Harrastuksena ratsastus on monipuolinen ja joustava. Sitä voi harrastaa oman innostuksen, mahdollisuuksien ja ajan-

käytön mukaan kerran pari kuussa tai sitten vaikka joka päivä. Se voi olla mukavaa ajanviettoa tai tavoitteellista kilpaurheilua. Ratsastuksessa on myös paljon eri lajeja, joista jokaiselle löytyy mieleinen. Ratsastuksen voi aloittaa ja sitä voi harrastaa oikeastaan minkä ikäisenä tahansa. Se voi olla harrastus muiden joukossa tai elämäntapa. Ratsastusta voi omalla tavallaan harrastaa myös nousematta hevosen selkään: hoitamalla hevosia, käymällä hevoskerhossa tai seuraamalla ratsastuskilpailuja katsomosta käsin.

Hevoset ovat isoja eläimiä, joten niiden kanssa tulee toimia harkitsevasti. Lapsi ei pysty tunnistamaan vaaratilanteita niin kuin aikuinen. Siksi vanhempien kannattaa aluksi seurata tarkasti lapsen hevosharrastusta. Jos toiminta ei vaikuta turvalliselta, kannattaa vaihtaa tallia.

Tämän oppaan tarkoituksena on antaa ratsastusharrastusta suunnittelevien tai aloittelevien lasten vanhemmille perustietoja lajista. Oppaasta löytyy myös toimintatapoja ja sääntöjä, joilla talliympäristöstä pyritään tekemään mahdollisimman turvallinen ja viihtyisä. Tallit ovat kuitenkin omanlaisiaan, joten tapoja on monia. Asioista kannattaa jutella tarkemmin tallin omistajan tai ratsastusopettajan kanssa.



Harrastuksen aloittaminen

Useimmat lapset kokeilevat ratsastusta ensimmäisen kerran talutusratsastuksessa, jota järjestetään erilaisten tapahtumien yhteydessä. Myös useimmat ratsastuskoulut tarjoavat mahdollisuutta talutusratsastukseen. Talutusratsastuksessa ei vielä opetella ratsastamaan, vaan lähinnä tutustutaan hevosen selässä olmiseen.

Joillain talleilla järjestetään erikseen miniponitunteja lapsille, jotka ovat vielä liian nuoria alkeiskurssille. Miniponitunneilla pääpaino on ponin ja lapsen mukavassa yhdessäolossa ilman suoritusvelvoitteita. Opiminen tunneilla tapahtuu leikin varjolla.

Varsinainen ratsastuksen opettelu aloitetaan alkeiskurssilla. Monilla talleilla alkeiskurssin alaikärajana on seitsemän tai kahdeksan vuotta. Mitään hoppua aloittamiselle ei ole, sillä ratsastuksessa kehitty-

minen ei juurikaan ole iästä kiinni. Usein aikuisille ja lapsille järjestetään omia alkeiskursseja. Alkeiskurssin kesto on noin 10–20 tuntia, ja se käydään useimmiten läpi ratsastamalla tunnin ajan kerran viikossa. Loma-aikoina tarjolla on myös alkeisleirejä.

Alkeiskursseilla opetellaan ratsastuksen perusasioita kuten istuntaa, kääntämistä, pysähdyksiä ja eri askellajeissa ratsastamista. Alkeiskurssin jälkeen edetään jatkokursseille. Taitojen kasvaessa siirrytään opettelemaan erilaisia kouluratsastusliikkeitä sekä este- ja maastoratsastusta.

Ratsastustuntien lisäksi monilla talleilla lapsille on tarjolla hevoskerhotoimintaa. Yleensä hevoskerhossa ei ratsasteta, vaan siellä harjoitellaan hevosten hoitamiseen liittyviä taitoja sekä esimerkiksi leikitään, liikutaan ja askarrellaan yhdessä.

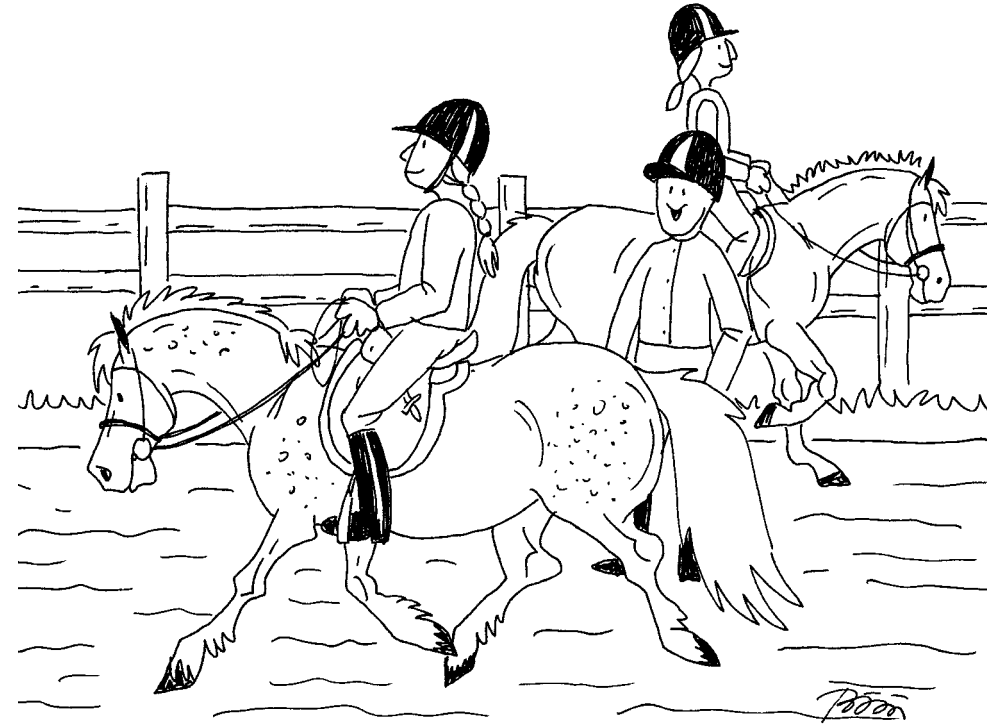
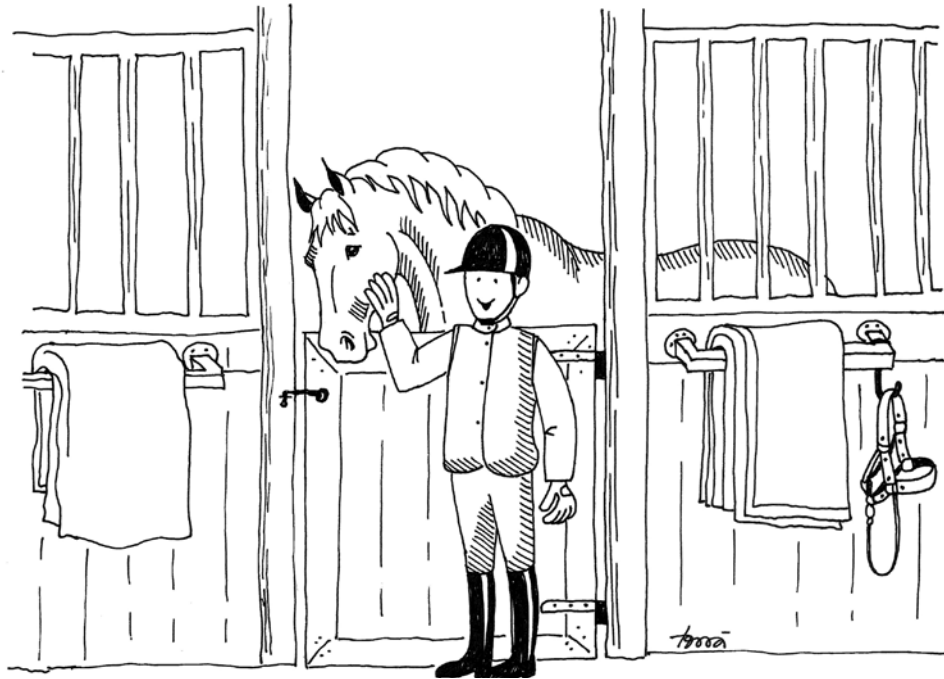
Miten valita sopiva talli?

Ratsastuspalveluita tarjoavia yrityksiä on Suomessa paljon. Suomen Ratsastajainliiton hyväksymiä talleja on noin 300.

Hyväksytyssä ratsastuskoulussa ja harastetallilla on koulutettu henkilökunta, sopivat opetushevoset ja turvalliset puitteet ratsastamiselle ja harrastamiselle. SRL tekee vuosittain tarkastuskäynnit jäsentalleilleen. Jos SRL:n jäsentallin toiminta ei ole kriteerien mukaista, tallista voi tehdä kirjallisen valituksen SRL:n toimistoon. Halutessa jäsentallien toiminnasta voi kysyä lisää SRL:n tallipäälliköltä.

Tallia valitessa kannattaa kiinnittää huomiota muun muassa seuraaviin seikkoihin:

- tallin sijainti ja kulkuyhteydet
- opetuksen taso – opettajan ammattitutkinto ja -taito, opetusmenetelmät ja -suunnitelmat
- opetusryhmien koko – mitä pienempi ryhmä, sen yksilöllisempi opetus
- puitteet – tarkoituksenmukaisuus, turvallisuus ja siisteys
- tallin ilmapiiri
- hevoset - hevosten koko, käytöstavat ja hyvinvointi



Jos mahdollista, kannattaa talliin käydä tutustumassa jo ennen kuin varaa kurssin. Eri talleilla korostetaan eri asioita, ja esimerkiksi opettajien opetustyyli vaihtelevat. Isoilla talleilla pääsee kokeilemaan monia erilaisia hevosia, pienillä talleilla taas on usein henkilökohtaisempi opetus. Kuluttajavirasto on suositellut ratsastuspalveluita koskevassa ohjeis-

tuksessaan ryhmän enimmäiskooksi yhdeksän ratsastajaa ohjaajaa kohden.

On tärkeää, että ratsastusta opettaa alkuvaiheessa ammattitaitoinen opettaja tai ohjaaja opetuskäyttöön sopivilla hevosilla. Väärin opitut tavat on työlästä unohtaa, ja aloittelijoille sopimattomien hevosten käyttö muodostaa turvallisuusriskin.

Ratsastustunnin kulku

Ratsastuskoulujen ja harrastetallien henkilökuntaan kuuluu ratsastuksenopettaja, ratsastuksenohjaaja tai hevosharraste-ohjaaja, joka vastaa ratsastuksenopetuksesta. Hevosen hoitamisesta vastaa ammattikoulutuksen saanut hevosenhoitaja tai tallimestari. Tämän lisäksi tallilla voi työkennellä erilaisen taustan omaavia sijaisia, harjoittelijoita sekä oppisopimustyöntekijöitä. Lisäksi monilla talleilla on vapaaehtoistyötä tekeviä hevosenhoitajia.

Tallille pitää saapua hyvissä ajoin ennen varsinaisen ratsastustunnin alkua. Useimmilla talleilla ratsastaja harjaa, satuloi ja suitsii itse hevosensa ennen tunnille menoa. Näihin toimenpiteisiin on hyvä alkuvaiheessa varata vähintään puoli tuntia aikaa. Vastaavasti ratsastustunnin jälkeen ratsastaja riisuu hevoselta varusteet ja hoitaa sen ohjeiden mukaan. Nämä asiat opetetaan alkeiskurssin aikana. Jatkossa apua saa ratsastuksenopettajalta ja hevosenhoitajilta. Jos hevonen on ollut käytössä jo edellisellä tunnilla tai jatkaa seuraavalle tunnille, sitä ei viedä tuntien välissä talliin. Jos ratsastajan aikataulut eivät joskus salli hevosen kuntoon- tai poislaittoa, siitä on hyvä ilmoittaa tallille etukäteen. Joskus voidaan myös sopia, että lievästi allergiset lapset eivät laita hevosta itse kuntoon. Normaalityypauksessa hevosen hoitaminen on kuitenkin tärkeä osa ratsastusharrastusta.

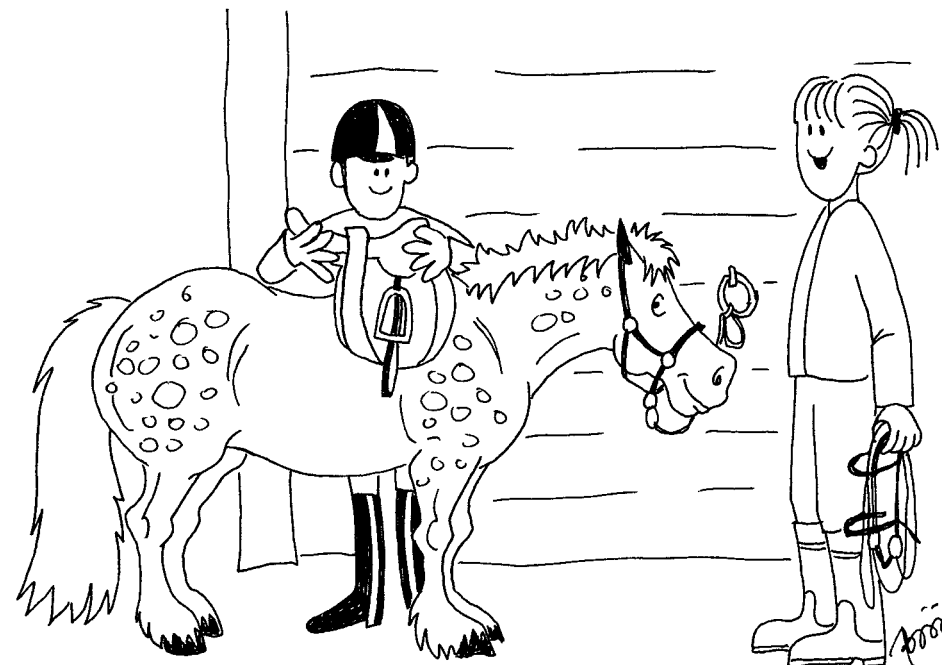
Ennen ratsastustuntia ratsastuksenopettaja jakaa hevoset oppilaille. Käytännöt vaihtelevat talleittain: jossain ratsastajat saa-

vat esittää toivomuksia, toisaalla jako on kirjoitettu valmiiksi lapulle tallin seinälle. Hevosvalinnat nostattavat usein tunteita, etenkin jos yksi ratsu on monen suosikki. Lasta kannattaa tukea ratsastamaan monenlaisilla hevosilla, sillä vain niin tekemällä kehittyy hyväksi ratsastajaksi.

Ratsastus on hyvä harrastus myös pulleille lapsille. Kovin painava lapsi ei kuitenkaan voi ratsastaa kaikkein pienimmillä ja hennomilla poneilla. Hevosten painorajoista voi jutella tallin henkilökunnan kanssa.

Ratsastustunnin kesto vaihtelee eri talleilla 45–60 minuuttiin. Ensimmäiset ratsastustunnit ratsastetaan yleensä taluttajan avustamina. Tuntiosan sisällöt vaihtelevat ratsastajien tason ja asetettujen tavoitteiden mukaan. Ratsastus on taitolaji, joten toistojen määrä on suuri. Eteneminen tapahtuu taitojen kasvaessa, ensimmäisellä ratsastuskerralla ei laukata ja alkeiskurssin jälkeen ei vielä voi osallistua estekurssille. Perusasioita, kuten istuntaa, harjoittelevat huippuratsastajatkin edelleen! Ratsastustunnit aloitetaan ja lopetetaan verryttelyyn, jotka ratsastetaan käynnissä.

Ratsastustunnilla opetuksesta vastaa aikuinen, siihen ammattikoulutuksen saanut henkilö. Opettajalle tulee antaa työrauha. Kentän ulkopuolelta annetut ohjeet häiritsevät lasten keskittymistä varsinaiseen opetukseen. Jos lapsi ei tunnilla ymmärrä jotain opettajan ohjetta, häntä kannattaa rohkaista kysymään opettajalta saman tien epäselvää asiaa.



Lasta kannattaa ohjeistaa myös venyttelemaan maasta käsin ennen ja jälkeen ratsastustunnin.

Ratsastus on vaikea laji, jossa parhaat tulokset saavutetaan hitaasti kiihtymällä. Kehittymisessä suuri osuus on omilla tuntemuksilla: oppiminen tapahtuu vain rentouden ja itsevarmuu-

den kautta. Tämän takia vanhempien kannattaa antaa lapsen kehittyä ratsastuksessa omaa tahtiaan. Joku lapsi laukkaa alkeiskurssin loppuun, toista se saattaa pelottaa vielä parin vuoden ratsastuksen jälkeenkin. Hyvä ratsastaminen ei ole sama asia kuin vaikeiden asioiden tekeminen.



Turvallisuuteen panostetaan

Ratsastuksessa ollaan tekemisissä ison ja voimakkaan eläimen kanssa, joten turvallisuuteen on panostettava. Tärkeää on, että varsinkin alkuvaiheessa hevos- ja ratsastustaitoja harjoitellaan asiantuntijan opastuksella ohjatuissa olosuhteissa. Tallin sääntöjä ja tallihenkilökunnan ohjeita on noudatettava koko tallialueella. Aloiteleva ratsastaja ei välttämättä itse huomaa kaikkia turvallisuusriskejä, joten annetut ohjeet on syytä kuunnella tarkasti. Ratsastajan sekä hevosten varusteiden tulee olla asianmukaisia.

Täysin turvallisesti ratsastusta ei voi koskaan saada. Selästä putoaminen on

todennäköisesti edessä enemmän tai myöhemmin. Yleensä seurauksena on pelkkä säikähdys, mutta putoamiseen sisältyy myös loukkaantumisriski. Loukkaantumisriskiä voi pienentää käyttämällä turvavarusteita, joista yleisimmät ovat turvakypärä ja turvaliivi.

Jos ratsastustunnilla sattuu putoamistilanne, kentälle ei tule rynnätä auttamaan, ellei opettaja sitä pyydä. Ylimääräinen juoksentelu ratsastusalueella voi aiheuttaa lisävahinkoja. Opettajat ovat saaneet koulutuksen myös näiden tilanteiden asianmukaiseen hoitamiseen, ja he ovat myös ensiaputaitoisia.

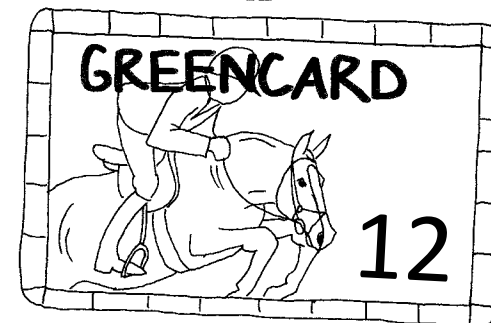
Vakuutukset kuntoon

SRL:n jäsentalleilla alkeiskurssin ja yksituntisten tuntien ratsastajat on vakuutettu satunnaisratsastajien tapaturmavakuutuksella. Säännöllisesti SRL:n jäsentalleilla ratsastavien tuntiratsastajien on oltava joko Green Card- jäseniä tai ratsastusseuran jäseniä. Molempiin jäsenyyksiin kuuluu tapaturmavakuutus, joka on voimassa aina hevosia hoitaessa ja harrastettaessa ratsastusta sekä välittömällä matkoilla tallille ja tallilta pois. Lisäksi SRL:n jäsentalleilla on vastuuvakuutus, joka korvaa tallin aiheuttamat vahingot. Vakuutuksessa ei ole omavastuuta.

Kaikilla SRL:n jäsenillä ja Green Card-jäsenillä on mahdollisuus hankkia myös

vapaaehtoinen 10 euron laajennettu vakuutusturvamaksu. Se korvaa hoitokulut 10.000 euroon saakka. Vakuutuksessa ei ole omavastuuta. Lisätietoja nettiosoitteessamme www.ratsastus.fi.

Jos olette menossa ratsastamaan jollekin muulle kuin SRL:n jäsentallille, tarkistakaa, millaiset vakuutukset tallilla on. Jos teillä on oma tapaturmavakuutus, kannattaa tarkistaa, korvaako vakuutus myös ratsastusharrastuksessa ja hevosenhoitotilanteissa sattuneet vahingot. Edullisin ja vaivattomin tapa huolehtia vakuutusturvasta joka tilanteessa on liittyä ratsastusseuraan. Lisätietoja Green Card-jäsenyydestä sekä seurajäsenyydestä sivuilla 20-21.



Ratsastusvarusteet – alkuun pääsee ilman hankintoja

Ratsastukseen on myytävänä monia erilaisia varusteita. Alkuun pääsee kuitenkin ilman isoja hankintoja. Harrastuksen jatkuessa varusteiden hankinta on kannattavaa, koska ne edistävät turvallisuutta ja helpottavat muun muassa istuntaa.

Kypärä on varusteista tärkein. Sen on oltava sopivan kokoinen, se ei saa hölskyä eikä kiristää. Kypäröitä kannattaa sovittaa montaa eri mallia, sillä ihmisten pään muodot vaihtelevat melkoisesti. Alkuvaiheessa kypärän voi lainata useimmilta talleilta tunnin ajaksi. Kypärä olisi hyvä pitää päässä myös hevosta hoidettaessa. Leukahihna on pidettävä kiinni. Kypärän vaihtaminen on tarpeen, jos se saa kovan kolauksen. Tämän takia kypärä kannattaa ostaa aina uutena, sillä käytetyn kypärän kuntoa ei voi varmuudella tietää.

Housuiksi käyvät joustavat housut, joissa ei ole hankaavia saumoja, liukasta kangasta eikä ylösousevia lahkeita. Ratsastusta varten valmistetuissa housuissa on jalkojen sisäpuolella paikat, jotka tiivistävät istuntaa.

Ratsastuksessa jalkaan laitetaan kumisaappaat tai muut kengät, joissa on leveä, mutta matala korko. Korko estää jalan luiskahtamisen jalustimen läpi, mistä voisi puolestaan seurata vaaratilanteita. Ratsastussaappaat tukevat jalkaa ja helpottavat istuntaa. Ratsastukseen on valmistettu myös kenkiä, joissa

on sopiva korko sekä yleensä vahvistettu varvasosa ja kuminen kengän alaosa. Niiden kanssa on suositeltavaa käyttää jalkaa tukevia minichapseja tai saappaanvarsia.

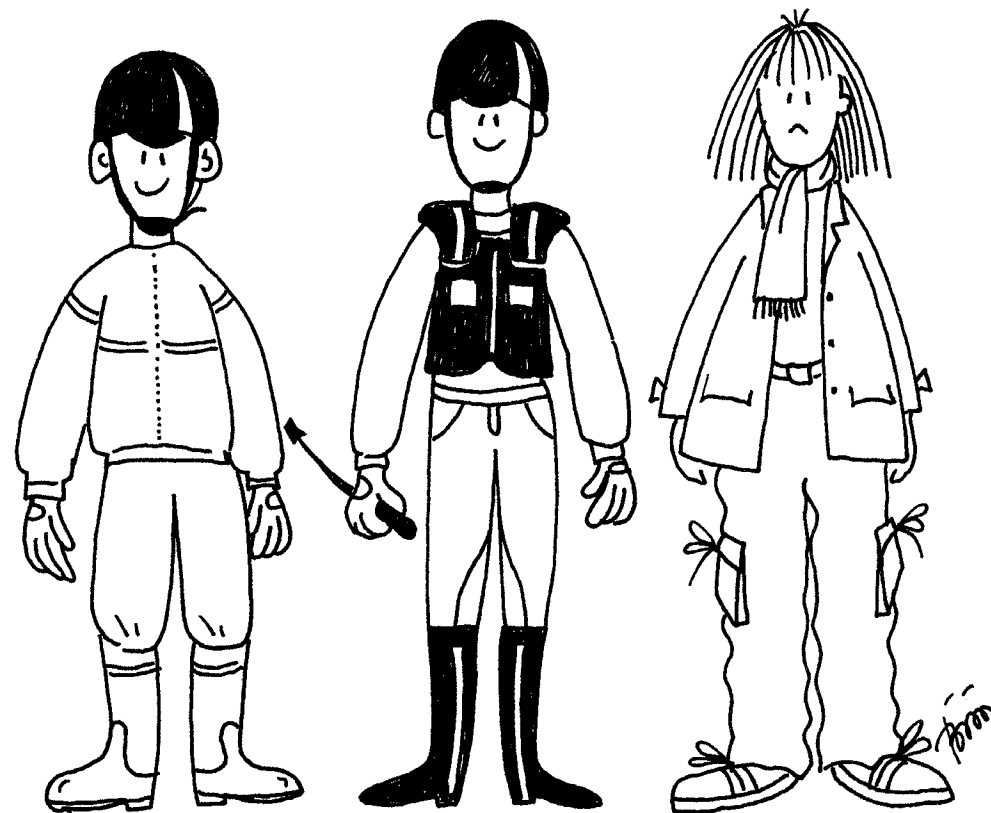
Käteen laitetaan käsineet hiertymien estämiseksi. Ratsastushanskoissa on joko kuminäppylöitä tai nahkavahvikkeet, jotka estävät ohjien luisumista käsissä.

Turvaliivi suojaa putoamistilanteissa selkärankaa ja sisäelimiä. Erityisen suositeltavaa turvaliivin käyttö on lapsilla sekä este- ja maastoratsastuksessa. Joillakin talleilla on mahdollisuus lainata turvaliiviä. Turvaliivin tulee kuitenkin olla oikean kokoinen, sillä liian iso liivi haittaa istuntaa. Raipan saa yleensä lainaksi tallilta, jos sitä tarvitaan.

Pukeutumisessa on huomioitava sääolosuhteet. Lämpimällä säällä kannattaa pukeutua melko vartalonmukaisiin vaatteisiin, jolloin opettaja näkee istunnan paremmin. Kylmällä säällä pukeudutaan lämpimästi ja mielellään kerroksittain, jotta tarvittaessa vaateetusta on mahdollisuus vähentää kesken tunnin.

Tallipukeutumisessa on vältettävä kaikkea, mikä voi tarttua, kiristyä tai jäädä kiinni esimerkiksi pudotessa. Kotiin siis jätetään roikkuvat kaulahuivit, korut ja huput. Hevoset saattavat myös pelätä lepatavia tai kahisevia vaatteita. Pitkät hiukset pidetään tallilla kiinni.

Ratsastusvarusteita voi hankkia alan erikoisliikkeistä, maatalouskaupoista, isoim-



mista tavarataloista sekä postimyynnin kautta. Asiantuntevien liikkeiden myyjät osaavat auttaa sopivien varusteiden hankinnassa. Neuvoja voi kysyä myös kokeneemmilta harrastajilta ja ratsastuksen-

opettajalta. Ilmoitustaululta, hevosalan lehdistä tai Internetin myyntipalstoilla voi löytää myös käytettyjä, mutta käyttökelpoisia varusteita. Huom. Turvakypärä kannattaa aina ostaa uutena!



Hevonen eläimenä

Hevonen ja sen tunteminen on ratsastuksen perusta. Hevosten käyttäytymistä voi opiskella kirjoista, mutta varsinainen harjaantuminen tapahtuu tallilla käytännön toimissa. Mitä paremmin ihminen oppii tuntemaan hevoset ja niiden käyttäytymisen, sitä turvallisempaa on hevosten kanssa toimiminen.

Hevosten käyttäytymistä ohjaavat vaistot, joiden perustana ovat aistit. Hevonen on saaliseläin, jonka tarkat ja herkäät aistit auttoivat sitä selviytymään luonnossa petoeläimiltä. Nopea pako on usein hevosen ensimmäinen reaktio yllättäviin tilanteisiin ja asioihin. Tällaisia voivat olla äkkinäiset liikkeet tai kovat äänet sekä ihmisistä täysin normaalit asiat kuten saateenvarjon aukaiseminen tai pulkan vetäminen.

Hevonen on laumaeläin. Laumassa hevosilla vallitsee arvojärjestys ja alempiar-

voiset kunnioittavat luonnollisesti ylempiarvoisia. Ihminen on osa hevosen laumaa, ja hänen on saatava johtajan paikka oikeaoppisen hevosenkäsittelyn kautta. Hevosen ja ihmisen välisen arvojärjestyksen pitää aina olla selvillä, sillä suuri, kuriton eläin on vaarallinen. Onneksi opetushevosien kanssa on turvallista opetella hevosen käsittelyä.

Hevoset ovat luonteiltaan hyvinkin erilaisia. Ratsastuksenopettaja tietää parhaiten, mikä hevonen sopii kullekin ratsastajalle. Aloitteleville ratsastajille valitaan rauhallisia ja kiltejä hevosia ja poneja. Yleensä hieman laiska hevonen on turvallisempi aloittelijan ratsu kuin kovin herkä ja vireä. Hevosten ulkonäkö saattaa hämätä – kiltin näköinen hevonen saattaa olla hankala ratsastaa ja päinvastoin. Eri-alaisten hevosten käsittely ja ratsastamisen kehittää hevostaitoja monipuolisesti.

Tallisäännöt

Talleilla on olemassa säännöt, joita on noudatettava turvallisuuden sekä hevosten ja ihmisten viihtymisen takia. Perussäännöt ovat voimassa kaikilla talleilla. Tällaisia sääntöjä ovat muun muassa seuraavat:

- Talli on hevosen koti, joten tallialueella tulee käyttäytyä asiallisesti ja rauhallisesti eli välttämättä esimerkiksi huutamista ja juoksemista.
- Hevosen karsinoihin ja tarhoihin ei saa mennä ilman lupaa.
- Kaikkiin hoitotoimenpiteisiin on oltava hevosen omistajan lupa.
- Hevosia ei saa ruokkia, eikä niille saa antaa makupaloja ilman lupaa, koska hevoset voivat sairastua sopimattomista herkuista vaarallisestikin. Hevoset oppivat helposti myös kerjäämään ja näykkimään lisää makupaloja.
- Kun hevosia käsitellään, ne pidetään kiinni sidottuina vetosolmulla. Hevosta ei koskaan sidota kiinni kuolaimista.
- Tavarat pidetään siististi omilla paikoillaan. Lattioilla ne ovat tiellä ja voivat rikkoontua sekä aiheuttaa vaaratilanteita.
- Hevosille tulee antaa ruokarauha.
- Rehuhuoneen ovi pidetään ehdottomasti aina kiinni. Myös muista aukinasta ovista voi seurata vaaratilanteita.
- Tallialue ei ole leikkipaikka.
- Lastenvaunut ja koirat eivät kuulu hevosten lähetyville.



Jos huomaat, ettei joku hevonen tai asia ole kunnossa, ilmoita siitä välittömästi tallihenkilökunnalle.

Jokaisella tallilla on myös omia, tallikohtaisia sääntöjä. Useimmiten säännöt ovat luettavissa tallin ilmoitustaululla. Säännöt koskevat kaikkia tallialueella liikkuja, joten jos esimerkiksi sisarukset tulevat seuraamaan ratsastustuntia, on tallisäännöt kerrottava myös heille.

Opetushevosia käsittelevät päivittäin useat eri ihmiset, ja niiden päiväohjelmaan kuuluu monenlaista ohjelmaa. Vaapahtekinä hevosten on hyvä antaa olla rauhassa omilla oloissaan. Liiallinen hälinä ja huomio saattavat stressata hevosia, jolloin sen käytös muuttuu huonoon suuntaan.

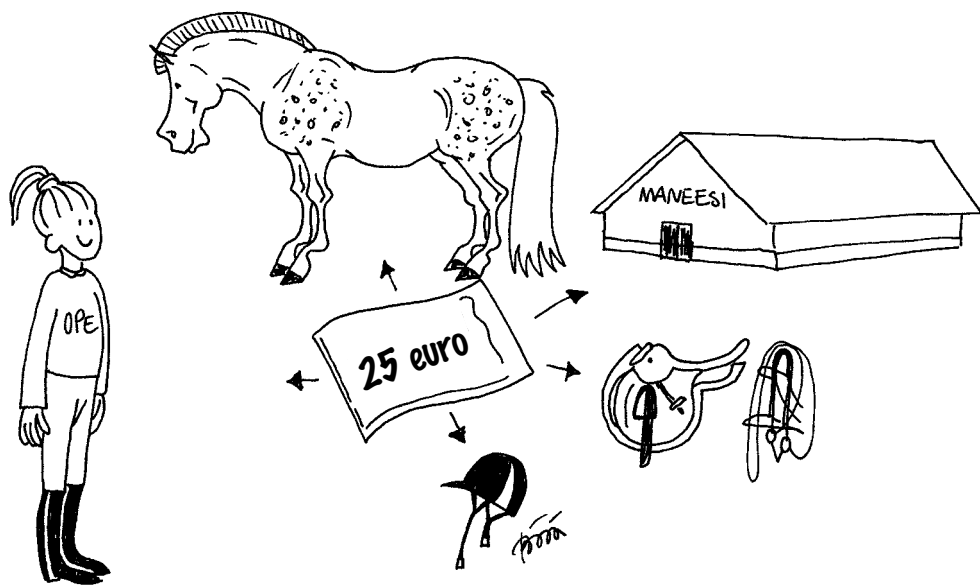
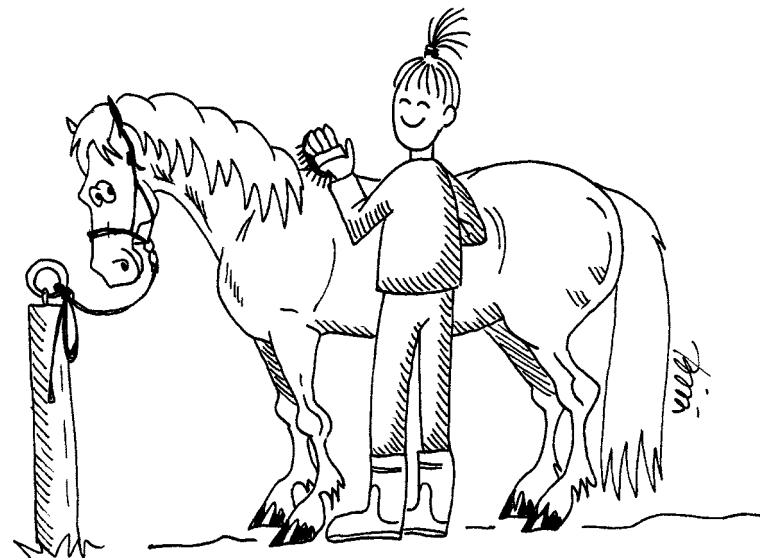
Kustannukset

Ratsastustunnin hintaan sisältyy opetus, hevosen käyttö, ratsastukseen käytettävien tilojen vuokra, hevosten varusteiden ja mahdollisesti myös ratsastajan varusteiden (kypärä, raippa, turvaliivi) lainaus. Ratsastustunnin keskihinta Suomessa on noin 25 euroa, Uudellamaalla ja erityisesti pääkaupunkiseudulla enemmän, muualla Suomessa hieman vähemmän.

Lisäksi ratsastajalle aiheutuu kustannuksia Green Cardista tai ratsastusseuran jäsenyydestä, varustehankinnoista

sekä mahdollisesta muusta toiminnasta kuten ratsastusleireistä ja -kursseista sekä retkistä.

Harrastuksena ratsastus on kohtuuhintainen, mutta oman hevosen hankinta vaatii sekä kokemusta että rahaa. Hevosen hinnan lisäksi kustannuksia aiheutuu muun muassa tallipaikan vuokrasta, ruokinnasta, varusteista, vakuutuksista, eläinlääkärikuluista ja kengityksestä. Oman hevosen hankinnassa ei kannata hätäillä, sillä hevosen omistaminen on vastuullista ja aikaa vievää.



Tallityöt, hoitohevoset/-ponit

Ratsastuskouluissa hevosten perushoidosta vastaa ammattihenkilökunta. He ruokkivat hevoset, siivoavat karsinat ja vievät hevoset päivittäin tarhoihin ulkoilemaan. Osalla talleista on mahdollisuus osallistua näihin hoitotoimenpiteisiin.

Monilla talleilla on käytössä hoitajajärjestelmä. Tällöin nimetty ihminen on vastuussa tietyn hevosen hoidosta sovittuina päivinä. Hoitaminen perustuu aina vapaaehtoisuuteen, joten hoitamisesta ei makseta palkkaa. Hoitohevosien saaminen on sekä suuri kunnia että vastuullinen tehtävä.

Hevoset vaativat hoitoa päivittäin, joten sovituista hoitovuoroista on pidettävä kiinni, ja esteiden sattuessa niistä on ilmoitettava hevosen omistajalle tai tallin pitäjälle.

Hevosenhoitajan tehtävät sovitaan yhdessä hevosenomistajan ja hevosenhoita-

jan kanssa. Yleisiä hevosenhoitajan tehtäviä ovat muun muassa hevosen harjaus ja kavioiden puhdistus, varusteiden huolto sekä hoitohevosien taluttaminen aloittelijoiden tunneilla.

Joillakin talleilla ei ole nimettyjä hevosenhoitajia. Silloin hevosen hoito tapahtuu yhteisvastuullisesti tallihenkilökunnan ohjeistuksella. Päävastuu hevosesta on aina hevosen omistajalla riippumatta siitä, miten vapaaehtoisuuteen perustuva hevosten hoitaminen on järjestetty.

Myös hevosten varusteiden hankkiminen on hevosen omistajan tehtävä. Vaikka lapset ostavat mielellään hoitohevosilleen paljon kalliitakin tavaroita, se ei ole hoitamisen edellytys, eikä edes hyvän hoitajan merkki.

Jokainen vaikuttaa tallin ilmapiiriin

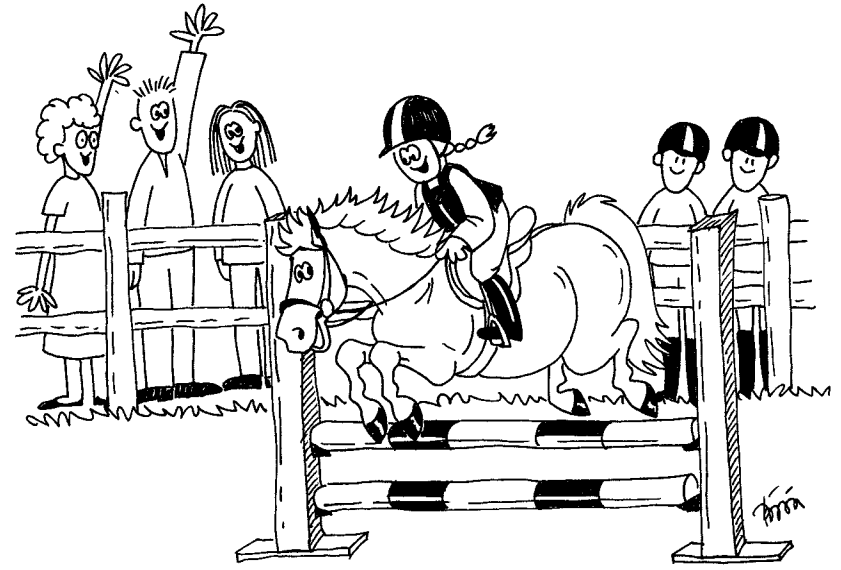
Tallin ilmapiiri rakentuu siellä olevien ihmisten yhteisesti luomista asenteista ja normeista. Tallissa ja yhdessä sovitut säännöt luovat turvallisuutta ja selkeyttä yhdessäolon rajoja. Tuomme jokainen ryhmään tullessamme omat kokemuksemme yhdessäolosta. Ne ovat kuin näkymätön reppu selässämme, joka sisältää kotoa saatuja arvoja ja normeja sekä niitä kumpuavia asenteita. Repun sisältönä on myös oma identiteetti, tunne-elämä ja eletyn elämän historia.

Jokainen meistä on saanut kotoa käsitksen siitä, mikä on oikein ja mikä väärin. Vanhempien ja aikuisten rooli rajojen asettajina ja normien laatijoina ovat pohjana sille, miten lapsi jatkossa käyttäytyy suhteessa muihin. Kiusaaminen voi syntyä ilmapiirissä, jossa ihmisiä eriarvoistetaan tai leimataan. Myös sosiaalisesti hyväksytyt tai paheksutut asiat yhteisössä vaikuttavat joko kiusaamisen syntymi-

seen tai hyvään sopuun, jolloin kenenkään kanssa ei tarvitse kilpailla. Tällöin kaikki ovat tasa-arvoisia ja tasavertaisia.

Yleisesti yhteiskunnassamme on tällä hetkellä vallalla välinpitämätön asenne, aina aikuisetkaan eivät tunnista terveitä rajoja ja käyttäytymistapoja. Yleinen käyttäytymiskoodi olisi tarpeen, jotta erilaisuutta opittaisiin arvostamaan eikä ketään alisteta, syrjitä tai arvostella. Muut huomioon ottava käytös on monelta kadoksissa, vaikka periaatteessa käyttäytymisnormit ovatkin kaikkien tiedossa.

Meidän aikuisten tulee muistaa kuinka käyttäydymme toista aikuista kohtaan, koska se toimii mallina myös lapsille ja nuorille. Kun huomaamme syrjimistä tai kiusaamista, velvollisuutemme on puuttua asiaan välittömästi. Mikään asia ei ole liian pieni tai mitätön selvitettäväksi, on turha odottaa että ne pääsevät kasvamään isoiksi.



Vanhempien rooli

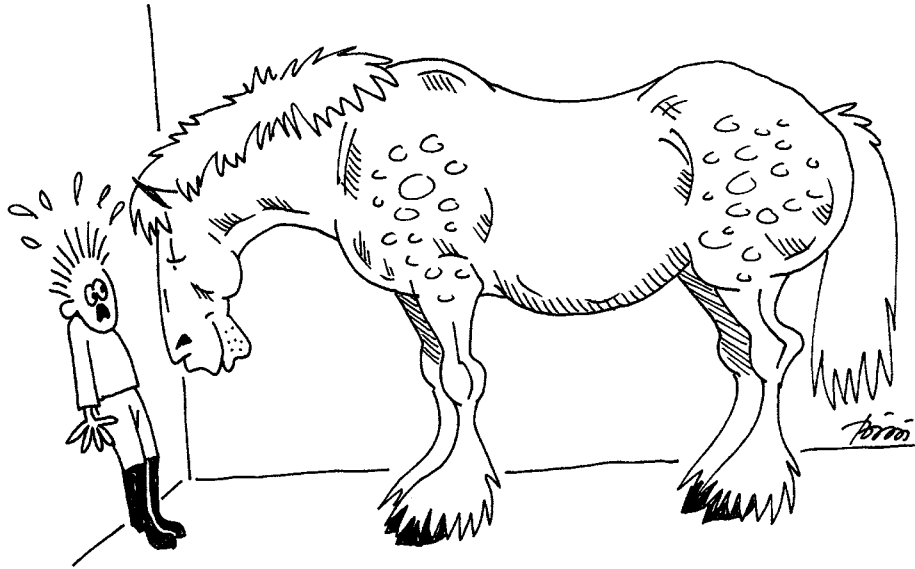
Lapset kaipaavat tukea harrastukselleen. Sitä vanhemmat voivat osoittaa kannustamalla ja olemalla kiinnostuneita. On tärkeää antaa lapselle aikaa kertoa harrastuksestaan. Ratsastuksessa vanhemmat voivat osallistua lapsen harrastukseen esimerkiksi seuraamalla tunteja ja lapsen kilpailuja – eikä mikään estä vanhempia aloittamasta ratsastusta yhtä aikaa lapsen kanssa! Lisäksi ratsastusseurat ottavat mielellään vastaan kaiken tarjottavan avun toimintansa, kuten kurssien, kilpailujen, kerhojen ja retkien, järjestämiseen.

Varsinainen ratsastustunti sujuu ratsastuksenopettajan johdolla. Hän ohjaa tunnin kulkua sekä antaa tarvittavat neuvot ratsastajille. Vanhempien ei tule huudella kesken tuntia lapsille omia kommenttejaan, sillä ne rikkovat lapsen

keskittymisrauhan suoritukseensa ja voivat olla myös epäoleellisia meneillään olevan harjoituksen kannalta.

Tunnin aikana ratsastuksenopettaja pystyy keskittymään vain opettamiseen. Usein tunnit myös seuraavat toisiaan nopealla tempolla. Näin ollen jos mielessäsi on asia, josta haluat keskustella opettajan kanssa, on se mukavampi itsesi ja muiden asiakkaiden kannalta käydä läpi tallin puhelinaikana tai sopimalla opettajan kanssa erikseen keskustelu-aika.

Jos lapsellasi on joku ratsastusharrastukseen vaikuttava erityispiirre, siitä on hyvä kertoa ratsastuksenopettajalle jo ilmoittautumisvaiheessa. Tällaisia asioita ovat esimerkiksi erilaiset pitkäaikaissairaudet, liikunnalliset rajoitukset ja oppimiseen vaikuttavat tekijät. Näin opettaja voi huomioida paremmin lapsen yksilölliset tarpeet.



Pelko

Osa lapsista pelkää aluksi hevosia, vaikka pitääkin niistä kovasti. Tietty kunnioitus hevosta kohtaan on täysin tervettä, mutta liika varovaisuus johtaa siihen, että hevonen ottaa johtajan roolin hevosen ja ratsastajan välisessä suhteessa.

Jos lasta jännittää huomattavasti, vanhempien on hyvä kertoa siitä ratsastuksenopettajalle. Tällöin opettaja voi kiinnittää asiaan huomiota muun muassa hevosvalinnoissa. Pelko useimmiten helpottaa kokemuksen karttuessa.

Green Card-jäsenyys

SRL:n jäsentallit voivat tarjota asiakkailleen Green Card -jäsenyyttä. Tähän jäsenyyssyyppiin liittyy vastaava ratsastusharrastuksen tapaturmavakuutus kuin ratsastusseuran jäsenyydessä. Lisäksi Green Card -jäsenet saavat ratsastusharrastuksesta kertovan Ratsaille-oppaan sekä jäsenkortin. Green Card -jäsenet voivat suorittaa ratsastus- ja hevostaitomerkkejä, sen sijaan kilpailuoikeus on rajallinen ja kattaa lähinnä harjoituskilpailut. Green Card -jäsenet eivät saa Ratsastajainliiton jäsenlehteä, Hipposta.

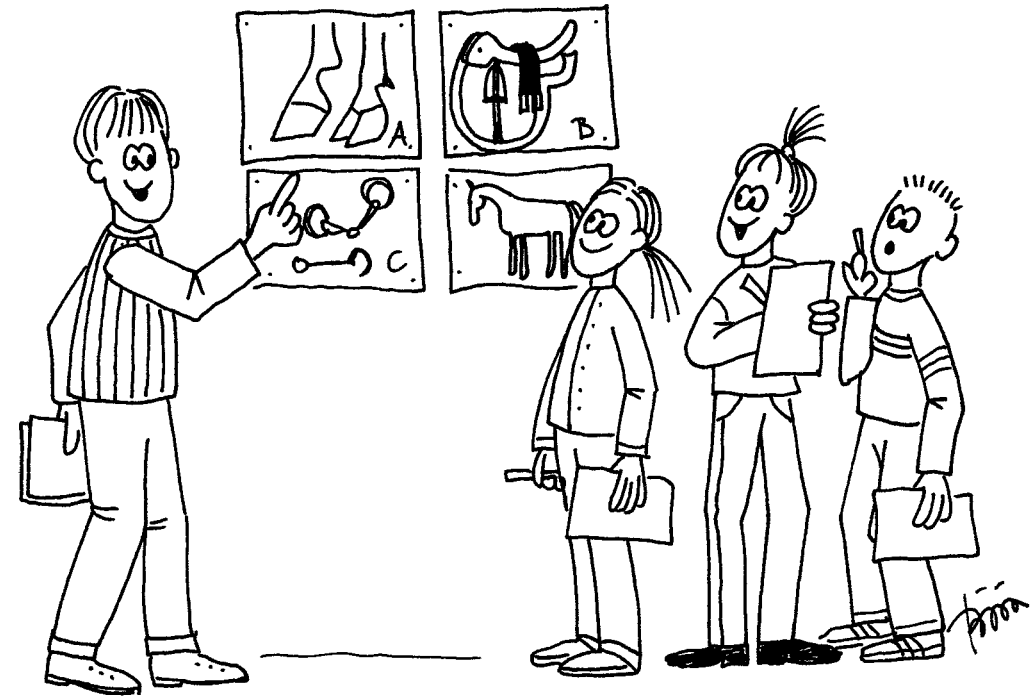
Kaikkien SRL:n jäsentalleilla vakituisesti ratsastavien on oltava joko Green Card -jäseniä tai kuuluttava johonkin ratsastusseuraan vakuutusturvan takaamiseksi.

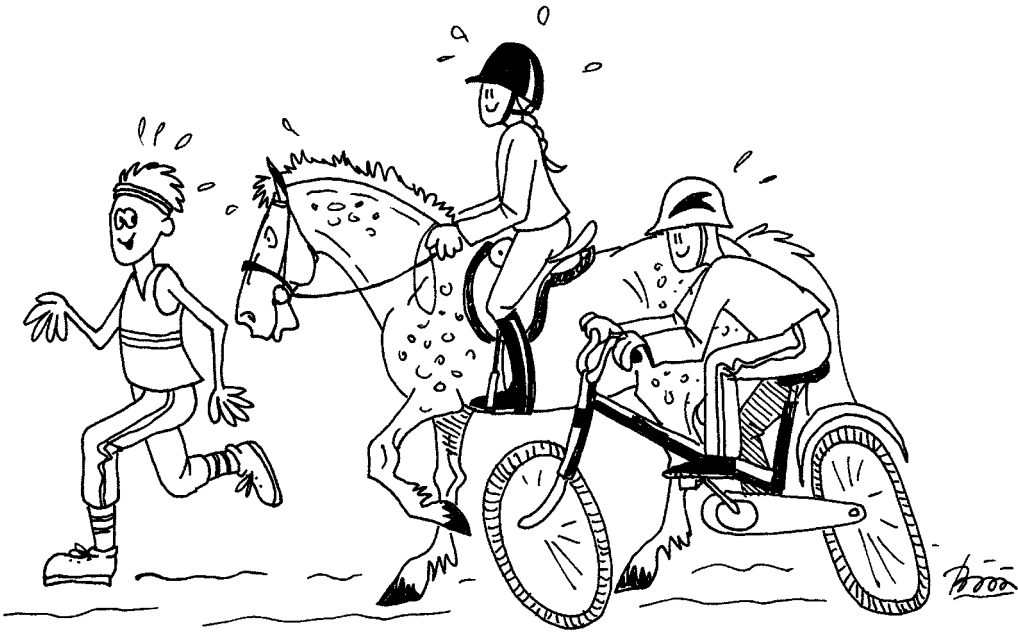
Ratsastusseura

Ratsastuskoulu on useimmiten yritys, mutta tallilla toimii yleensä myös ratsastusseura, joka on kuin mikä tahansa urheiluseura. Ero on vain siinä, että varsinaisen ratsastuspalvelun tarjoaa yritys. Ratsastusseurat ovat rekisteröityjä yhdistyksiä, jotka kuuluvat jäseninä Suomen Ratsastajainliittoon. Ratsastusseuran hallitus tekee päätökset seuran hallinnosta, raha-asioista sekä toimintalinjoista. Hallitus koostuu vuosikokouksessa valituista henkilöistä.

Ratsastusseurojen toiminta vaihtelee seuroittain. Seurat järjestävät muun mu-

assa valmennustoimintaa, hevoskerhoja, hevostaitoluentoja, seurakilpailuja sekä retkiä ja illanviettoja jäsenilleen. Ratsastusseuran kautta liitytään myös Suomen Ratsastajainliiton jäseniksi. Jäsenetuina ovat ratsastusharrastuksen tapaturmavakuutus, Hippos-lehti 8 kertaa vuodessa sekä erilaisia kaupallisia etuja. Ratsastuskilpailuihin osallistumiseen vaaditaan seurajäsenyys, ja seuralaiset voivat myös suorittaa ratsastus- ja hevostaitomerkkejä. Monet tallit antavat lisäksi alennusta ratsastustunneista seuran jäsenille.





Monipuolinen liikunta

Useimmat tuntiratsastajat harrastavat ratsastusta 1–2 kertaa viikossa. Ratsastuksen lisäksi lapsen on hyvä harrastaa muutakin liikuntaa. Nuoren Suomen suositus on, että kouluikäinen lapsi liikkuu päivässä vähintään 1-2 tuntia. Liikunta voi tapahtua myös lyhyemmissä, esimerkiksi 10–15 minuutin pätkissä, ja se voi olla varsinaisten liikuntaharrastuksien lisäksi ulkoleikkejä, pelailua tai hyötyliikuntaa. Monipuolinen liikunnan harrastaminen on hyödyksi myös ratsastustaidolle.

Ratsastus- ja hevostaitomerkit

Suomen Ratsastajainliitolla on kuusi eritasoista hevosten hoitamiseen liittyvää hevostaitomerkkiä, 11 eritasoista ratsastusmerkkiä ja kaksi lajimerkkiä. Merkit ovat taitomerkkejä, joiden avulla voi tavoitteellisesti edetä omassa hevos- ja ratsastustaidoissa. Jokaiselle merkille on määritelty oma taitotasonsa, jonka läpäisemällä merkkisuoritus on hyväksytty. Merkkisuorituksia voivat järjestää SRL:n jäsentallit ja jäsenseurat. Ratsastusmerkien suorittajien tulee olla ratsastusseuran jäseniä tai heillä on oltava voimassa oleva Green Card. Merkkisuoritukset rekisteröidään, ja ne tulevat näkyviin seuraavan vuoden jäsenkorttiin.

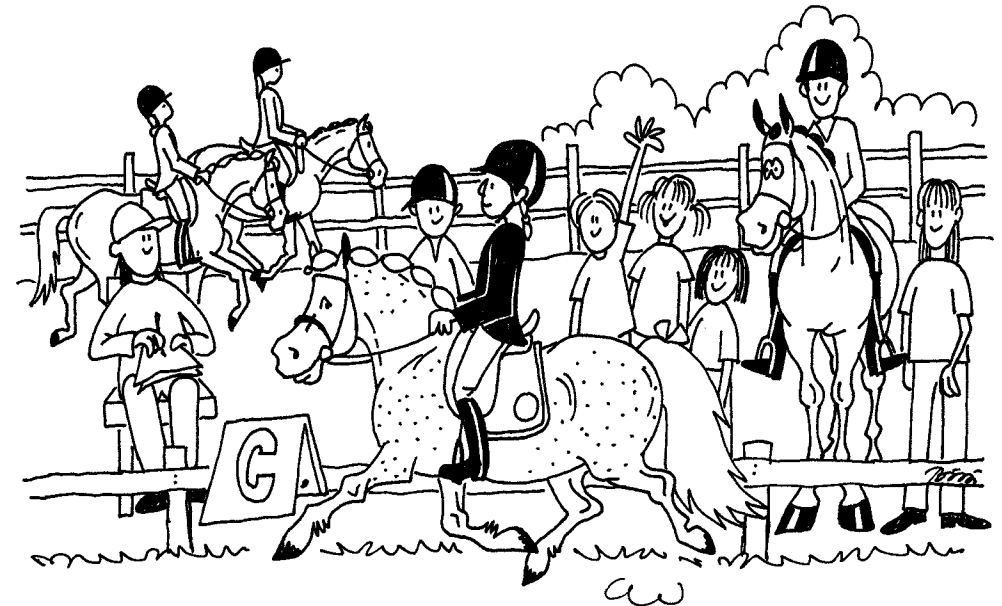
Kilpailemaan

Ratsastuksessa kilpaileminen ei ole yhtä keskeisessä asemassa kuin monissa muissa urheilulajeissa. Ratsastuksessa 15 vuotta ratsastanut taitava konkari ei välttämättä ole kilpaillut kertaakaan, eikä kukaan edes ihmettele sitä. Jos kiinnostusta löytyy, myös tuntiratsastajan on yleensä mahdollista päästä osallistumaan harjoitus- ja seurakilpailuihin. Kilpailumahdollisuuksia kannattaa tiedustella ratsastuksenopettajalta. Seurakilpailuihin osallistuvan on kulluttava johonkin ratsastusseuraan.

Ratsastuskilpailuissa järjestetään eritasoisia luokkia helpoista vaikeisiin. Useimmiten aikuiset, lapset, miehet ja naiset kilpailevat kaikki samassa sarjassa. Myös

kokeneet ratsastajat saattavat osallistua helppoihin luokkiin nuorilla ja kokemattomilla hevosilla. Junioreille ja aloitteleville kilparatsastajille järjestetään jonkin verran omia luokkia.

Aluekilpailuihin osallistuminen vaatii jo aktiivisempaa harjoittelua. Ratsastajalla tulee olla aluekilpailupa sekä hevosella maksettu vuosimaksu. Kansallisiin kilpailuihin osallistuvilla on pääsääntöisesti käytössään oma tai vuokrahevonen, ja he harjoittelevat lähes päivittäin. Alue- ja kansallisella tasolla kilpaileminen vaatii taloudellista panostusta, sillä rahaa kuluu muun muassa hevosen kuluihin, valmennuksiin, kuljetuksiin ja lähtömaksuihin.



Ratsastusharrastus Suomessa

Suomessa on n. 160 000 ratsastuksen harrastajaa. Hieman alle puolet harrastajista on junioreita. Suurin osa lajin harrastajista on naisia. Junioreista peräti 97 prosenttia on tyttöjä. Pojat kaipaavatkin varmasti vanhemmiltaan suurempaa tukea tyttövaltaisen harrastuksen jatkamiseen.

Ratsastus on myös yhä voimakkaammin perkeharrastus; koko perhe harrastaa samaa lajia. Moni vanhempi on innostunut itse hevosen selkään katseltuaan ensin lapsensa ratsastustunteja kentän reunalta. Myös hevosmatkailu koko perheen voimin sekä kotimaassa että ulkomailla on kasvattanut suosiotaan. Ratsastusmatkaa suunniteltaessa kannattaa muistaa, että turvallisuusajattelu vaihtelee kulttuureittain. Suositeltavaa olisi opetella hallitsemaan lajin perustaidot kotimaassa.

Ratsastukseen kuuluu useita eri lajeja, joista tunnetuimmat ovat koulu- ja esteratsastus. Kolmas olympialaji on kenttäratsastus: moniottelu, jossa ratsastetaan koulun ja rataesteiden lisäksi vauhdikas maastoestekoe. Muita ratsastuksen lajeja ovat lännenratsastus, matkaratsastus, vikellys (=voimistelua hevosen selässä), islanninhevosten askellajiratsastus, vammaisratsastus sekä valjakkoajo.

Suomen Ratsastajainliitto ry



Suomen Ratsastajainliitto ry (SRL) on maamme ratsastusurheilun keskusjärjestö. Ratsastajainliitto edistää ratsastusta yleisenä urheilu- ja liikuntakasvatusmuotona, järjestää ratsastuskilpailuja ja kehittää maamme ratsastuksenopetusta ja valmennusta. Ratsastajainliitto on kaikkien ratsastuksen harrastajien etujärjestö, joka ajaa sekä huippu-urheilun että kuntoharrastajien asiaa. Ratsastajainliittoon liitytään ratsastusseuran kautta.

Lisätietoja ja materiaaleja

www.ratsastus.fi

Suomen Ratsastajainliiton Internet-sivuilta löydät muun muassa tietoa ratsastuksesta harrastuksena ja kilpailulajina sekä listat ratsastusseuroista ja talleista yhteystietoihin.

www.sporttikauppa.com

Suomen Liikunnan ja Urheilun Internet-kaupasta voi tilata SRL:n tuotteita ja julkaisuja. Tilaukset voi tehdä myös puhelimitse p. 09-34812266.

Kirjallisuus

Ratsastukseen ja hevosiin liittyvää kirjallisuutta on tarjolla runsaasti sekä kirja-kaupoissa että kirjastoissa. Osa niistä on suunnattu lapsille ja nuorille. Kotimaista kirjallisuutta kannattaa suosia, sillä käännöskirjallisuudesta saattaa löytyä asioita, jotka eivät sovellu Suomen oloihin.

Suomen Ratsastajainliiton myyntivalikoimiin kuuluu erilaista alan kirjallisuutta, joista lapsille ja nuorille voi suositella muun muassa seuraavia julkaisuja:



• Hevostaitokansio 25e

”Joka tallin käsikirja hevosenhoidosta”. Sisältää kaiken tarvittavan teoretiedon hevostaitomerkkien suorittamiseen aina perushoitomerkistä lääkintä- ja ruokintamerkkeihin saakka.



• Ratsastajan Kunto-opas 10e

Juuri ratsastajille suunnattuja ohjeita ja tietoa kunnon kohottamisesta sekä verryttelystä.



• Ratsastajan opas kilpailumaailmaan 5e

Kooste este- ja kouluratsastuskilpailujen säännöistä. Sisältää myös toimintaohjeita seura- ja aluetasolla kilpaileville tai kilpailemista suunnitteleville. Helpolukuinen, kuvitettu sarjakuvamaisin kuvin.



• Merkkisuoritusvihkot, 6 e/kpl

SRL:n suositusta Hevostaitokansiosta on laadittu osa-alueittain 5 kpl merkkisuoritusvihkoja (Perushoito, Hoito I, Hoito II, Ruokinta ja Lääkintä). Jokainen vihko sisältää kaiken tarvittavan teoretiedon kyseisen merkin suorittamiseen.

Perussanasto

Alkeiskurssi – Ratsastuksen useimmiten 10 tuntia kestävä peruskurssi, suoritetaan yleensä ratsastamalla tunti kerran viikossa.

Alkeisleiri – Ratsastuksen noin 5–7 päivän pituinen peruskurssi, joka suoritetaan leirimuotoisena.

Aloitteija – Alkeiskurssilaisista ja muista vähän kokemusta omaavista hevosharrastajista käytetty nimitys.

Avut – Keinot, joilla ratsastaja välittää käskyjä hevoselle. Apuja ovat paino, ääni, pohkeet ja ohjasavat.

Harrastetalli – Ratsastuspalveluja tarjoava yritys, jossa toiminnan ohjauksesta vastaa vähintään hevosharrasteohjaajan tutkinnon suorittanut henkilö. Harrastetallit voivat halutessaan erikoistua johonkin ratsastuksen lajiin kuten vaellus- tai lännenratsastukseen.

Hevosenhoitaja – Hevosenhoitajalla voidaan tarkoittaa joko ammattikoulutuksen tehtävään saanutta työntekijää tai vapaaehtoisesti hoitohevosien ottanutta harrastajaa.

Hevoskerho – Hevoskerhoja järjestävät useat tallit ja ratsastusseurat. Hevoskerhoissa ei yleensä ratsasteta, vaan niissä opetellaan hevosen hoitoa ja lisäksi muun muassa leikitään, liikutaan, askarrellaan ja retkeillään. Hevoskerholaiset ovat useimmiten 7–13-vuotiaita. Hevoskerhon ohjaajina toimivat 14 vuotta täyttäneet hevosterhon ohjaajakoulutuksen käyneet ohjaajat.

Hoitohövenen – Hoitohövenen on jonkun muun kuin hoitajan omistama hövenen, jota hoitajaksi suostuva sitoutuu hoitamaan sovituina päivinä sovituilla tavalla. Hoitaminen on vapaaehtoisista, kyse ei siis ole työsuhteesta.

Irtotunti – Ratsastusta voi joillakin talleilla harrastaa epäsäännöllisesti itselleen sopivina ajankohtina niin sanotuilla irtotunneilla. Etukäteen on hyvä varmistaa, että ryhmä on itselle sopivan tasoinen. Useimmiten irtotunnit ovat vakiotunteja kalliimpia.

Jatkokurssi – Alkeiskurssin jälkeen siirrytään jatkokurssille. Jatkokursseja on hyvin eritasoisia, joten tallin kanssa kannattaa selvittää, että ryhmä on sopivan tasoinen.

Juniori – Alle 18-vuotias hevosharrastaja.

Junioriklubi, ”Junnukerho” – Joillakin talleilla toimii hevoskerhoiän ohittaneille junioreille oma kerho, jossa nuoret itse suunnittelevat ja järjestävät itselleen toimintaa, kuten retkiä ja kursseja sekä ovat mukana erilaisten tapahtumien järjestämisessä.

Kavioura – Ratsastuskenttää kiertävä suora-kaiteen muotoinen ura, jota pitkin ratsukot liikkuvat.

Keventäminen – Ratsastaja nousee satulassa joka toisella raviaskeleella jalustimien varaan.

Maneesi – Halli, jonka sisällä ratsastetaan.

Poni – Alle 148 cm korkea hövenen.

Päiväleiri – Leiri, johon kuuluu ratsastusta sekä mahdollisesti ruokailut ja muuta ohjelmaa, mutta ei yöpymisiä.

Ratsastuksenohjaaja – Hevosalan perustutkinnon suorittanut henkilö.

Ratsastuksenopettaja – Hevosalan ammattitutkinnon suorittanut henkilö.

Ratsastuskoulu – Ratsastuspalveluja tarjoava yritys, jossa ratsastustuntien ohjauksesta vastaa vähintään ratsastuksenohjaajakoulutuksen saanut henkilö.

Ratsastusleiri – Tallilla järjestettävä esimerkiksi viikonlopun tai viikon mittainen leiri, jossa on useimmiten täysihoito, pari tuntia ratsastusta päivässä sekä muuta ohjelmaa.

Suomen Ratsastajainliitto, SRL – Suomen ratsastusurheilun keskusjärjestö.

Tuntiratsastaja – Henkilö, joka harrastaa ratsastusta säännöllisesti ohjatuilla ratsastustunneilla.

Vakiotunti – Vakiotunti on yleensä kerran viikossa samaan aikaan samana päivänä, se varataan yleensä kerralla koko kaudeksi.

Yksityishövenen – Yksityishövenen on yksityisen henkilön omistama. Myös ratsastuskouluilla voi olla yksityishövenen. Nämä ovat joskus myös ratsastustuntikäytössä saadakseen esimerkiksi alennusta tallivuokrasta.

Yksityistalli – Yksityistallilla hövenen ovat yksityisten ihmisten omistamia, eikä niillä järjestetä ohjattua ratsastusta ulkopuolisille ihmisille.

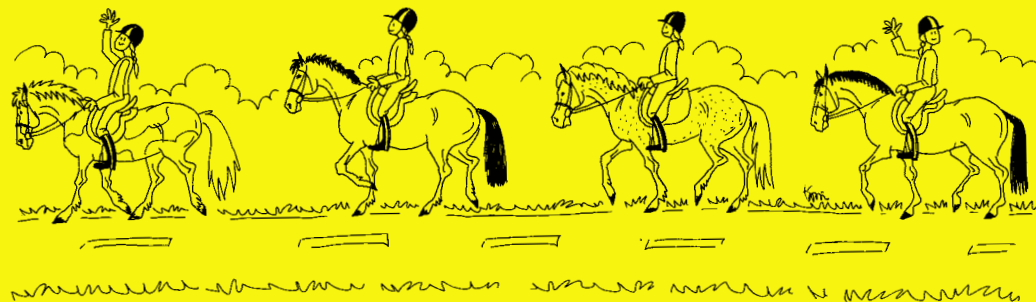
HEVONEN LIIKENTEESSÄ

Kun kohtaat hövenen liikenteessä:

- *Hidasta vauhtia ja anna ratsukolle aikaa siirtyä tien pientareelle*
- *Tarkkaile ratsastajan käsimerkkejä ja noudata niitä*
- *Ohita ratsukko riittävän kaukaa ja hiljaisella ajonopeudella*

Muistathan että:

- *Hövenen on saaliseläin ja pelästyessään pakenee uhkaa*
- *Hövenen on yhtä suuri kuin hirvi ja joskus yhtä arvaamaton*





Suomen Ratsastajainliitto ry

Radiokatu 20

00093 SLU

puh. 09 2294 510

ratsastus@ratsastus.fi

Lisätietoa ja SRL:n jäsenratsastuskoulut ja-harrastetallit löydät:

www.ratsastus.fi