

Toimintavuosi on loppuillaan. Tämän jäsenkirjeen sivuilla kurkistamme vielä menneen syksyn tapahtumiin, mutta kerromme myös tulevasta. Edellisen jäsenkirjeen jälkeen syyskuussa on juhlittu olympialaishenkisissä junioreiden Hubertuksessa ja senioreiden "tavallisimmissa" juhlissa. Syyskokouskin on pidetty. Lokakuun lopussa saimme oppia ratsastuspilateksesta, kun Aira Toivola piti istuntaluennon ja mattopilatestunnin.

Pikkujoulut järjestetään lauantaina 26.11. Carlbergin seuratalolla, ilmoittautuminen päättyy torstaina 17.11. Jos et ole vielä ilmoittautunut, tee se pikaisesti seuran internetsivuilla! Pikkujouluissa voi myös ostaa RS Majoranin suunnittelemaa Majoran- ja hevosaiheisia seinäkalentereita. Kalenterin hinta on 12 euroa. Jos haluat kalenterin, varaathan tasarahan mukaan tapahtumaan. Kalentereita voi tilata myös juhlien jälkeen viimeistään torstaina 1.12. ratsastusseuran sivuilla olevalla tilauslomakkeella.

Sporttisissa tunnelmissa tavataan heti seuraavana aamuna, sunnuntaina 27.11., kun klo 11 alkaen pidetään liikuntatreffit, aiheena maneesisulkkis. Sunnuntaina 11.12. klo 10-11 ohjelmassa on puolestaan kuntonyrkkeilytunti Liikuntakeskus Vidassa Korsossa. Vuoden 2017 ensimmäiset seurakisat käydään sunnuntaina 12.2.2017. Muihin ensi vuoden kuvioihin palaamme myöhemmin.

Ajankohtaisia asioita päivitetään seuran internetsivuille osoitteeseen www.ratsastusseuramajoran.sporttisaitti.com, facebookiin sekä seuran ilmoitustaululle alatallin satulahuoneeseen. Seuraa mukana! Huomioithan, että jatkossa tapahtumiimme voi ilmoittautua vain seuran internetsivujen kautta. Kerromme ilmoittautumisten alkamisesta edelleen ilmoitustaululla, mutta paperisia ilmoittautumislistoja emme enää käytä. Tarinaa on tutusti reilusti, lue kaikki tai pöimi itsellesi kiinnostavat kohdat :-D

Junioreiden Hubertusta vietettiin aurinkoisissa tunnelmissa

RS Majoranin juniorihubertusta vietettiin tänä vuonna olympialaisteemalla lauantaina 10.9. Hubertusratsastusta päästiin viettämään ihanan aurinkoisessa syysässä niin maastossa kuin kentälläkin.

Heidi- ja Noora-opettajien vetämän maasto-osuuden jälkeen kentällä kisailtiin jo perinteeksi muodostunut leikkimielinen ratsastuskisa, joka oli tällä kertaa uudenaikainen viisiottelu. Lajeina oli mm. miekkailua (tötteröiden kaatamista), tarkkuusammuntaa (harjojen heittäjä ämpäriin) ja uintia (hitain laukkakerros). Uudenaikainen viisiottelu ratsastettiin nelihenkisillä joukkueilla, joissa jokainen ratsukko suoritti oman osuutensa radasta. Voittavassa joukkueessa ratsastivat Tiia Rauha - Grit, Ella Nurmi - Pinokkio, Teresa Paatero - Karolina ja Viivi Sahramo - Pocahontas.

Juhlissa palkittiin myös vuoden ahkerimmat juniori-majoranilaiset. Seuran tapahtumissa eniten tänä vuonna avustaneet olivat Tiia Rauha, Camilla Finne ja Sofia Sinisalmi. Parhaan asupalkinnon voitti Viivi Sahramo ratsunsa Pocahontas kanssa. Viivi oli askarrellut mm. hienon olympialais-teemaisen viitan.

Vuoden ahkerimmat saivat palkinnoksi stipendin sekä kisojen lähtömaksualennuksen, joka oikeuttaa saamaan yhden kisamaksun puoleen hintaan. Paras puku palkittiin stipendillä ja buffet-lahjakortilla sekä tietenkin mitalilla, olympialaisteeman mukaisesti. Samoin ratsastuskilpailun voittanut joukkue palkittiin stipendein ja mitalein sekä buffettilahjakortein.

Seniorihubertusta vietettiin kauniissa syysmaisemassa

Hubertusratsastusta päästiin viettämään hieman pilvisessä, mutta ihanan värikkäissä syysmaisemissa tuttuun tapaan niin maastossa kuin kentälläkin lauantaina 24.9.2016. Heidi- ja Tuija-opettajien vetämän maasto-osuuden jälkeen kentällä kisailtiin juniorihubertuksestakin jo tutuksi tullut

uudenaikainen viisiottelu (lajit listattu junnu-Hubben yhteydessä), joissa jokainen ratsukko suoritti oman osuutensa radasta. Voittavassa joukkueessa ratsastivat Anu Helomaa - Osborne, Sari Nurmi - Cabu, Mia Rautava - Victor ja Elina Avela - Bono.

Juhlissa palkittiin myös vuoden ahkerimmat seniori-majoranilaiset. Seuran tapahtumissa eniten tänä vuonna avustaneet olivat Susanna Salmio, Sini Ollikainen, Jaana Nikkola sekä Eva Nurminen. Vuoden ahkerimmat saivat palkinnoksi stipendin sekä kisojen lähtömaksualennuksen, joka oikeuttaa saamaan yhden kisamaksun puoleen hintaan. Koska Eva ei ratsasta enää Leppävaarassa ja silti käy meitä ahkerasti auttamassa, hän sai lahjaksi buffettilahjakortin. Samoin ratsastuskilpailussa mukana olleet, sekä ykkös- että kakkossijoille päätyneet joukkueet, palkittiin pienillä ruoka- ja juomalahjakorteilla.

Illallisen oli loihdittanut jo aikaisemmilta vuosilta tutuksi tullut Petri Rauha (Kitchen Consulting). Menu koostui maukkaista alkupalasalaateista: ruola-artisokkaa ja thaimaalaista katkarapu-nuudelisalaattia. Pääruokana tarjottiin kanaa tummassa siiderikastikkeessa särö-vihannesten kera ja jälkiruoka oli syksyinen omena-kaurapaistos.

Illan aikana muisteltiin tallissa asustelevia ja jo edesmenneitä hevosia ja poneja, tuttuun tapaan hevosen maljan kautta. Illan aikana testattiin myös paikallaolleiden hoksottimia ja tietoja perinteisessä Hubbevisassa, leikittiin kirjeleikkiä sekä saimme kuulla Majorania tallin ulkopuolella edustavien ratsukoiden kuulumisia.

Haluamme kiittää kaikkia sekä junioreiden että senioreiden Hubertuksissa paikalla olleita mukavasta ja aurinkoisesta tapahtumasta! Kiitos myös kaikille vuoden aikana ahkeroineille, te mahdollistatte seuramme toiminnan! Kuvia tapahtumasta on päivitetty seuran internetsivujen kuvagalleriaan (www.ratsastusseuramajoran.sporttisaitti.com -> Kuvagalleria)

Martina Keskisen ajatuksia lihahuoltokoulutuksesta

Ratsastuksenopettaja Martina Keskisen ajatuksia lokakuun liikuntatärppinä järjestetystä Espoon kaupungin seuroille tarjoamasta lihahuoltokoulutuksesta: Osallistuin 25.10.2016 ESLU:n lihahuoltokoulutukseen, joka oli tarkoitettu espooalaisten seurojen jäsenille. Koulutuksen vetäjänä oli fysioterapeutti Sini Liukkonen. Oli mielenkiintoista olla mukana ratsastajien edustajana muiden lajien kuten pesäpallo, jalkapallo, karate, cheerleading, taitoluistelu, tanssi, yleisurheilu joukossa.

Keskusteluiden pohjalta sain huomata, että muissa lajeissa alku- ja loppuverryttely oli itsestäänselvä osa jokaista harjoituskertaa. Ratsastajilla alku- ja loppuverryttelyt ovat jokaisen omalla vastuulla, kun harjoitusaika käytetään itse asiaan eli ratsastamiseen.

Ihanteellista olisi yhteiset alku- ja loppuverryttelyt ohjaajan kanssa, mutta sellainen nostaisi kustannuksia ja veisi aikaa. Jotenkin alku- ja loppuverryttely pitäisi saada ujutettua jokaisen ratsastajan ajatusmaailmaan hyödyllisenä ja tärkeänä asiana, jotta tulisi tehtyä edes jotakin pientä ennen omaa ratsastustuntia. Hyödyt huomaa välittömästi sekä ratsastaja että hevonen. Ratsastus on pehmeämpää, kun ratsastaja on notkea ja lämmin! Talvi aiheuttaa tähän vielä omat haasteensa kylmyyden ja vaatetuksen tarpeen vuoksi.

Kävimme käytännössä läpi erilaisia kaikille lajeille sopivia tuki- ja liikkuvuusharjoitteita, joita pääsette testaamaan Majoranin liikuntatreffeillä. Tällaisiin koulutuksiin kannattaa ehdottomasti osallistua, rohkeasti mukaan vaan ensi syksynä järjestettäviin koulutuksiin!

Aira Toivolan istuntaluennolla ahaa-elämyksiä

Aira Toivola on ratsastusvalmentaja, pilates- ja ratsastuspilatesohjaaja sekä monipuolinen fysioterapia- ja kuntoutusalan ammattilainen. Hänen opeistaan saimme nauttia liikuntatreffeillä

sunnuntaina 30.10. klo 10 alkaen istuntaluennon ja mattopilatestunnin muodossa. Toivola on kehittänyt oman AT-ratsastuspilatesin käytännön kokemustensa pohjalta, hänen uusin kirjansa "Tasapainoinen ratsukko" julkaistiin syyskuussa.

Tapahtuma järjestettiin Jupperin koululla, osanottajia paikalla oli yhteensä 20. Se oli avoin RS Majoranin jäsenille ja osallistumismaksu junioreille ja opiskelijoille oli 15 euroa, senioreille 20 euroa.

Toivola valmentaa sekä huippu-urheilijoita että harrasteratsastajia ja kuntoutujia. Lähes kahdenkymmenen vuoden työkokemus fysioterapia- ja kuntoutusalalta sekä monipuolinen hevosharrastus ovat antaneet hänelle työkalut opettaa ihmisille kehonhallintaa ja ratsastusta.

Aira Toivola kertoi ja näytti luento-osuudessa keskivartalon lihasten merkityksen voiman välittäjänä, mistä oikea ratsastusasento rakentuu, minkälainen on hyvä ratsastajan ryhti, mistä koostuu hyvä istunta, mikä on kehonhallinnan merkitys ja mitä lihaksia tulisi esimerkiksi keventäessä käyttää. Tuija Rahkamaa oli vapaaehtoisena "mallinukkena" ja demonstroi asentomuutoksia ja niiden vaikutusta. Osallistujat saivat myös monisteen muistuttamaan tärkeistä asioista.

Mattopilatestunnilla toistettiin oikeaa sisään- ja uloshengitystekniikkaa ja tehtiin samalla erilaisia jumppa- ja koordinaatioliikkeitä. Oleellista oli pitää keskivartalo tietyssä asennossa. Toivola kiersi korjaamassa asentoja osallistujien joukossa. Yleinen havainto oli paitsi erityisesti takareisien kireys, puolierot, "väärin" kehonosien jännittäminen ja myös muuten yleinen jäykkyys. Saimme tärkeän kotiläksyn tehdä asialle jotain ja helpottaa näin hevosten työtä.

Jaana Nikkola lahjoitti seuralle Toivolan tuoreen kirjan "Tasapainoinen ratsukko", jota lainataan seuran jäsenille. Kerrothan lainaustoiveestasi Anu Helomalle (puh. 040 592 2929, anu.helomaa@iki.fi). Toivola myi tilaisuudessa myös kirjojaan, niitä ostettiin ahkerasti.

Toivola on ratsastuksenopettaja Laura Haasalan ystävä ja "oppiäiti", hänen oppejaan hyödynnettiin mm. kesän istuntakurssilla. Lisätietoa Toivolasta ja hänen filosofiastaan löytyy osoitteesta <http://www.ratsastuspilates.fi/>

Liikuntatreffit, maneesisulkapalloa sunnuntaina 27.11. klo 11 alkaen

Ratsastuksenopettajat ja ratsastuksen oheisliikunnanohjaajakurssin suorittaneet Tuija ja Martina pitävät liikuntatreffit, maneesisulkapalloa, sunnuntaina 27.11. klo 11-n. 12.15. Tervetuloa mukaan!

Tavataan maneesissa pikkujoulun jälkeisissä tunnelmissa (seuran pikkujoulut lauantaina 26.11.). Verryttelemme aluksi kunnolla ja venyttelemme lopuksi. Ota mukaasi juomapullo ja mukavat urheiluvaatteet ja -kengät. Olemme siis sateensuojassa maneesissa, mutta pukeudu muuten lämpötilaan sopivasti! Jos sinulla on mailoja ja sulkapalloja, otathan myös niitä mukaasi.

Tapahtuma on ilmainen, avoin kaikille (myös ei-jäsenille, kavereille, perheenjäsenille, jne.) eikä etukäteisilmoittautumista vaadita. RS Majoranin jäsenillä on voimassa vakuutus Suomen Ratsastajainliiton kautta. Jos et ole seuran jäsen, varmistathan, että oma vakuutusturvasi on kunnossa!

Lisätietoja Martina Keskiseltä (puh. 044 041 1228), Anu Helomalta (puh. 040 592 2929) tai Tuija Rahkamaalta voi kysyä aiheesta, kun häntä näkee tallilla.

Liikuntatreffit, kuntonyrkkeilyä sunnuntaina 11.12. klo 10-11

Joulukuun oheisliikuntatärppi on kuntonyrkkeilytunti. Tunti pidetään Liikuntakeskus Vidassa Korson aseman vieressä (Korsontie 7, Vantaa) sunnuntaina 11.12.2016 klo 10-11. Erilaisten yhteensattumien vuoksi aikataulu voi olla joillekin haastava, mutta päätimme silti yrittää.

Kuntorykkeily on hauskaa, arjen asiat unohtuvat, sillä erilaiset harjoitukset vaativat hyvää keskittymistä. Kuntorykkeily parantaa keskivartalon hallintaa, sillä lyönnit lähtevät keskivartalosta. Se on hyvää, elvyttävää liikuntaa yläkropalle ja harjoittaa koko vartalon koordinaatiota. Tunnin pitää ope-Martinan ystävä Nina Mäkinen, joka on itse harrastanut aktiivisesti ratsastusta ja omistanut myös hevosen. Hän siis tietää ratsastajien lihaksiston heikkouksista ja vahvuuksista.

Nyrkkeilyhanskat saa lainaksi salilta. Mukaan kannattaa ottaa sisäliikuntavälineet, (myös kengät), juomapullo ja mahdollisesti hikipyyhe. Jos haluat tavarasi kaappiin tunnin ajaksi, ota mukaan riippulukko avaimineen. Kamppeet voi toki ottaa mukaan saliin. Suihku- ja saunatilat ovat myös käytettävissä.

Tunnille tulee ilmoittautua viimeistään torstaina 1.12. nettilomakkeella RS Majoranin sivujen kautta (www.ratsastusseuramajoran.sporttisaitti.com). Tunnin hinta on 10 euroa / osallistuja, se tulee maksaa ilmoittautumisen yhteydessä seuran tilille Nordeaan FI12 1013 3000 1313 49. Huom! Ole kiltti ja käytä viitenumeroa 1300!

Mukaan ovat tervetulleita kaikki RS Majoranin jäsenet! RS Majoranin jäsenillä on voimassa vakuutus Suomen Ratsastajainliiton kautta.

Mukaan mahtuu 20 ensimmäistä, ja jotta tunti toteutuu, ilmoittautuneita tulee olla vähintään kahdeksan. Lisätietoja Anu Helomaalta (puh. 040 592 2929 tai anu.helomaa@iki.fi) tai Martina Keskiseltä (puh. 044 041 1228). Lisätietoa paikasta <http://www.liikuntakeskusvida.fi>

Pyritään järjestämään yhteiskyyti tallilta, kerrothan liikkumissuunnitelmasi ilmoittautuessasi. Martina voi tulla vastaan Korson juna-asemalle tarvittaessa klo 9.40, kerrothan jos toivot sitä, kun ilmoittaudut. Tulethan paikalle ajoissa, jotta pääsemme aloittamaan tunnin ajallaan.

Kuukausitärpit ja muita liikkumiseen liittyviä vinkkejä kootusti nettisivuilla

RS Majoranin internetsivuille on koottu paitsi kuukausitärpit, myös muita liikkumiseen liittyviä asioita, myös Suomen Ratsastajainliiton ja Valtakunnallisen liikuntajärjestön Valo ry:n koostamia materiaaleja, <http://ratsastusseuramajoran.sporttisaitti.com/oheisliikunta/>

Edellisen jäsenkirjeen jälkeen oheisliikuntarintamalla on tapahtunut seuraavaa:

SYYSKUUN 2016 TÄRPPI

- Minivaellus "Korpinkierros" Nuuksion kansallispuistossa Espoossa su 18.9. klo 11 alkaen (vain Martina, Anu ja Martinan kaveri Leni paikalla)
- Aikuisratsastajien hyvinvointi-ilta Tapiolassa Espoossa pe 30.9. klo 16.30 alkaen.

LOKAKUUN 2016 TÄRPPI, TÄYDENNETTY

- Espoon kaupungin tarjoama Lihahuolto-koulutus tiistaina 25.10.2016 klo 18.00–21.00, Espoon keskus (Martina osallistui)
- Aira Toivolan istuntaluento ja mattopilatestunti Jupperin koululla (Veininkatu 24, 02730 Espoo) sunnuntaina 30.10. klo 10-n.12.30 (katso edeltä)

Tulossa:

MARRASKUUN 2016 TÄRPPI

- Liikuntatreffit, maneesisulkapalloa sunnuntaina 27.11. klo 11 alkaen.

JOULUKUUN 2016 TÄRPPI

- Kuntorykkeilytunti Liikuntakeskus Vidassa Korson aseman vieressä sunnuntaina 11.12.2016 klo 10-11.

Hanzi jatkaa puheenjohtajana

RS Majoranin syyskokous pidettiin torstaina 27.10. klo 17.30 alkaen Leppävaaran ratsastuskoululla After riding -tilassa. Syyskokouksessa vahvistettiin vuoden 2017 toimintasuunnitelma ja talousarvio ja valittiin hallituksen jäsenet erovuoroisten tilalle. Myös toimintalinja vuosille 2017-2019 vahvistettiin (se löytyy kokonaisuudessaan seuran nettisivuilta ja ylätallin ilmoitustaulun luota).

Kaikki erovuoroiset jatkavat. Iris Kankkunen jää hallitustoiminnasta sivuun kesken toimikautensa. Seuran puheenjohtajana jatkaa Hanna Kanerva, toiminnantarkastajana Maarit Seitsonen ja jäsensihteerinä Elina Nurmi.

Vuoden 2017 hallituksen jäsenet ovat: Eerika Aartoaho, Camilla Fyhrqvist-Kokkonen, Iris Hakaste, Anu Helomaa, Tiina Horto, Tiia Jokela, Hanna Kanerva, Elisa Kankkunen, Milja Koskela, Salla-Mari Kostia, Elina Nurmi, Annaleena Rauha, Jeanette Tinnis sekä Maija Virtanen.

Jäsenmaksuihin tehtiin täsmennyksiä niin, että seuran osuus juniorien jäsenmaksuluokassa hieman nousee. Syyskokouksessa päätetyt hinnat otetaan käyttöön vuoden 2017 alusta, olettaen ettei SRL nosta hintojaan syyskokouksessaan. Jäsenmaksu toimikaudella 2017 on juniorilta 52 €, perhejäsenjuniorilta 33 €, seniorilta 62 €, perhejäsen seniorilta 40 € sekä 10 € kannatusjäseneltä.

Pikkujoulut järjestetään lauantaina 26.11. Carlbergin seuratalolla

RS Majoranin perinteiset pikkujoulut järjestetään lauantaina 26.11.2016 klo 16.30-n.20 Carlbergin seuratalolla os. Nuorisontie 10, 02920 Espoo (Vanhakartanossa, Koillis-Espoossa, Kehä III:n kupeessa, ruotsinkielisen nuorisoseuran Gammalgård ungdoms- och allmogeföreningin tiloissa)

Joulupuuroa, torttuja, pipareita, glögiä, stipendien, palkintojen (mm. mestaritaluttajat ja ahkerat), lahjojen ja merkkien jakoa, ohjelmaa (huom! tänä vuonna ei näytelmää) sekä juhlatunnelmaa. Tuothan mukana kolmen euron arvoisen lahjan tontun säkkiin.

Sitovat ilmoittautumiset seuran internetsivujen kautta (ilmoitustaululle EI tule listaa, www.ratsastusseuramajoran.sporttisaitti.com) viimeistään torstaina 17.11. Ilmoittautumislomakkeessa pyydämme myös sähköpostiosoitettasi ja puhelinnumeroasi päivittääksemme ne jäsenrekisteriin ajan tasalle, sillä ne eivät päivity automaattisesti SRL:n kautta. Näin pystymme palvelemaan jäseniämme jatkossa paremmin.

Huomio! Tilaisuus on tarkoitettu vain RS Majoranin jäsenille, osallistumismaksu on 2 euroa. Maksu maksetaan juhlassa. Mukaan juhlimaan mahtuu sata ensimmäistä.

TERVETULOA MUKAAN!

Tilaa Majoran- ja hevosaiheinen seinäkalenteri vuodelle 2017!

RS Majoran on suunnitellut seinäkalenterin vuodelle 2017. Seinäkalenteriin on kuukausittain valittu kuva seuran tapahtumista ja tallin hevosista, joka sopii ajankohtaan ja RS Majoranin tapahtumarytmiin. Kalenteriin on merkitty valmiiksi seuran tapahtumapäivämääriä (ne jotka ovat kalenteria tehdessä tiedossa), joten sinun ei tarvitse itse kirjata niitä ylös :) Kalenteriin on merkitty myös liputuspäivät ja muut juhlapäivät.

Seinäkalentereita myydään ensimmäistä kertaa seuran pikkujouluissa 26.11., jossa voit lunastaa niitä itsellesi käteisellä 12 €:n hintaan, ilman ennakkotilausta - varaathan tasarahan!

Kalenterin voi myös tilata ennakkoon nettisivujen tilauslomakkeen kautta, jos haluaa varmistaa kalenterin saamisen. Etukäteen kalenterinsa tilanneet saavat pikkujouluissa kalenterinsa ensin. Mikäli kalenteria ei pääse pikkujouluissa ostamaan, voi sellaisen tilata myös nettilomakkeen kautta ja noutaa tallilta sovittuna ajankohtana. Teemme kalenterista tarvittaessa täydennystilauksen tilausajan päätyttyä.

Kun tilaat kalenterin netin kautta, maksa se seuran tilille, tilinro FI12 1013 3000 1313 49. HUOM! Muista käyttää maksaessasi viitettä 1313. **Tee tilaus ja maksa maksu viimeistään torstaina 1.12.2016!**

Seinäkalenterissa on käytetty Sara Pajusen, Maiju Kaarsalo-Koskelan, Sofia Sinisalmen ja Maija Virtasen kuvia. Lisätietoja kalenterista antaa Maija Virtanen, p. 040 836 7117 tai maija.virtanen@gmail.com (kaksi i:tä etunimessä). Tilauslomakkeen löydät Majoranin internetsivuilta osoitteesta www.ratsastusseuramajoran.sporttisaitti.com

Vuoden 2017 ensimmäiset kilpailut sunnuntaina 12.2.

Vuoden 2017 ensimmäiset seurakilpailut järjestetään sunnuntaina 12.2.2017. Ratsastettavat luokat ovat: Rataesteet: 60 cm (367.1), 80 cm (367.1) ja kouluratsastus: Helppo C E1 (kaikki), Helppo BA1 a) poniratsastajat + juniorit, b) seniorit

Koko vuoden 2017 kalenteri julkaistaan viimeistään tammikuussa, kunhan saamme asioita valmiiksi. Joka tapauksessa ensi vuonna ohjelmassamme ovat tutusti kahdeksat seurakisat yhdeksänä päivänä (kesäkisat ovat kaksipäiväiset). Seurakisojen luokkia julkaisemme lyhyemmissä jaksoissa, emme siis koko vuotta kerrallaan, jotta pystymme paremmin vastaamaan kysyntään, siis mihin luokkiin ennakoimme olevan tulijoita. Koko vuoden seurakisojen päivämäärät toki lyödään lukkoon kerralla.

Alkuvuoden tapahtumista pari huomiota: Majoran-viikko järjestetään 6.-10.3.2017. After riding – tilassa on tuolloin mm. hevostavaroiden kirpputori (laitahan tavaroita talteen!), lisätietoa luvassa lähempänä. Myös ensi vuonna järjestämme seuran tapahtumia vain seuran jäsenille. Seurakisat ovat jatkossakin avoimia myös ei-jäsenille, mutta he maksavat tuttuun tapaan korotetun lähtömaksun.

Tällä hetkellä RS Majoranilla on n. 325 jäsentä. Vuonna 2016 RS Majoranin jäsenenä olleille vuoden 2017 jäsenmaksut postitetaan automaattisesti tammikuussa, sinun ei tarvitse tehdä sitä ennen mitään. Vuoden 2017 jäsenkortit postitetaan vuoden toisen Hippos-lehden mukana maaliskuun puolivälissä jäsenmaksunsa alkuvuodesta maksaneille täysjäsenille. Lehtiajon jälkeen maksaneet sekä perhejäsenet saavat korttinsa erikseen maaliskuun loppupuolella. Lisävakuuuslasku lähetetään automaattisesti kaikille jäsenille jäsenkortin mukana. Vapaaehtoinen lisävakuuus kattaa liiton perusjäsenvakuutusta laajemmin ratsastukseen liittyviä tapaturmia.

Jos et ole jäsen ja haluat liittyä seuraan, täytä jäsenmaksulomake internetissä osoitteessa www.ratsastusseuramajoran.sporttisaitti.com (seura-> Jäsenasiat-> Liity jäseneksi). Lomakkeita löytyy myös ylätallista seuran ilmoitustaulun vierestä, hopeanvärisen postilaatikon kyljestä. Seuran jäsensihteeri on Elina Nurmi (aino.elina.nurmi@gmail.com ja puh. 040-534 1504). Jos haluat päättää RS Majoranin jäsenyyden, kerrothan siitäkin Elinalle!

Muistutus raipan käytöstä seurakisoissa

Täsmensimme seurakilpailujen sääntöjä ja kisaohjeita 1.6.2015 alkaen raipan ja kannusten käytön osalta. Taustalla on ajatus, ettei kannuksia ole pakko käyttää ja kisojen valvovan opettajan luvalla raippa voi olla radallakin mukana. Seuraavassa vielä muistutuksena poiminta sääntökohdasta. **Raipan käytöstä tulee siis sopia etukäteen!** Kannattaa myös muistaa, että koulutuomari saattaa rinnastaa raipan käytön maiskuttamiseen eli vähentää pisteitä. Raippa saa olla siis etukäteen sovittuna radalla

mukana, mutta sitä ei voi/kannata ilman muuta käyttää suorituksen aikana. Säännöt löytyvät kokonaisuudessaan <http://ratsastusseuramajoran.sporttisaitti.com/kilpailut/seurakilpailujen-saannot/>

KILPAILUASU JA HEVOSEN VARUSTEET

Ratsastajalta edellytetään siistiä ratsastusasua

- ✓ Päivitetty: Normaalitylanteessa koululuokissa raippaa ei saa käyttää kilpailusuorituksen aikana, lukuun ottamatta ryhmäkoululuokkia ja kisojen valvovan opettajan antamaa poikkeuslupaa. Lämmittelyssä raippaa saa käyttää, mutta se pitää jättää pois verryttelyalueelta poistuttaessa.

Kisojen valvovan opettajan poikkeusluvalla ratsastaja voi käyttää raippaa kisaradalla myös yksilöluokissa. Keskustele opettajan kanssa asiasta. Päätös raipan mukanaolosta voidaan opettajan luvalla tehdä myös vasta kisaverryttelyn aikana, vasta ennen kisaradalle menoa. Ratsastajalla tulee olla käsineet, mutta kannusten käyttäminen on vapaaehtoista.

- ✓ Seuramestaruuskisoissa säännöt pysyvät ennallaan eli ratsastajalla tulee olla kannukset, muttei raippaa.

Muita asioita:

- Seurakisoihin ilmoittaudutaan edelleenkin aikajärjestyksen varmistamiseksi ilmoitustaulun listoihin. Kisoihin voi myös ilmoittautua tekstiviestitse tietynä, ennakkoon ilmoitettuna ajankohtana. Muiden tapahtumien ilmoittautumiset tehdään jatkossa seuran internetsivujen kautta www.ratsastusseuramajoran.sporttisaitti.com. Sivuilla kannattaa käydä säännöllisesti muutenkin, niitä päivitetään ahkerasti! Tietoja tapahtumista päivitetään edelleen myös ilmoitustaululle, mutta ilmoittautuminen tehdään siis ilmoittautumislomakkeella internetsivuilla. Etusivulle lisätään linkit lomakkeisiin eli ne löytyvät sivuilta helposti.

- Vuonna 2016 on jatkettu edellisen vuoden ahkeruusteemaa, palkitaan kuukausittain yhdessä Leppävaaran ratsastuskoulun kanssa kuukauden ahkera. Kuukauden ahkera on ihminen, joka tallilla ollessaan tekee paljon, on reipas, auttaa, taluttaa, huomioi muita ja tuo tallille hyvää mieltä. Tammikuun ahkeraksi valittiin Malin Kosonen, helmikuun valinta Anni Happonen ja maaliskuun Kaisa Lehto, huhtikuun Emma ja Anna Metsäniemi, toukokuun Sari Nurmi, kesäkuun Jenni Ek, heinäkuun Elina Ilkka ja Oona Welander, elokuun Oona Kaippio, syyskuun Sara Haanpää ja lokakuun Laura Ahlblad. Kuukauden ahkerat saavat diplominsa pikkujouluissa.

- Elisa Kankkunen osallistui (Milja Koskelan oli myös tarkoitus osallistua, mutta hän sairastui) Horse Show'n yhteydessä järjestettyyn seurojen nuorisovastaavien päivään ja Horse Show-ilta Helsingissä 21.10. Tapahtumassa seurojen nuorisovastaavat tutustuivat toisiinsa ja jakoivat kokemuksiaan.

- Ratsastuksenopettajat Martina Keskinen ja Tuija Rahkamaa osallistuivat 19.10. Anne Hyttisen pitämään Liikkuva Ratsastaja –koulutuksen toiseen osaan Helsingissä. Viime syksynä he kävivät kurssin ensimmäisen osan. Tämän syksyn koulutuksessa syvennyttiin erityisesti ohjaamiseen ja käytännön tehtäviin. Teoriaopintojen lisäksi kurssilla tehtiin myös liikunnallisia harjoituksia.

- Muistutus alkuvuonna päivitetystä Suomen Ratsastajainliiton (SRL) merkkisuoritusten säännöstä, jonka mukaan merkkejä voivat suorittaa ainoastaan ratsastusseurojen täys- tai perhejäsenet tai Green Card -jäsenet. SRL:llä on eritasoisia ratsastus- ja hevostaitomerkkejä niin vasta-alkajille kuin jo hevosharrastuksessa pidemmälle ehtineillekin. Merkkien tarkoituksena on antaa tavoitteita ratsastuksenopetukseen ja hevostaitojen harjoitteluun, kohottaa hevosten ja harrastajien ratsastuksen ja hevostaitojen tasoa sekä olla saavutetun taidon todisteena. Ratsastusseura Majoran kustantaa jäsenilleen sekä ratsastus- että harrastemerkit, ne jaetaan vuosittain pikkujouluissa. Green cardilaisten suoritustiedot toimitetaan SRL:ään ja suorittajat voivat itse hakea ja maksaa merkin. Ei-jäsenet eivät voi suorittaa merkkejä.

- Tietoa seuran tapahtumista löytyy RS Majoranin internetsivuilta. Tapahtumakalenteri-alasivulta (<http://ratsastusseuramajoran.sporttisaitti.com/tapahtumakalenteri/>) näkee tulevien tapahtumien päivämääriä joko excel-muotoisesta kalenterista, sivun listasta tai klikkailemalla sivun oikeassa laidassa kunkin tapahtuman kohdalla nettikalenterissa.

- Huhtikuun kilpailuissa otettiin käyttöön ratsastuskoulun aloitteesta käytäntö, että tehoryhmäläiset saavat osallistua tavallisissa seurakisoissa kahteen luokkaan, mikäli tilaa jää ja hevosjako sen sallii. Opettajat katsovat tilanteen ilmoittautumisajan päätyttyä. Tällä järjestelyllä halutaan antaa tavoitteellisille ratsastajille mahdollisuus kilpailla enemmän ja erilaisilla ratsuilla. Toisesta startista (merkitty lähtö- ja tuloslistoihin tähdellä *) ei saa Majoran Cup -pisteitä, mutta suorituksesta voi saada kvaalin kvaalaussääntöjen mukaisesti.

- RS Majoran järjestää kahdeksat seurakilpailut eli kilpailuharjoitukset vuosittain. Niissä on eritasoisia luokkia, niihin voivat osallistua Leppävaaran ratsastuskoululla kausikortilla ratsastavat jäsenet, myös ei jäsenet. Olemme kirjanneet ison liudan dokumentteja kilpailemisen aloittamista ja ylipäänsä kilpailemista helpottamaan. Ne löytyvät kootusti osoitteesta <http://ratsastusseuramajoran.sporttisaitti.com/kilpailut/>

Sieltä löytyy mm. tietoja seurakisoihin liittyen, ohjeita seurakisojen talkootehtäviin liittyen, seurakilpailujen säännöt, vinkkejä kouluradalle, asiaa kisaratsujen jaosta, mestaruuskisoihin kvaalaussäännöt, esteiden uudistettu taitoarvostelulomake, jne. Jos mieleesi tulee mitä tahansa kysyttävää, lähestythän rohkeasti hallituksen jäseniä!

- Valtakunnallinen liikuntajärjestö Valo ry on koonnut kattavasti liikkuja, vanhempia, seuroja, kouluja ja muita toimijoita koskettavia dokumentteja sivuilleen, ne löytyvät osoitteesta <http://www.sport.fi/kirjasto>. Osa materiaaleista on tehty urheiluseuroja ja järjestäjiä silmällä pitäen, mutta niistä voi olla hyötyä myös "tavalliselle" liikkujalle. Seuraavaan olemme poimineet Valon sivuilta poimittuja dokumentteja, joista voi olla iloa ja hyötyä, kenelle tahansa. Niistä on tehty koonti RS Majoranin internetsivuille, ne löytyvät mm. Ajankohtaista-palstalta ja Seura-alasivulta osoitteesta: <http://ratsastusseuramajoran.sporttisaitti.com/seura/valo-ry-n-materiaaleja-liikkumis/>

- Suomen Ratsastajainliitto (SRL) julkaisee joka kuukausi sähköiset seura- ja jäsentiedotteet. Ne löytyvät kootusti Majoranin sivuilta osoitteesta <http://ratsastusseuramajoran.sporttisaitti.com/seura/srl-n-seura-ja-jasentiedotteet/>

- Ratsastuskouluun on tullut useita uusia ratsuja edellisen vuoden aikana, toiveenamme on saada hevos- ja poniesittelyt ajan tasalle. Siispä te hoitajat, joiden hoidokkien esittelyä ei ole tai se on vanhentunut, pyydämme ahkerointia! Jutun ei tarvitse olla valmis, ranskalaisin viivoin listatut tiedotkin riittävät. Tietoja/juttua voi laittaa osoitteeseen Elisa Kankkuselle (huom! uusi päivittäjä) elisa.kankkunen@elisanet.fi. Kuvia voi lähettää www-vastaava-Maijalle, os. maiija.virtanen@gmail.com (Huom! kaksi i-kirjainta etunimessä)

- RS Majoranilla on facebookissa oma ryhmänsä ja seura on myös Instagramissa @ratsastusseura.majoran RS Majoranin facebook-sivuilla on vuoden alusta lähtien julkaistu viikkotiedotta ajankohtaisista asioista. Liity mukaan!

- Hallituksen yhteystiedot löytyvät sekä internetistä seuran sivuilta osoitteesta www.ratsastusseuramajoran.sporttisaitti.com -> Seura -> Hallitus että ilmoitustaululta ylätallin satulahuoneesta. Jos sinulla on ajatuksia ja/tai toiveita seuran toimintaan liittyen, kerrothan niistä jollekin hallituslaiselle!

Talvisin hevosterveisin,

RS Majoranin hallitus

 **HippoSport**
www.hipposport.fi