

# NOUSE

## RATSAILLE

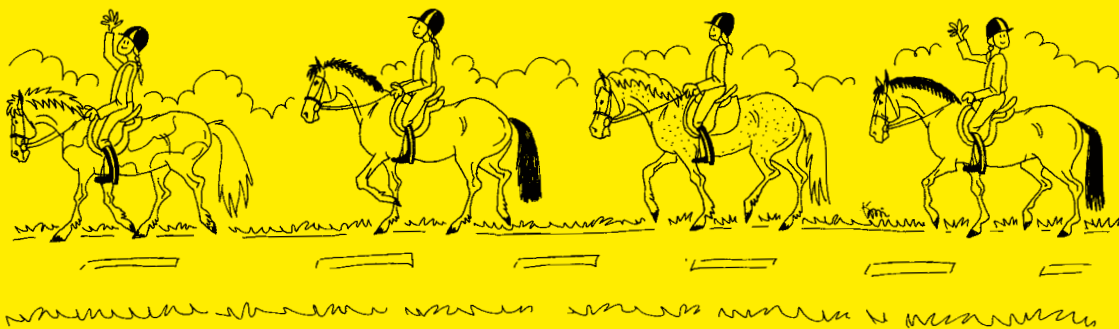
# HEVONEN LIIKENTEESSÄ

## Kun kohtaat hevosen 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:

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





# TERVETULOA

## RATSASTUKSEN MAAILMAAN!

Toivottaa: Suomen Ratsastajainliitto ry

---

© Suomen Ratsastajainliitto ry 2014, päivitys 2019

Teksti: Hanna Talvitie. Hevostaito-osuus on pääosin tiivistetty Hevostaito-oppaan (SRL 2013) perushoitoosasta. Ratsastusosuudessa on käytetty lähdeaineistona sekä osittain suorina lainauksina Ratsastajan käsikirjaa (SRL 2014). Soveltuvien osien on hyödynnetty myös Ratsastavan lapsen vanhempainopasta (SRL 2014) ja Ratsaille –julkaisua (SRL 2012).

Kansikuvassa: Erika Hermunen ja Golden Star II, kuvaaja: Kiia Kuokka, <http://tunturiharakka.net>

Kuvitus: Eeva-Liisa Penttilä

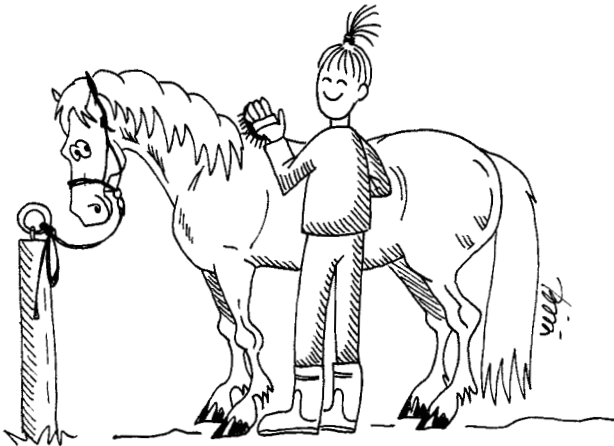
Taitto: Milla Saarikko

Allprint Oy 2019

ISBN 978-952-6695-07-5

# Sisällys

Iloa ratsastuksesta! _____	6
Harrastuksen aloittaminen _____	7
Miten valita sopiva talli? _____	9
Turvallisuuteen panostetaan _____	10
Vakuutukset kuntoon _____	11
Tallisäännöt _____	12
Ratsastusvarusteet –alkuun pääsee ilman hankintoja _____	13
Kustannukset _____	15
Tallin tilat ja henkilökunta _____	16
Hevonen eläimenä _____	18
Hevostaidot ja hevosen hoitaminen _____	20
Kiinni sitominen _____	22
Harjaaminen _____	24
Kavioiden puhdistus _____	26
Satulointi _____	28
Suitsiminen _____	30
Hevosen hakeminen tarhasta/laitumelta _____	32
Taluttaminen _____	32



<b>Ratsastus</b>	<b>34</b>
Ratsastustunnin kulku	34
Jalustinhihnoin säätäminen	36
Ryhmässä ratsastus	37
Hevosien selkään nouseminen ja selästä laskeutuminen	37
Apujen käyttö	39
Painoapu ja istunta	40
Pohjeavut	41
Ohjasavut, ohjien pito ja ohjaaminen	41
Apujen tehosteet: ääniavut ja raippa	42
Askellajit	42
Keventäminen	43
Siirtymiset askellajista toiseen	44
Ratsastusradan tiet	45
<b>Monipuolinen liikunta, alku- ja loppuverryttelyt</b>	<b>46</b>
<b>Jokainen voi vaikuttaa tallin ilmapiiriin</b>	<b>47</b>
<b>Ratsastavat lapset ja vanhempien rooli</b>	<b>48</b>
<b>Ratsastusseurojen toiminta ja jäsenyys</b>	<b>49</b>
<b>Green Card –jäsenyys</b>	<b>50</b>
<b>Harrasteratsastajan polku</b>	<b>51</b>
<b>Ratsastus- ja hevostaitomerkit</b>	<b>52</b>
<b>Valmentautuminen ja kilpaileminen</b>	<b>53</b>
<b>Harrastuksen syventäminen</b>	<b>54</b>
<b>Suomen Ratsastajainliitto ry</b>	<b>55</b>
<b>Nettisivuja</b>	<b>56</b>
<b>Kirjallisuutta</b>	<b>56</b>
<b>Perussanasto</b>	<b>57</b>

# Iloa ratsastuksesta!

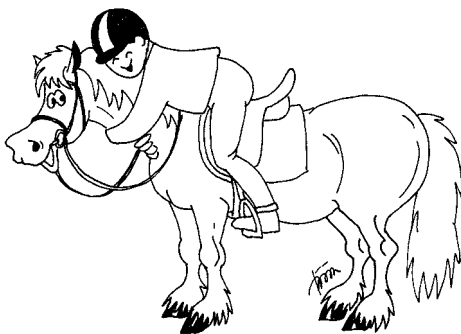
Tervetuloa mukaan uuteen harrastukseen! Ratsastus on erityinen liikuntalaji, koska sitä harrastetaan yhdessä elävän ”harrastusvälineen”, hevosen, kanssa. Tärkeintä onkin kiinnostus tähän harrastuskumppaniin – halu oppia tuntemaan ja ymmärtämään hevosia sekä toimia niiden kanssa. Hyötyä on myös hyvästä tasapainosta, liikunnallisuudesta ja rohkeudesta oppia uutta.

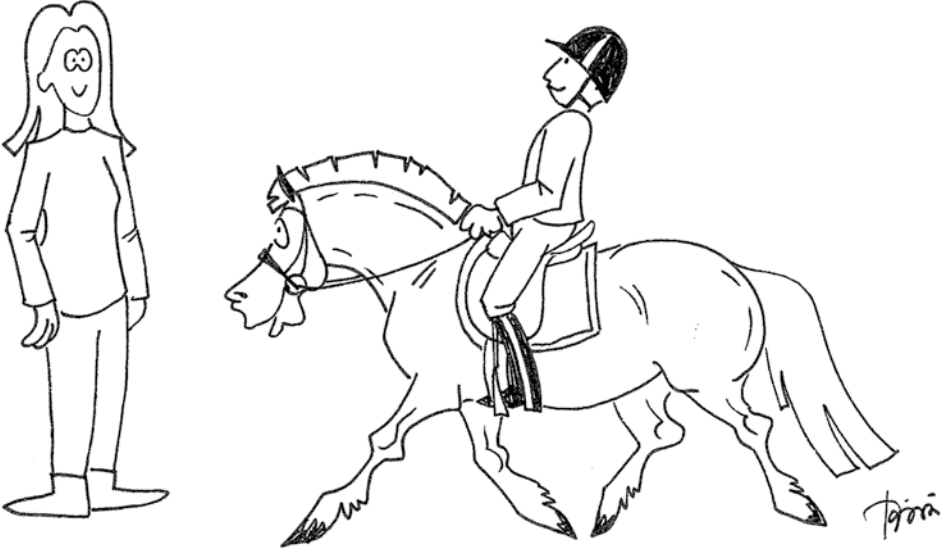
Harrastuksena ratsastus on luonnonläheinen, tasa-arvoinen ja monipuolinen liikuntamuoto, joka sopii kaikille ikään ja sukupuoleen katsomatta. Se voi olla mukavaa ajanviettoa ja mielen virkistystä tai tavoitteellista kilpaurheilua. Ratsastaa voi ympäri vuoden maaseudulla ja kaupungeissa sekä ulkona luonnossa että ratsastushallin suojassa. Ratsastusta voi harrastaa perheen ja ystävien kanssa tai yksin. Oman innostuksen, mahdollisuuksien ja ajankäytön mukaan tallille voi mennä kerran-pari kuussa tai sitten vaikka joka päivä. Ratsastuksessa on myös paljon eri lajeja, joista jokaiselle löytyy mieleinen. Ratsastus voi olla harrastus muiden joukossa

tai elämäntapa. Mahdollisuuksia on siis monia!

Tämän oppaan tarkoituksena on antaa perustietoa ratsastusharrastusta suunnitteleville tai sen hiljattain aloittaneille. Hevosia hoitamaan ja ratsastamaan ei opi pelkästään oppaita lukemalla, mutta teoriatieto voi auttaa asioiden sisäistämässä sekä käytettyjen termien ymmärtämisessä. Toisaalta jotkut asiat ovat sanallisesti kerrottuina monimutkaisemman kuuloisia kuin mitä ne käytännössä ovatkaan. Ennakkotieto asioista tuo lisää varmuutta ja rentoutta, joita ratsastuksen oppimiseen ja hevosten kanssa toimimiseen tarvitaan.

***Oppaan opit soveltuvat ratsastuksen perustaitovaiheeseen. Taitojen karttuessa perustaidoissakin riittää hiottavaa ja yksityiskohtaisempaa opittavaa. Kannattaa myös huomioida, että eri talleilla on voi olla erilaisia tapoja toimia samoissa tilanteissa, jolloin noudatetaan juuri sillä tallilla käytössä olevaa tapaa.***





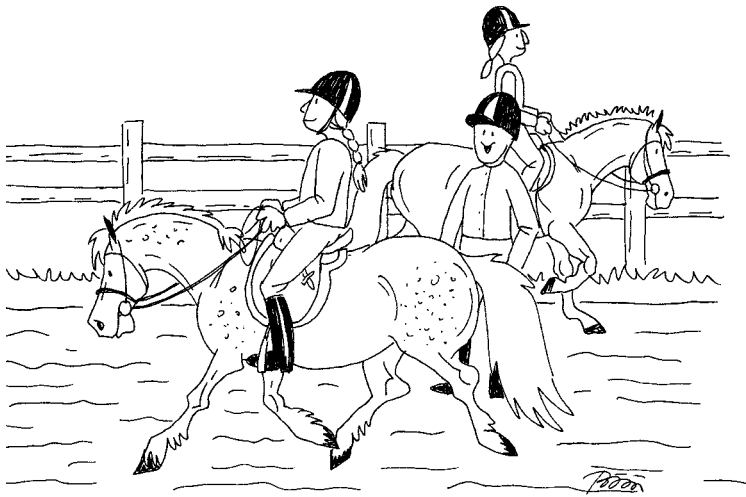
## Harrastuksen aloittaminen

Ratsastukseen pääsee tutustumaan esimerkiksi talutusratsastuksessa. Niitä järjestetään erilaisten tapahtumien yhteydessä sekä useimmilla ratsastuskouluilla. Pääkohderyhmänä talutusratsastuksissa ovat lapset, mutta jos paikalla on isompia hevosia, mikään ei estä aikuistakaan nousemasta selkään. Talutusratsastuksessa ei kuitenkaan vielä opetella ratsastamaan, vaan lähinnä tutustutaan hevosen selässä olemiseen.

Varsinainen ratsastuksen opettelu aloitetaan alkeiskurssilla. Joillain talleilla on mahdollista kokeilla ratsastusta yksittäisellä tunnilla ennen alkeiskurssille ilmoittautumista.

***Alkeiskurssin kesto on noin 10-20 tuntia, ja se käydään yleensä läpi ratsastamalla tunnin ajan kerran viikossa. Kurssit alkavat tyypillisesti loppukesällä/alkusyksystä tai vuodenvaihteen jälkeen. Loma-aikoina on tarjolla myös alkeisleirejä.***

Alkeiskurssin alaikäraja on yleensä seitsemän tai kahdeksan vuotta, sen sijaan yläikärajaa ei ole. Osalla talleista lapsille ja aikuisille järjestetään omat alkeiskurssinsa, osalla erikäiset ratsastavat samassa ryhmässä. Joillain talleilla järjestetään mini-/



talutustunteja lapsille, jotka ovat vielä liian nuoria alkeiskurssille. Näillä tunneilla pääpaino on ponin ja lapsen mukavassa yhdessäolossa ilman suoritusvelvoitteita. Oppiminen tunneilla tapahtuu leikin varjolla.

***Alkeiskurssilla opetellaan ratsastuksen perusasioita kuten istuntaa, kääntämistä, pysähdyksiä ja eri askellajeissa ratsastamista. Alkeiskurssin jälkeen edetään jatkokurssille. Taitojen kasvaessa siirrytään opettelemaan erilaisia kouluratsastusliikkeitä sekä este- ja maastoratsastusta. Kehittymisessä suuri osuus on omilla tuntemuksilla: oppiminen tapahtuu vain rentouden ja itsevarmuuden kautta. Joku laukkaa alkeiskurssin loppuksi, toista se saattaa pelottaa vielä parin vuoden ratsastuksen jälkeenkin. Hyvä ratsastus ei ole sama asia kuin vaikeiden asioiden tekeminen.***

Ratsastus sopii liikuntaharrastukseksi myös isokokoisemmille. Normaali käytäntö on, että talliyrittäjä tiedustellee pituutta ja painoa ratsastustunnin tai -kurssin varauksen yhteydessä. Osa talleista on asettanut painorajoituksia, jotka on määritelty huomioiden heillä käytössä olevat hevoset. Yksiselitteisiä kilorajoja on kuitenkin hankalaa antaa, sillä painon lisäksi hevosvalintaan vaikuttavat esimerkiksi ratsastajan kehonhallinta, tasapaino, fyysinen kunto ja ratsastustaidot sekä hevosen koko, rakenne, ikä, koulutustaso ja terveydentila. Ammattilaiset tekevät arviot hevosvalinnoista näiden perusteella asiakaskohtaisesti.

Jos sinulla tai harrastuksen aloittavalla 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 toimimalla opettaja voi huomioida paremmin kunkin ratsastajan yksilölliset tarpeet.



# Miten valita sopiva talli?

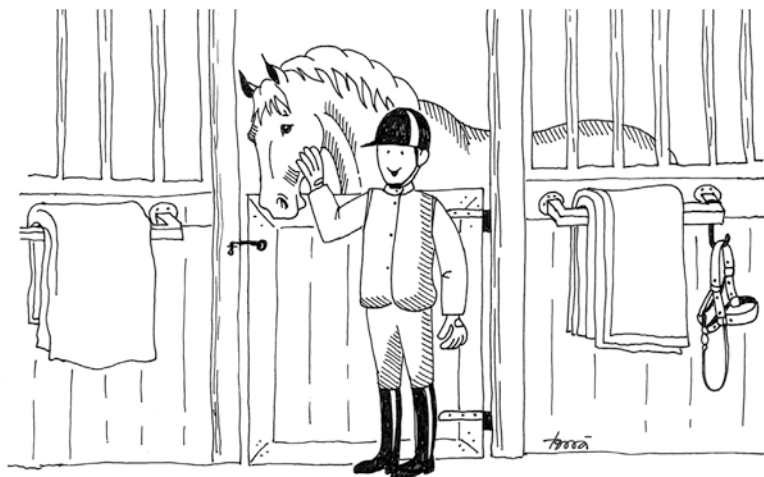
On tärkeää, että ratsastusta opettaa alkuvaiheessa ammattitaitoinen ratsastuksenopettaja tai -ohjaaja opetuskäyttöön sopivilla hevosilla. Väärin opitut tavat on työlästä unohtaa, ja aloittelijoille sopimattomien hevosten käyttö muodostaa turvallisuusrisikin. Ratsastuspalveluja tarjoavia yrityksiä on Suomessa paljon. Suomen Ratsastajainliitolla on jäsentalleja yli 400 ympäri Suomen. Jäsentalleilla on koulutettu henkilökunta, sopivat opetushevokset ja turvalliset puitteet ratsastamiselle ja harrastamiselle.

**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

*Kaikki SRL:n jäsentallit löytyvät netissä olevasta tallihakurista. Hakurilla voi etsiä sopivaa tallia esimerkiksi paikkakunnan tai tallin tarjoamien palveluiden perusteella. Tallihaku: [www.ratsastus.fi/tallihaku](http://www.ratsastus.fi/tallihaku)*

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. SRL:n jäsentalleilla opetusryhmien enimmäiskoko on yhdeksän ratsastajaa ohjaajaa kohden.





## 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 henkilökunnan ohjeita on noudatettava koko tallialueella. Aloitteleva ratsastaja ei välttämättä itse

huomaa kaikkia turvallisuusriskejä, joten annetut ohjeet on syytä kuunnella tarkasti. Ratsastajan sekä hevosen varusteiden tulee olla asianmukaisia.

Täysin turvalliseksi ratsastusta ei voi koskaan saada. Selästä putoaminen on todennäköisesti edessä ennemmin tai myöhemmin. Yleensä seurauksena on pelkkä säikähdys, mutta putoamiseen sisältyy myös loukkaantumisriski. Loukkaantumisriskiä voi pienentää käyttämällä turvavarusteita, joista yleisimmät ovat turvakypärä ja turvaliivi.

# Vakuutukset kuntoon

***SRL:n jäsentalleilla alkeiskurssien ja yksittäisten tuntien ratsastajat on vakuutettu satunnaisratsastajien tapaturmavakuutuksella.***

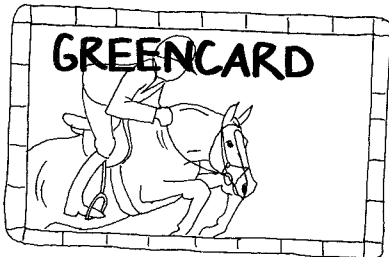
***Säännöllisesti SRL:n jäsentalleilla ratsastavien on oltava ratsastusseuran jäseniä tai heillä on oltava green card tai green card plus -vakuutuskortti.***

***Kaikkiin kuuluu tapaturmavakuutus, joka on voimassa aina hevosia hoitaessa ja harrastettaessa ratsastusta sekä välittömällä matkoilla tallille ja tallilta pois. Tapaturmavakuutuksessa ei ole omavastuuta.***

Kaikilla SRL:n jäsenillä ja Green Card -vakuutetuilla on mahdollisuus hankkia lisäksi vapaaehtoinen laajennettu vakuutusturva.

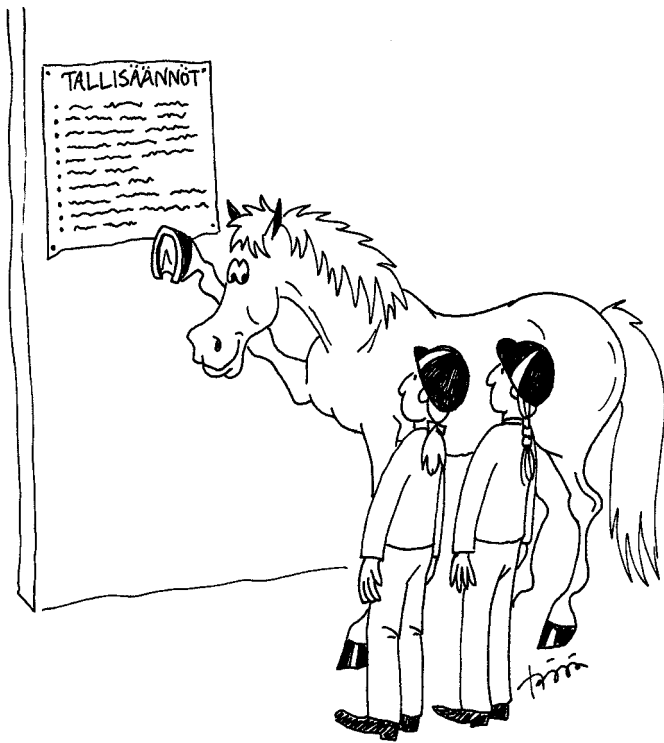
**Lisätietoja vakuutuksista osoitteesta [www.ratsastus.fi/jasenelle](http://www.ratsastus.fi/jasenelle)**

Ratsastusseurajäsenyyteen ja green card plus -vakuutuskorttiin kuuluva vakuutus on voimassa myös muilla kuin SRL:n jäsentalleilla. Jos sinulla on oma tapaturmavakuutus, kannattaa tarkistaa, korvaako vakuutus myös ratsastusharrastuksessa ja hevosenhoitotilanteissa sattuneet vahingot. Ratsastusseurajäsenyyteen kuuluva vakuutus kattaa harrastamisen myös näissä paikoissa.



## TALLISÄÄNNÖT

Talleilla on olemassa säännöt, joita on noudatettava turvallisuuden sekä ihmisten ja hevosten viihtyvyyden takia. Säännöt ovat voimassa koko tallialueella ja koskevat kaikkia siellä liikkuvia. Perussäännöt ovat samat kaikilla talleilla. Jokaisella tallilla on myös omia, tallikohtaisia sääntöjä. Useimmiten säännöt ovat luettavissa tallin ilmoitustaululla.



### **Tallin sääntöjä**

- Talli on hevosen koti. Tallialueella käytäydytään asiallisesti ja rauhallisesti eli välttämällä esimerkiksi juoksemista ja huutamista.
- Karsinoihin ja tarhoihin ei saa mennä ilman lupaa.
- Kaikkiin hoitotoimenpiteisiin on oltava lupa hevosen omistajalta tai tallihenkilökunnalta. Hoitaminen tapahtuu sovittuja ohjeita noudattaen.
- Tavarat pidetään siististi omilla paikoillaan. Muualla ne ovat tiellä ja voivat rikkoontua sekä aiheuttaa vaaratilanteita.
- 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. Useimmilla talleilla makupalojen antaminen on kokonaan kielletty.
- Hevosille tulee antaa ruokarauha.
- Tallialue ei ole leikkipaikka.
- Lastenvaunut ja koirat eivät kuulu hevosten lähetyville.

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

# 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.

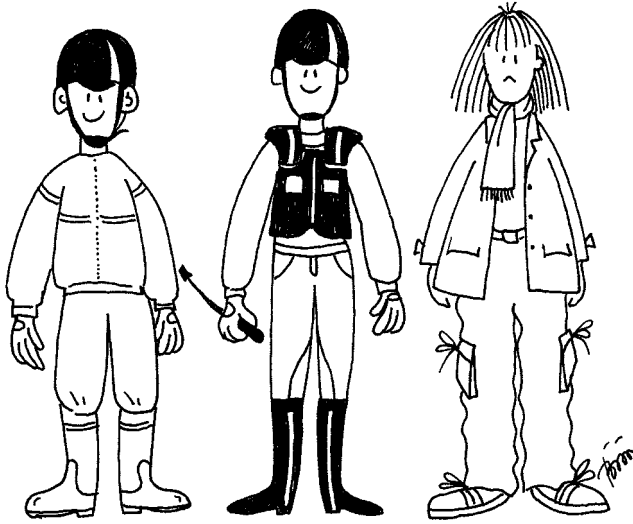
Tallille pukeuduttaessa tärkeintä on käytännöllisyys ja turvallisuus. Tallille sopivat kengät ja vaatteet ovat vettä ja likaa hylkiviä. Vaatteet eivät saa estää liikkumista eli niiden tulee olla sopivankokoiset ja mukavat.

Pukeutumisessa on huomioitava sääolosuhteet erityisesti, kun ratsastetaan maastossa tai ulkokentällä. Monissa paikoissa talvisin ja huonoilla ilmoilla tunnit ovat ratsastushallissa eli maneesissa, mutta yleensä nekään eivät ole lämmitettyjä. Lisäksi tallit pidetään hevosten hyvinvoinnin takia suhteellisen viileinä. Näistä syistä kylmällä säällä on pukeuduttava riittävän lämpimästi. Kerrospukeutuminen on kätevää, koska vaatekerroksia voi vähentää tai lisätä aina tilanteen mukaan. Lämpimällä säällä kannattaa pukeutua melko varhain talonmukaisiin vaatteisiin, jolloin opettaja näkee istunnan paremmin.

Käsineet täytyy pitää kädessä aina taltuttaessa ja ratsastaessa. Käsineet estävät hiertymiä, ja niillä saa pitävän otteen riimunnarusta ja ohjista. Tallikäyttöön sopivimpia ovat näppylähanskat ja nahkavahvikkeiset ratsastushanskat.

***Kypärä on varusteista tärkein. Se pidetään päässä aina ratsastettaessa, ja sen käyttö on suositeltavaa myös hevosia hoitaessa. Kypärän on oltava sopivan kokoinen, se ei saa hölskyä eikä kiristää. Harrastuksen alkuvaiheessa kypärän voi useilla talleilla lainata tunnin ajaksi. Ennen ostamista kannattaa sovittaa montaa eri mallia, sillä ihmisten pään muodot vaihtelevat melkoisesti. Leukahihna on pidettävä kiinni ja kypärää on käsiteltävä varovasti. Mikäli kypärään on kohdistunut kova isku, on se vaihdettava uuteen. Kypärän suojaava rakenne on voinut vaurioitua, vaikka kypärä päällisin puolin näyttää ehjältä.***

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 ja yleensä vahvistettu varvasosa. Niiden kanssa on suositeltavaa käyttää jalkaa tukevia minichapseja tai saappaanvarsia. San-



daaleja tai muita avoimia kenkiä ei tule käyttää hevosten kanssa toimittaessa.

Housuiksi käyvät joustavat housut. Ratsastettaessa on huomioitava, ettei housuissa ole hankaavia saumoja, liukasta kangasta eikä ylösnousevia lahkeita. Varsinaisissa ratsastushousuissa on jalan sisäpuolella paikat, jotka lisäävät pitoa satulassa.

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. Raiipan saa yleensä lainaksi tallilta, jos sitä tarvitaan.

Tallipukeutumisessa on vältettävä kaikkea, mikä voi tarttua, kiristyä tai jäädä kiinni esimerkiksi pudotessa. Kotiin siis jätetään roikkuvat kaulahuivit, korut ja huput. Hevoset saat-

tavat myös pelästyä lepattavia tai kahisevia vaatteita. Pitkät hiukset pidetään tallilla kiinni.

Ratsastusvarusteita voi hankkia alan erikoisliikkeistä, maatalouskaupoista, isommista tavarataloista sekä verkokaupoista. Asiantuntevien liikkeen myyjät osaavat auttaa sopivien varusteiden hankkimisessa. Neuvoja voi kysyä myös kokeneemilta harrastajilta tai ratsastuksenopettajilta. Ilmoitustauluilta, hevosalan lehdistä tai internetin myyntipalstoilta voi löytää myös käytettyjä, mutta käyttökelpoisia varusteita. Huom. Turvakypärä pitää aina ostaa uutena, sillä käytetyn kypärän kuntoa ei voi varmuudella tietää.

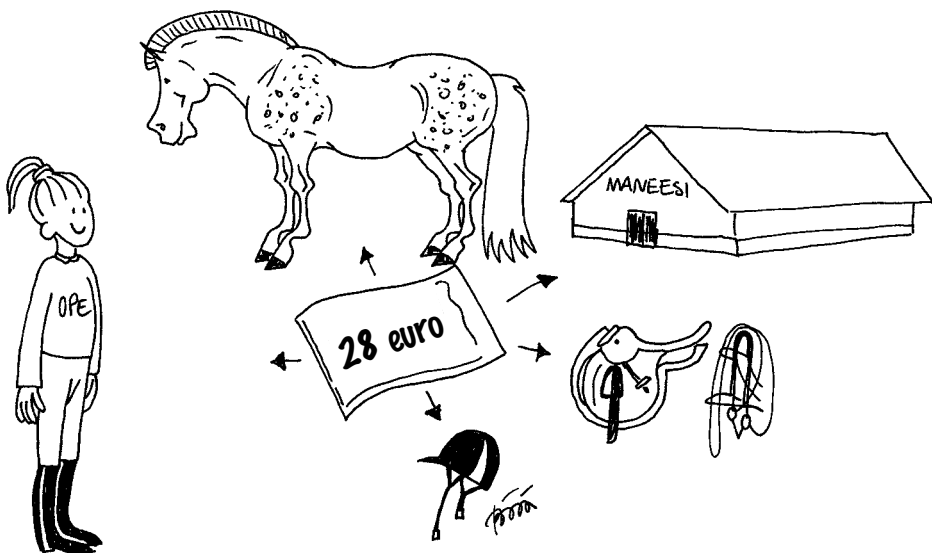
Samoilla vaatteilla ei saa käydä monilla eri talleilla, koska hevosilla saattaa olla tarttuvia sairauksia, jotka leviävät vaatteiden ja kenkien välityksellä. Tallinvaihtojen välissä vaatteet ja kengät on joko vaihdettava tai pestävä ja puhdistettava.

# Kustannukset

Ratsastustunnin hintaan sisältyy opetus, hevosen käyttö, usein mahdollisuus hoitaa hevosta ennen ratsastustuntia tai sen jälkeen, ratsastukseen käytettävien tilojen vuokra sekä hevosten varusteiden ja mahdollisesti myös ratsastajan varusteiden (kypärä, raippa, turvaliivi) lainaus. Ratsastustunnin keskihinta Suomessa on noin 28 euroa, Uudellamaalla ja erityisesti pääkaupunkiseudulla enemmän, muualla Suomessa hieman vähemmän. Lisäksi ratsastajalle aiheutuu kustannuksia ratsastusseuran jäsenyydestä tai Green Card / Green Card Plus -vakuutuskortista, varustehankinnoista sekä mahdollisesta muuta toiminnasta kuten ratsastusleireistä ja -kursseista sekä retkistä. Ratsastusharrastuksen kustannuksiin voi vaikuttaa itsekin, sillä esimerkiksi

harrastuskertojen määrä on vapaammin päätettävissä kuin monissa muissa harrastuksissa ja kilpaileminen ei ole pakollista.

***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.***



# Tallin tilat ja henkilökunta

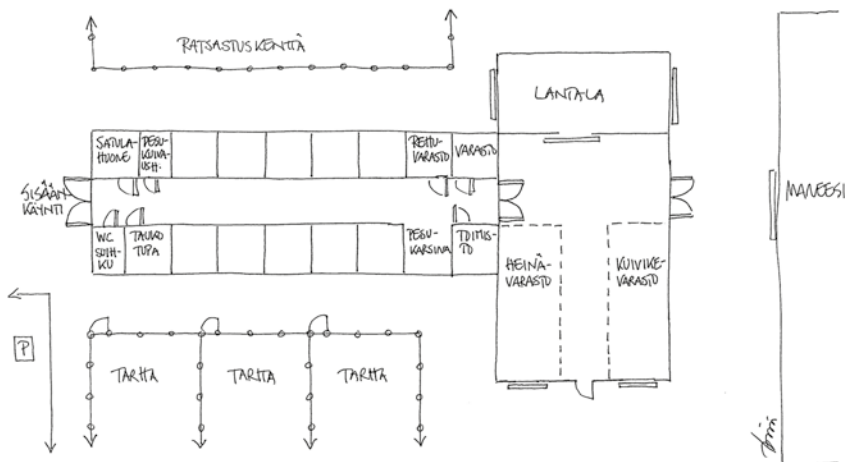
Karsinatalli on yleisin tallityyppi Suomessa. Hevoset asuvat omissa karsinoissaan, ja tallin yhteydessä hevosille on ulkoilutarhat, joihin ne viedään päivittäin jaloittelemaan. Pihattotalissa hevosilla on käytössään kuivitettu makuuhalli, johon ne pääsevät vapaasti suojaan tuulelta, sateelta ja auringonpaahteelta. Pihatossa hevosilla on vapaa kulku ulkoilutarhaan.

Tallin tiloja ovat rehuvarasto, satula- ja varustehuoneet, lantala ja kuivikevarasto sekä sosiaalilat ihmisille. Lisäksi tallilla voi olla pesupaikka hevosille, pyykki- ja kuivaushuone sekä toimistohuone. Henkilökunnalle ja yksityisten hevosten varusteille voi olla omat tilansa ja tallilla voi olla myös muita varastotiloja. Ratsastuskouluilla on aidattu kenttä ja mahdollisesti maneesi. Tallin ympäristössä voi olla hevosille tarkoitettuja maastoreittejä ja maastoesterata.

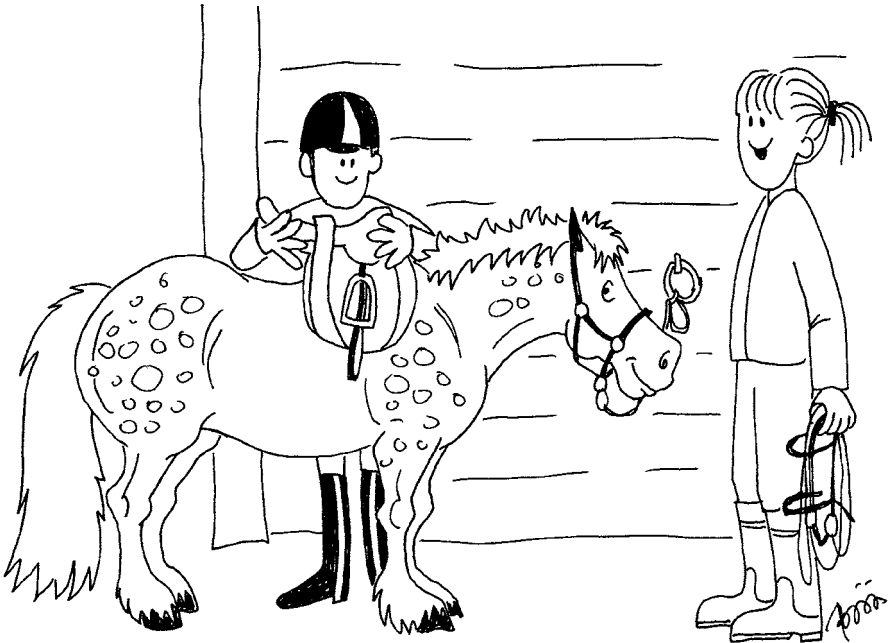
Talleilla autojen pysäköinti tapahtuu ainoastaan niille varatuilla paikoilla. Hevosten ja autojen kohtaamiset pyritään talliympäristössä minimoimaan.

Tallilla on yleensä lukittu tila, jossa säilytetään hevosten lääkintätarvikkeita. Ihmisten ensiaputarvikkeet löytyvät merkityiltä paikoilta.

***Ratsastuksenopetusta tarjoavien tallien henkilökuntaan kuuluu ratsastuksenopettaja, ratsastuksenohjaaja tai hevosharrasteohjaaja, joka vastaa ratsastuksen opettamisesta. Hevosen hoitamisesta vastaa ammattikoulutuksen saanut hevosenhoitaja tai tallimestari.***







Lisäksi tallilla voi työskennellä erilaisen taustan omaavia sijaisia, työssäoppimisjaksolla olevia opiskelijoita sekä oppisopimustyöntekijöitä.

Henkilökunta muun muassa ruokkii hevoset, siivoaa karsinat ja vie hevoset päivittäin tarhoihin ulkoilemaan. Osalla talleista on mahdollisuus osallistua näihin hoitotoimenpiteisiin. Päävastuu hevosesta on kuitenkin aina hevosen omistajalla. Myös hevosten varusteiden hankkiminen on hevosen omistajan tai tallinpitäjän tehtävä.

Osalla alleilla on käytössä hoitajajärjestelmä. Tällöin nimetty ihminen huolehtii tietyn hevosen hoidosta sovittuina päivinä. Hoitaminen perus-

tuu aina vapaaehtoisuuteen, joten hoitamisesta ei makseta palkkaa. Hoitohevosen saaminen on sekä suuri kunnia että vastuullinen tehtävä. Sovituista hoitovuoroista on pidettävä kiinni, ja esteiden sattuessa niistä on ilmoitettava hevosen omistajalle tai tallinpitäjälle, jotka ovat kuitenkin aina viime kädessä vastuussa hevostensa hyvinvoinnista.

Hevosenhoitajan tehtävät sovitaan yhdessä hevosenomistajan ja hevosenhoitajan kanssa. Yleisiä hevosenhoitajan tehtäviä ovat muun muassa hevosen harjaus ja kavioiden puhdistus, varusteiden huolto sekä hoitohevosten taluttaminen aloittelijoiden tunneilla.

# Hevonen eläimenä

Hevosen käyttäytymistä ohjaavat vaistot ja aistit. Hevonen on saaliseläin, jonka tarkat ja herkät aistit auttoivat sitä selviytymään luonnossa petoeläimiltä. Vaaran uhatessa nopea pako on ollut varmin pelastus.

Lauma luo hevoselle turvallisuuden tunteen. Laumassa vaarat havaitaan helpommin, eivätkä pedot yleensä hyökkää keskelle laumaa. Laumassa hevosilla on arvojärjestys ja alempiarvoiset kunnioittavat ylempiarvoisia. Samaan pitää pyrkiä myös ihmisen ja hevosen välisessä suhteessa. Hevonen tarvitsee määrätietoisen johtajan, johon se uskaltaa luottaa. Jos hevonen kokee laumansa johtajan epävarmaksi, se pyrkii saamaan johtajan paikan itselleen.

Hevoset ääntelevät esimerkiksi hirmumalla ja hörisemällä. Suurempi merkitys niin hevosten keskinäisessä viestinnässä kuin myös hevosten

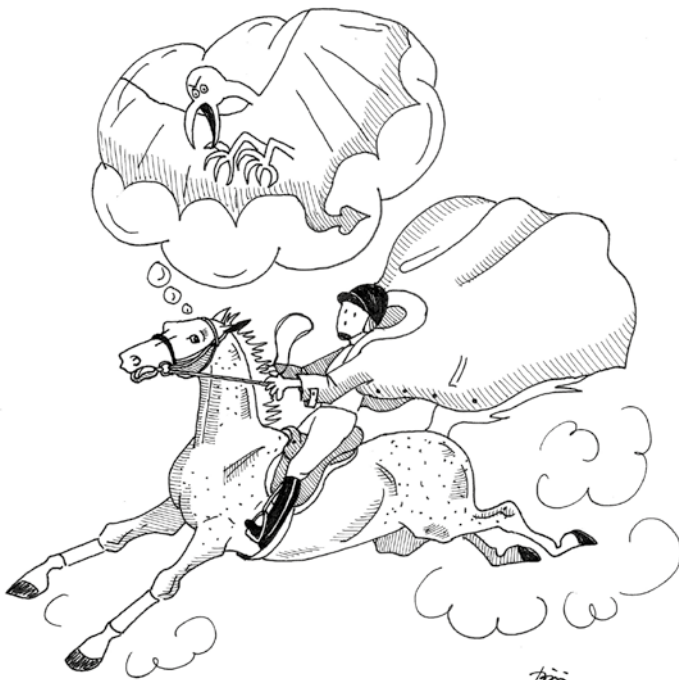
ja ihmisten välisessä kanssakäymisessä on kuitenkin kehonkielellä. Kehonkielellä hevonen viestii laumansa muille jäsenille havaintojaan ja mielialojaan.

Helpoiten hevosen mielialaa voi seurata tarkkailemalla korvien asentoa. Kehonkieltä voi lukea myös hevosen ryhdistä, liikkumistavasta, katseesta, sieraimista ja hännän asennosta. Vuosien kuluessa ja kokemuksen sekä taitojen karttuessa oppii lukemaan hevosen olemusta, ja ennakoimaan paremmin sen tulevaa käytöstä.

Pääasiassa hevoset tarkkailevat ympäristöään rauhallisina. Tällöin hevosen olemus on rento. Rauhallisen hevosen korvat osoittavat eteen tai sivulle päin, jolloin hevonen kuuntelee ääniä joka puolelta. Kiihtyneen tai pelokkaan hevosen olemus on päinvastainen: se on jännittyneenä ja liikkuu nykivästi. Se on nosta-



HEVONSEN KORVIEN ASENNOSTA VOI NOPEASTI HUOMATA SEN PERUSMIELIALAN.



nut päänsä ja kohdistanut katseensa sekä korvansa sen huomion herättäneeseen asiaan. Lisäksi hevonen voi puhista sieraimet laajentuneina. Hevonen voi jähmettyä katsomaan kohdetta, tai se voi liikkua hermostuneesti. Jos hevonen on hermostuneen oloinen, hoitajan tulee pyrkiä kääntämään sen huomio itseensä.

Vihainen hevonen vetää korvansa luimuun eli taakse päin tiukasti niskaansa vasten. Olemus on uhkaava: hevonen voi näyttää hampaitaan, viskoa päätään ja sen sieraimet kapenevat viiruiksi. Vaarallisen vihaisia hevosia ei ole onneksi kovin paljon, ja niiden käsittely on ammattilaisten tehtävä. Perusluonteeltaan kiltitkin hevoset saattavat näyttää hetkittäin vihaiselta, jos ne ärsyntyvät esimerkiksi satulavyön kiristyksestä.

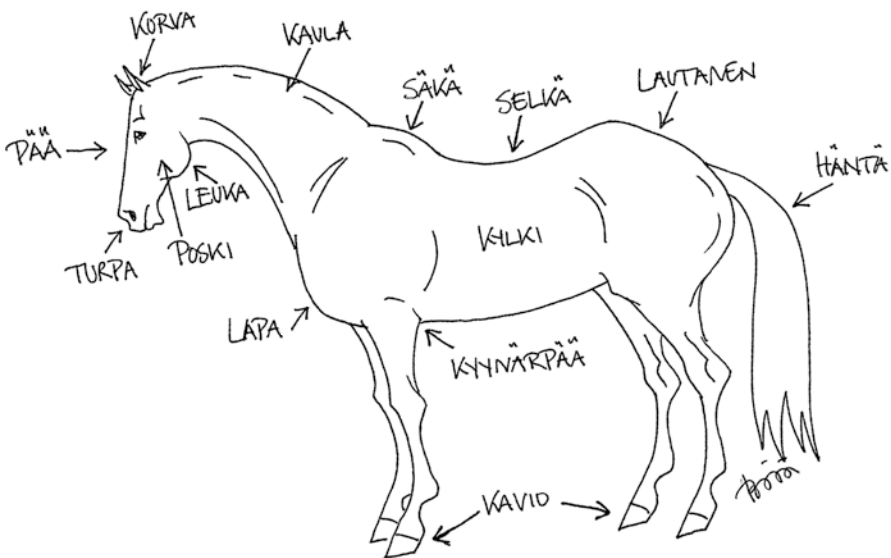
***Pääsääntöisesti hevosen aistit ovat ihmisen aisteja tarkempia ja herkempiä, ja se käyttää niitä monipuolisemmin. Esimerkiksi ihmisen mielestä hevonen saattaa pelätä olematonta, kun se todellisuudessa kuulee tai haistaa jotain sellaista, mitä ihminen ei huomaa. Villihevosen tavoin myös kesyhevosella on luontainen pakoreaktio, ja hevonen voi herkästi säikähtää vaaralliselta vaikuttavista asioista. Esimerkiksi kovat äänet, savun haju, oksan rasahdus, lentoon lähtevä lintu, sateenvarjo tai muovipussi voivat hevosen mielestä olla pelottavia.***

# Hevostaidot ja hevosen hoitaminen

**Hevostaidoiksi kutsutaan hevosen hyvän hoidon osaamista teoriassa ja käytännössä. Alkeiskurssilla oppii ratsastuksen lisäksi ohjatusti myös hevostaitoja ja pääsee tutustumaan hevosten käyttäytymiseen ja käsittelyyn. Näistä taidoista on paljon hyötyä myös ratsastuksen opettelussa. Perustaitoja ovat muun muassa hevosen kiinni sitominen, puhdistaminen, taluttaminen sekä varusteiden laitto ja poisotto ennen ja jälkeen ratsastuksen.**

Hevostaitojen pohjana on kyky ymmärtää hevosen käyttäytymistä ja luontaisia tarpeita. Ihmisen tulee pyrkiä ymmärtämään, kuinka hevonen kokee ympäröivän maailman ja miksi se käyttäytyy eri tilanteissa tietyllä tavalla. Silloin hevosten käsittely on turvallisempaa ja hevosten elinympäristö voidaan tehdä niille mahdollisimman luonnolliseksi.

Teoriatiedon ja käytännön harjoittelun lisäksi hevosten käyttäytymisestä voi oppia paljon myös tarkkailemalla niitä erilaisissa tilanteissa. Hyödyllistä tietoa saa myös seuraamalla osaavien hevosihmisten toimintaa, sillä pa-



**Tärkeää teoretietoa on esimerkiksi hevosten ruumiinosien nimien opettelu, sillä hoito-ohjeissa käytetään niihin liittyviä nimityksiä.**

ras opettaja hevosten kanssa toimitaessa on kokemus.

Hevosta hoidettaessa on käyttäytyvä rauhallisesti ja johdonmukaisesti. Hevosten käyttäytyminen on yksilöllistä, ja niiden herkkyyks sekä tapareagoita vaihtelevat. Hevosten kanssa monia asioita voidaan tehdä eri tavoin ja samaan tilanteeseen on erilaisia oikeita tapoja toimia. Jokaisella tallilla on omat toimintaohjeet ja rutinit, joihin hevoset ovat tottuneet. Kun asiat tehdään tutulla tavalla, hevonen tuntee olonsa turvalliseksi, vaikka ihmiset sen ympärillä vaihtuisivat.

Hevosella on hyvä muisti, mutta sen kyky yhdistää tekoja ja seurauksia on hyvin erilainen kuin ihmisillä. Siksi ajoituksella on suuri merkitys, kun haluamme osoittaa hevoselle sen toimineen oikein tai väärin. Esimerkiksi kiitokseksi tarkoitetun keuhun ja silityksen olisi tultava välittömästi toivotun toiminnan seurauksena. Vastaavasti hevonen ei pysty yhdistämään ihmisen ärtymistä esimerkiksi edellispäivänä – tai puoli tuntia sitten – tapahtuneeseen ei-toivottuun käyttäytymiseen.

On hyvä huomioida myös se, että hevonen aistii ihmisen tunnetiloja ja esimerkiksi ärtymyksesi tai jännittyneisyytesi vaikuttaa myös hevoseen. Tämän takia on hyvä yrittää tasata tunteensa ennen kuin lähtee toimimaan hevosten pariin.

Talli on hevosen koti, jossa se viettää suurimman osan vuorokaudesta. Tämän takia tallin tulee olla hevo-

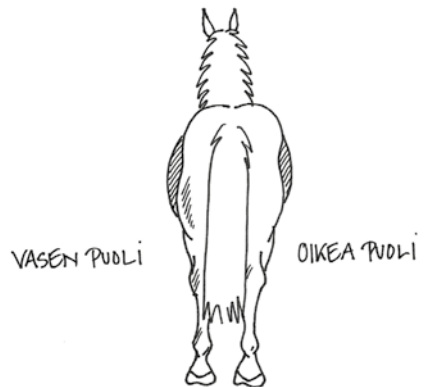
sille mahdollisimman rauhallinen ja viihtyisä. Hevonen tulee hoitaa, mutta turha puuhastelu saattaa stressata hevosta. Hevosten kanssa toimitaan samojen pääperiaatteiden mukaan kaikissa hoitotoimenpiteissä.

## Hevosen lähestyminen

Hevosta lähestytään etuvuonosta. Sen huomio kiinnitetään tulijaan esimerkiksi juttelemalla ja kutsumalla hevosta nimellä. Hevonen usein nuuhkii tulijaa. Tervehdyksenä käy vaikkapa rapsutus kaulalle. Sen sijaan pään tappelusta monet hevoset eivät välttämättä pidä.

## Hevosen hoitaminen karsinassa

Ensimmäisenä hevosen huomio kiinnitetään tulijaan. Jos hevonen seisoo pää ovesta poispäin, se houkutellessa juttelemalla kääntymään pää ovelle ennen kuin karsinaan mennään. Ovi pitää muistaa sulkea perässä. Karsinoiden ovissa on monenlaisia lukkoja. Harjoittele karsinan oven avaamis- ja sulkemismekanismit ennen kuin menet karsinaan yksin.



Hevosen toiselle puolelle siirrytään mieluiten etukautta. Mikäli hevonen on kiinni edestä, voidaan kulkea sen kaulan alitse toiselle puolelle. Jos kaikesta huolimatta joudutaan kulkemaan hevosen takakautta, kannattaa se tehdä mieluiten useamman metrin päästä tai sitten ihan hevosen hännän vierestä. Hevonen ei näe suoraan taaksensa, joten tämän takia taakse siirryttäessä on juteltava hevoselle ja läheltä kierrettäessä voidaan pitää toista kättä sen lautasella. Vaarallisinta on kiertää hevosen takaa noin metrin etäisyydeltä, koska tällöin mahdollisessa potkussa on eniten voimaa.

Hevosta käsitellään aina seisaaltaan. Jalkoja hoidettaessa seisotaan hevosen sivulla jalat suorana tai hieman kyykyssä. Hevosen lähellä ei saa koskaan olla polvillaan tai istuallaan, sillä jos hevonen lähtee liikkeelle tai säikähtää, maassa oleva ihminen jää helposti sen alle. Takaosaa ja häntää hoidettaessa seistään hevosen sivulla.

Vaikka hevonen on sidottuna karsinassa, pidetään karsinan ovi suljettuna, ettei hevonen pyri ulos tai kurki käytävälle. Aukinainen ovi voi aiheuttaa vaaratilanteita esimerkiksi silloin, jos käytävällä talutetaan toista hevosta.

## KIINNI SITOMINEN

Riimu on hevosen päähän laitettava varuste ja riimunnaru on puolestaan noin puolitoista metriä pitkä naru, jonka päässä on lukko. Näiden avulla hevonen sidotaan kiinni hoitotoi-

menpiteiden ajaksi ja niitä käytetään myös hevosen taluttamisessa.

### Riimun laittaminen

1. Ennen riimun pukemista selvitetään riimun osat valmiiksi. Turpahihna laitetaan vasempaan ja niskahihna oikeaan käteen.
  2. Turpahihna pujotetaan hevosen turvan ympärille.
  3. Niskahihna pujotetaan hevosen korvien yli, ja leukahihna kiinnitetään lukolla. Solki laitetaan hevosta poispäin, jottei se paina poskea. Jos riimu on niskahihnasta avattavaa mallia, niskahihna kiinnitetään sopivalle kireydelle niin, ettei riimu roiku tai kiristä.
- Tarkista vielä lopuksi, etteivät remmit ole jääneet kierteelle.



***Hevosta ei saa koskaan sitoa suitsista eikä kuolaimista. Sen suu on herkkä ja pienelläkin nykäisyllä suupieleen voi tulla haava. Hevonen voi myös säikähtää suuhun kohdistuvaa kipua ja repiä itsensä irti tai vahingoittaa pahasti itseään.***

### Sitomispaikka

Soveltuvat kiinnityspaikat vaihtelevat talleittain. Ne voivat olla esimerkiksi harjauspuomeja, kiinnitysrenkaita tai karsinan kaltereita. Joillain talleilla hevoset hoidetaan tallin käytävällä, jolloin ne kiinnitetään käytävän molemmin puolin valmiina oleviin ketjuihin tai naruihin. Uudessa paikassa tulee aina kysyä, mihin hevonen voidaan turvallisesti sitoa.

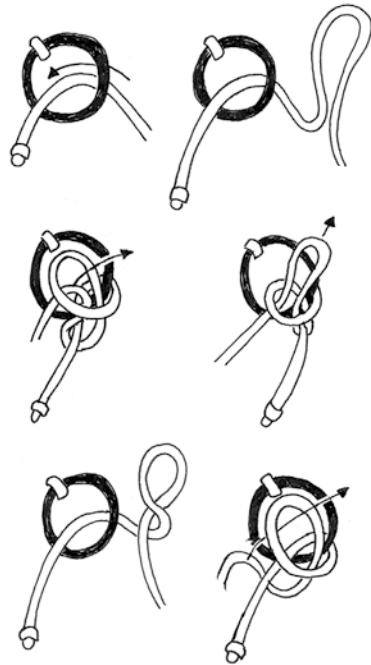
Hevosta ei saa koskaan sitoa oviin, aitoihin, tikapuihin eikä mihinkään irtonaisiin esineisiin, jotka voivat hevosen riuhtaisusta irrota tai lähteä liikkeelle. Hevosia ei saa myöskään sitoa liian lähelle toisiaan, etteivät ne pääse riitelemään.

### Sitominen

Hevonen sidotaan aina vetosolmulla, koska silloin hevosen saa tarvittaessa irti pelkällä nykäisyllä. Umpisolmut ovat erittäin vaarallisia, koska ne vain kiristyvät hevosen riuhtoessa ja niitä on usein mahdoton saada auki nopeasti. Vetosolmu on turvallinen, sillä se on oikein tehtynä pitävä ja kuitenkin nopeasti avattavissa.

Naru on sopivan pituinen, kun hevonen ei saa laskettua päätään etupolvien alapuolelle ja naru ei kiristä hevosen seisoessa normaalisti. Silloin hevonen pääsee kääntämään päätään ja näkee ympärilleen, mutta ei sotkeudu jaloistaan riimunnaruun. Kiinni sidottua hevosta ei saa jättää koskaan valvomatta.

### Vetosolmun tekeminen



***Vetosolmu on tehty oikein silloin, kun solmu aukeaa vedettäessä vapaana roikkuvasta narun päästä eikä solmu aukea tai löysty vedettäessä lukkopäästä.***

## HARJAAMINEN

Harjauksen tarkoituksena on pitää hevosen iho ja karvapeite puhtaana. Lisäksi harjaus vilkastuttaa tärkeää pintaverenkiertoa, hieroo hevosen lihaksia ja pitää ihon joustavana. Loimitus ei poista harjauksen tarvetta.

Hevosta harjattaessa hevonen ja hoitaja oppivat tuntemaan toisiaan. Monet hevoset myös nauttivat harjaamisesta, erityisesti karvanlähtöaikaan.

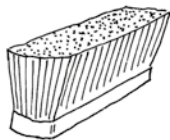
**Hevonen harjataan vähintään kerran päivässä ja aina ennen ratsastusta. Jos satulan ja suitsien alle jää likaa, voi hevosen iho hankautua rikki. Hevonen harjataan myös ratsastuksen jälkeen.**

## Välineet

- Kumisualla irrotetaan lika ja hilse hevosen ihosta sekä hierotaan hevosen lihaksia. Sillä saadaan karvanlähtöaikaan irtokarva parhaiten poistettua.
- Karkeaa harjaa käytetään pahimpien kurien irrottamiseen.
- Pölyharjalla poistetaan pöly ja muut roskat.
- Pehmeällä harjalla suoritetaan harjauksen viimeistely, ja sillä harjataan aina hevosen pää ja jalat.
- Piiikkisukaa käytetään muiden harjojen puhdistukseen ja pahimpien likojen irrottamiseen.



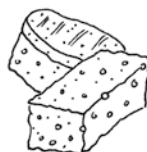
PIIKKISUKA



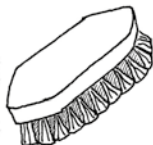
PÖLYHARJA



PEHMEÄ HARJA



PESUSIENET



KARKEA HARJA



KUMISUKA



KAVIOKOUKKU



YHDEN KÄDEN  
HIKIVIILA



HIKIVIILA



Hevosen harjaaminen aloitetaan vasemmalta puolelta korvien takaa, ja siitä edetään taaksepäin. Harjaus tehdään pitkin vedoin reippaasti ja karvansuuntaisesti. Harjaa on painettava hevosta vasten riittävän lujasti, jotta harjauksesta on hyötyä eikä se kutita hevosta.

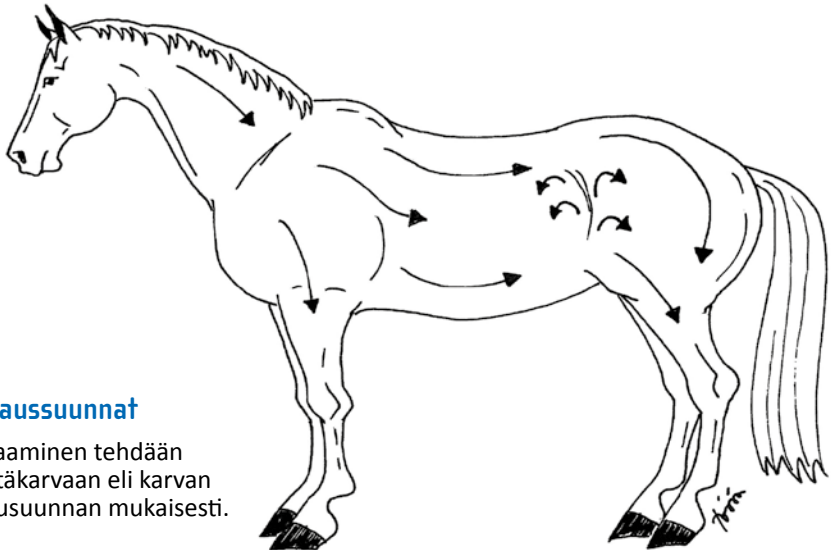
Hevosten ihon paksuus ja herkkyys vaihtelevat, joten ne reagoivat harjaukseen eri tavoin. Jotkin hevoset pitävät voimakkaasta harjauksesta, kun taas toiset kevyemmästä käsittelystä. Useimmat hevoset ovat herkempiä mahan alta sekä etu- ja takajalkojen välistä, joten tämä on huomioitava harjauksen voimakkuudessa sekä välttämällä näissä paikoissa kovien muovisukien käyttöä.

Ensin hevosen vartalo harjataan pyörivin liikkein kumisuaalla. Kumisuan jälkeen harjataan hevosen vartalo

sekä jalkojen kurat ja suurimmat liat karkealla harjalla. Seuraavaksi hevonen käydään läpi pölyharjalla. Harjaus viimeistellään pehmeällä harjalla, ja tässä yhteydessä myös hevosen pää ja jalat harjataan.

Harja pidetään hevosen pään puoleisessa kädessä. Se puhdistetaan aina muutaman harjanvedon välein piikkisukaan. Piikkisuka puhdistetaan koputtamalla esimerkiksi lattiaan. Harjan puhdistus tehdään aina hevosesta pois päin, jotta lika ja pöly eivät lennä takaisin hevoseen.

Hevosen harja- ja häntäjouhet selvitetään ensin sormin, jonka jälkeen ne viimeistellään pehmeällä harjalla. Jouhet voidaan selvittää myös tarkoitukseen tehdyllä harjalla. Jouhet kasvavat hitaasti, joten harjan ja häntän selvitys pyritään tekemään jouhia säästäten.



### Harjaussuunnat

Harjaaminen tehdään myötäkarvaan eli karvan kasvusuunnan mukaisesti.

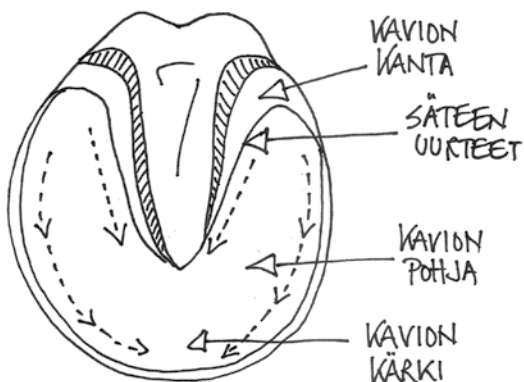
## KAVIOIDEN PUHDISTUS

***Kavioiden puhdistuksella huolehditaan hevosen kavioiden kunnosta. Kaviot puhdistetaan vähintään kerran päivässä. Ne on hyvä puhdistaa aina, kun hevonen viedään ulos tai tuodaan ulkoa sisälle. Kaviot puhdistetaan myös ennen ja jälkeen ratsastuksen.***

***Tiivistynyt kuivike tai maa-aines heikentää kavion toimintaa ja voi aiheuttaa kaviosairauksia. Esimerkiksi kivi kaviossa voi saada hevosen ontumaan.***

Kaviot puhdistetaan kaviokoukulla kaapimalla liat pois aina kannalta kärkeen päin. Säteen uurteet puhdistetaan huolellisesti. Kavioita puhdistettaessa on hyvä tarkistaa samalla kengitys. Kenkien pitää olla kunnolla kiinni, eli ne eivät saa heilua.

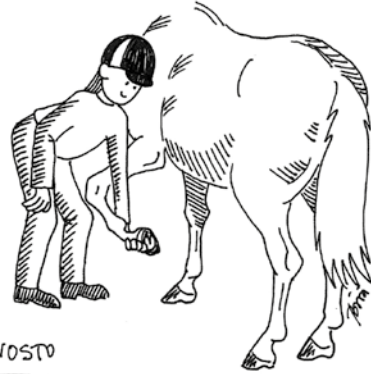
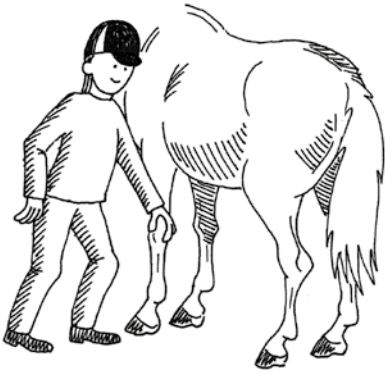
Jos hevosella on hokit, eli liukastumisen estämiseen tarkoitettut jäänastat, on niiden kireys tarkistettava sormilla. Kiinni olevat hokit eivät pyöri. Hokkeja voi tarvittaessa kiristää hokkiavaimella.



HOKKI



HOKKIAVAIN



ETUKAVION NOSTO



TAKAKAVION NOSTO

## Kavioiden nosto

Kaviota nostettaessa asetetaan jalan viereen selkä hevosen päähän päin. Jalka saadaan nostettua liu'uttamalla hevosen puoleista kättä hevosen jalkaa pitkin ja sanomalla ”nosta”. Jos hevonen ei nosta jalkaa, voidaan tarvittaessa kevyesti nojata hevoseen.

Kavio nostetaan noin hevosen etupolven tasalle. Jalasta pidetään kiin-

ni kavion kohdalta. Jalkaa ei saa vetää liikaa sivulle. Takajalkaa nostettaessa sitä vedetään hieman taaksepäin, jotta hevosen on helpompi pitää jalkaa ylhäällä. Kaviota voi tukea omaa jalkaa vasten. Hevosen jalasta pitäisi pitää niin tukevasti kiinni, että hevonen ei saa nykäistyä sitä alas heti halutessaan.

## SATULOINTI

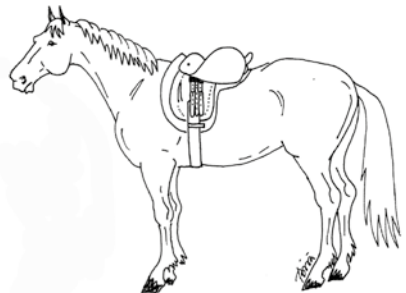
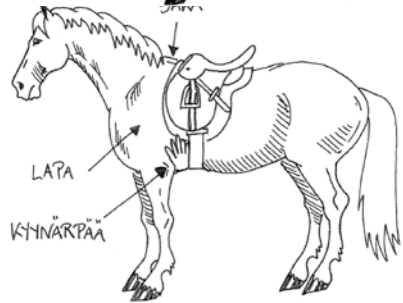
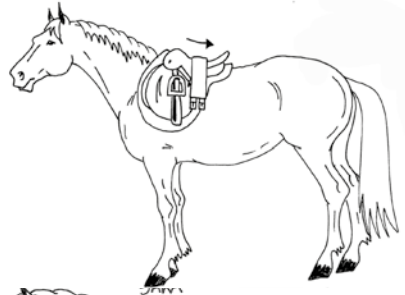
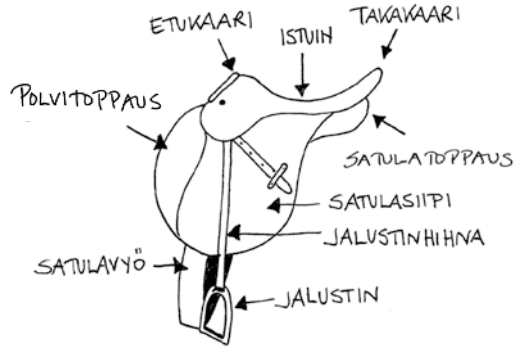
Hevonen on hyvä sitoa vetosolmulla kiinni satuloinnin ajaksi. Sidotulle hevoselle laitetaan ensin satula. Jos hevonen on satuloinnin aikana kuitenkin irti, laitetaan ensiksi suitset.

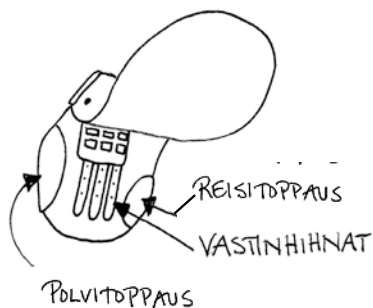
Hevonen satuloidaan vasemmalta puolelta. Jalustimet on vedetty ylös ja satulavyö on satulan päällä. Satula nostetaan vasemmalla kädellä etukaaresta satulahuovan alta ja oikealla kädellä huovan alta kiinni pitäen hevosen säään yläpuolelle, josta se vedetään taaksepäin. Näin hevosen karvapeite jää sileäksi.

**Satula on oikeassa kohdassa silloin, kun satulavyön etureunan ja hevosen kyynärpään välinen etäisyys on noin yhden kämmenleveyden suuruinen eikä satula paina hevosen lapa.**

Huopa suoristetaan molemmilta puolilta ja nostetaan kiinni satulan etukaareen, ettei se paina säkää.

Satulavyö lasketaan varovasti oikealta puolelta alas. Aluksi vyö kiinnitetään löysälle satulasiiven alla oleviin reunimmaisiihin vastinhihnoihin. Keskimäinen hihna jää vapaaksi. Vyön tulisi olla suurin piirtein yhtä korkealla vastinhihnoissa satulan molemmin puolin ja satulavyö kiristetään vähän kerrallaan useampaan otteeseen molemmilta puolilta. Ennen selkään nousua tarkistetaan vielä, ettei satula ole valunut paikaltaan ja kiristetään vyö tiukalle. Vyön kiireys tarkistetaan vielä selästä käsin, kun hevosella on kävelty hetken ai-





kaa. Joillakin hevosilla on tapana pulistaa eli jännittää vatsalihaksia ja pidättää hengitystä, jolloin satulavyön kiristäminen vaikeutuu.

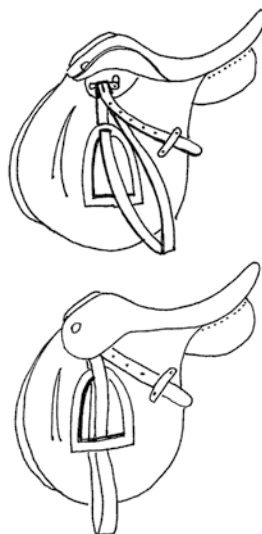
Monissa satulahuovissa on tarralliset kiinnityslenkit vastinhihnoihin, joiden avulla huopa pysyy paremmin paikoillaan. Samasta syystä satulavyö pujotetaan molemmilta puolilta satulahuovan alareunassa olevien lenkkien läpi, jos huovassa sellaiset on.

## Satulan riisuminen

Ratsailta laskeutumisen jälkeen jalustimet nostetaan ylös vetämällä jalustin alimmaista jalustinhihnaa pitkin lähelle jalustimen kiinnityskoukkua ja pujottamalla tämän jälkeen jalustinhihna jalustimen läpi. Tämän jälkeen löysätään satulavyötä parin reiän verran.

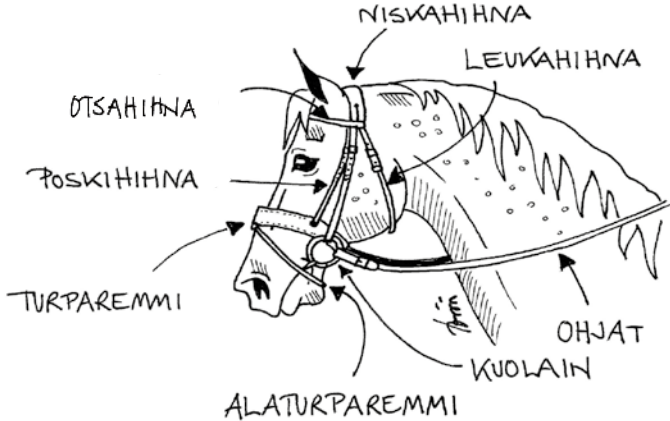
Jos hevoselta riisutaan varusteet karsinassa, otetaan ensimmäiseksi pois satula. Vasen käsi pujotetaan kaulalla olevan ohjan läpi, että hevonen pysyy hallinnassa. Satulavyön soljet avataan vasemmalta puolelta, ja vyö lasketaan varovasti alas oikealla kädellä. Tämän

jälkeen siirrytään hevoson oikealle puolelle ja vaihdetaan ohjista kiinni pitävää kättä. Satulavyö nostetaan ylös satulan päälle. Satula nostetaan pois hevoson selästä yleensä vasemmalta puolelta. Satula on arvokas varuste, joten sitä tulee käsitellä varovasti.



**Jalustimen nostaminen ylös.**

## SUITSIMINEN



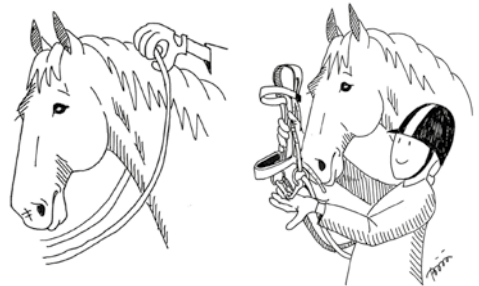
Ennen suitsimisen aloittamista katsotaan, että leukahihnan sekä turparemmin soljet ovat auki. Kylmällä ilmalla metallikuolaimet lämmitetään käsillä ennen suuhun laittoa pitämällä kuolaimia kädessä tai lämpimän veden alla.

Suitsia laitettaessa on huolehdittava, ettei hevonen pääse karkaamaan siinä vaiheessa, kun riimu otetaan pois. Tämä voidaan estää laittamalla riimu kaulalle suitsimisen ajaksi. Suitsimisen jälkeen riimu irrotetaan ja laitetaan omalle paikalleen, joka on useimmiten karsinan ulkopuolella oleva koukku tai vastaava. Samalla on hyvä tarkastaa, ettei karsinaan jää muitakaan ylimääräisiä tavaroita.

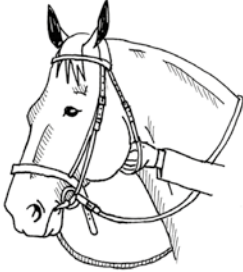
1. Suitsiminen tehdään hevosen vasemmalta puolelta ja aloitetaan pujottamalla ohjat hevosen pään yli kaulalle.

2. Oikea käsivarsi kierretään hevosen pään ympäri, poskiahinat pidetään oikeassa kädessä. Vasemmalla kädellä viedään kuolain hevosen suuhun, ja kun hevonen avaa suunsa, pujotetaan samanaikaisesti niskahihna korvien taakse. Jos hevonen nostaa päätään, sitä painetaan pään ympäri olevalla kädellä turvan kohdalta alaspäin.

3. Tarvittaessa suu voidaan avata työntämällä sormi suupielestä hammaslomaan, joka on hampaaton kohta hevosen suupielen kohdalla.



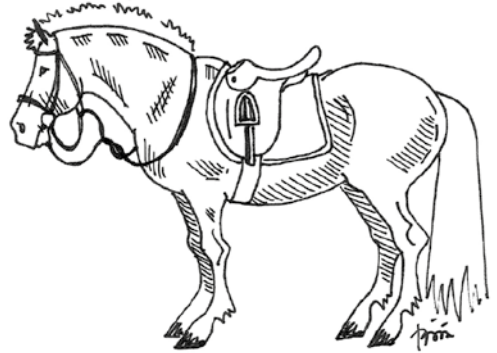
4. Otsaharja nostetaan otsahihnan päälle. Tarkistetaan molemmilta puolilta, että kaikki hihnat ovat suorassa. Leukahihna laitetaan kiinni niin, että hihnan ja leukaperien väliin mahtuu koko nyrkki.



5. Englantilainen turparemmi kulkee poskihihnojen alta. Se kiristetään niin, että kaksi sormea mahtuu turparemmin väliin. Jos suitsissa on myös alaturparemmi, se kulkee kuolainten alapuolelta. Solki kiinnitetään hevosen turvan päälle niin, ettei se hankaa hevosen suupieliä. Hihnojen päät pujo-tetaan niille varattuihin lenkkeihin.



Hevosta ei saa jättää karsinaan yksin ohjat kaulalla, koska hevonen voi sotkeentua ohjiin tai jäädä varusteista kiinni esim. ruoka- tai juomakuppiin.



Riisuttaessa suitsia avataan ensin turparemmit ja sen jälkeen leukahihna. Hyvä muistisääntö on, että suitsia riisuttaessa avataan kaikki hihnat, jotka kulkevat hevosen pään alapuolelta. Seuraavaksi vedetään niskahihnas-ta suitset varovasti hevosen korvien yli. Tämän jälkeen puetaan hevoselle riimu. Kun riimu on päässä, otetaan ohjat pois kaulalta, jonka jälkeen hevonen sidotaan kiinni riimusta riimunnarulla.

***Jokaisen käytön jälkeen kuolaimista pestään huolellisesti pois kaikki lika joko siihen varatussa vesiämpärissä tai juoksevan veden alla. Nahkaosien kastumista on varottava.***

## HEVOSEN HAKEMINEN TARHASTA TAI LAITUMELTA

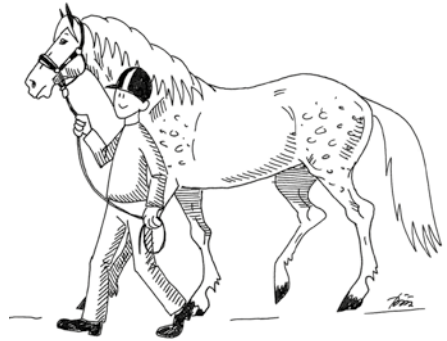
Jos hevonen on tarhassa tai laitumella yksin, sen hakeminen on yleensä yksinkertaista. Kuuntele kuitenkin henkilökunnan ohjeet tarkasti, jottei yllätyksiä pääse sattumaan. Ensinnä kiinnitetään hevosen huomio, mennään portista sisään ja laitetaan portti perässä kiinni. Kiinnitetään riimunnaru riimuun ja avataan portti. Portista taluttaja kulkee edellä. Huolehdi, että portti ei heilahda hevosen päälle ja että mahdollinen sähkö ei osu taluttajaan tai hevoseen.

Jos hevoset tarhataan laumassa, niiden hakeminen sisälle on helpointa, jos jokaisella hevosella on oma taluttajansa ja ne haetaan talliin samaan aikaan. Vastaavasti jos useampi henkilö taluttaa hevosia samaan aikaan tarhaan tai laitumelle, kaikki hevoset viedään ensin tarhan sisälle ja käännetään aitaa kohti. Hevosten väliin jätetään matkaa vähintään hevosenmitta eli noin kolme metriä. Riimunnarut irtotetaan, jonka jälkeen kaikki hevoset päästetään irti yhtä aikaa.

Jos laumasta haetaan yksittäinen hevonen, on hyvä pyytää apuun kaveri, joka voi avata ja sulkea portin sekä huolehtia, etteivät muut kuin haettava hevonen pääse portista ulos.

## TALUTTAMINEN

***Hevosta talutetaan yleensä vasemmalta puolelta ja talutettaessa käytetään hanskoja. Taluttajan on***

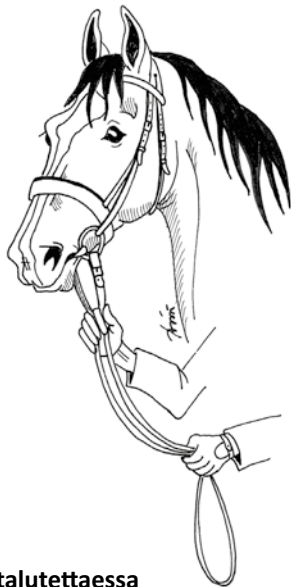


***oltava napakka, ja hänen on hallittava hevonen. Hevosta ei saa esimerkiksi päästää syömään ruohotupsuja kesken talutuksen.***

Hevosta voidaan taluttaa joko suitsittuna tai riimun ja riimunnarun avulla. Riimusta talutettaessa käytetään aina riimunnarua, joka kiinnitetään riimussa leuan alla olevaan renkaaseen. Riimunnarusta pidetään kiinni hevosen puoleisella kädellä noin 20-30 senttimetriä leuan alapuolelta. Narun pää pidetään toisessa kädessä.

Suitsittua hevosta voidaan taluttaa useammalla eri tavalla. Tavallisin tapa on ottaa ohjat pois kaulalta ja pitää ohjista kiinni oikealla kädellä noin 20-30 senttimetriä hevosen leuan alapuolelta. Käsi pidetään kevyesti nyrkissä, ja ohjat erotetaan toisistaan etusormella. Ohjanperät pidetään vasemmassa kädessä reiden ulkosivulla. Suitsittua hevosta voi taluttaa myös riimunnarulla, jolloin ohjat ovat kaulalla ja naru laitetaan vasempaan kuolainrenkaaseen. Joillain talleilla hevoset talutetaan aina ohjat kaulalla, jolloin hevonen ei soikeudu ohjiin niin helposti, jos se sattuu pääsemään irti.





**Ote talutettaessa  
suitsittua hevosta.**

***Riimunnarua tai ohjia ei saa koskaan kiertää käsien ympärille. Käsien ympärille kierretty naru tai ohja voi aiheuttaa vakavia vammoja sekä onnettomuuksia, jos taluttaja esimerkiksi hevosen pelästyttyä kaatuu ja jää raahautumaan hevosen perässä.***

Naru ja ohjat eivät saa myöskään roikkua niin alhaalla, että niihin voi kompastua. Tarvittaessa ylimääräinen naru kääritään vasempaan käteen löysälle lenkille.

Kun lähdetään liikkeelle, asetutaan hevosen lavan kohdalle. Pienellä maiskutuksella hevonen yleensä lähtee kävelemään. Tarvittaessa taluttaja voi työntää oikean käden eteenpäin saadakseen hevosen liikkeelle.

Taluttaja määrää hevosen kävelyvauhdin.

Hevonen pysäytetään tai sen vauhtia hidastetaan vetämällä ohjista tai riimunnarusta taaksepäin. Monet hevoset osaavat myös pysähtyä samaan aikaan, kun taluttaja itse pysähtyy.

Liikkeellä ollessa hevonen käännetään aina itsestä pois päin eli oikealle. Tällöin hevonen on paremmin taluttajan hallinnassa. Kannattaa huomioida, että hevonen tarvitsee kääntymiseen reilusti tilaa.

Taluttaja kulkee hevosen lavan kohdalla, ja ohjat tai riimunnaru pidetään löysällä. Jos niitä pidetään kokoajan kireällä, hevosen kävely on hankalampaa, eikä pysäyttävillä tai eteenpäin pyytävillä liikkeillä ole enää samaa tehoa.

Kun hevonen talutetaan ovista, ne avataan aina kokonaan, että hevonen tai satula ei jää kiinni ovenpieliin. Ahtaissa paikoissa taluttaja kävelee hevosen edellä.

Kun useita hevosia talutetaan peräkkäin, pidetään etäisyyttä edellä kulkevaan vähintään yksi hevosenmitta. Hevosia ei turvallisuussyistä taluteta vierekkäin lähellä toisiaan. Talutuksen tai ratsastuksen aikana hevosten ei kannata antaa nuuhkia toisiaan.

Kun hevosia talutetaan tarhaan tai karsinaan, hevonen käännetään taluttajaa ja ovea kohti ennen kuin se päästetään irti. Näin varmistetaan, ettei hevonen pääse potkaisemaan taluttajaa.

# Ratsastus

## RATSASTUSTUNNIN KULKU

***Tallille pitää saapua hyvissä ajoin ennen varsinaisen ratsastustunnin alkua. Useimmilla talleilla ratsastaja harjaa, satuloi ja suitsii itse hevosensa ennen tunnille menoa sekä riisuu hevoselta varusteet ja hoitaa sen ohjeiden mukaan tunnin jälkeen. Näihin toimenpiteisiin on hyvä varata vähintään puoli tuntia aikaa molemmin puolin tuntia.***

Tallin henkilökunta auttaa tarpeen mukaan. 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 pitää ilmoittaa tallille etukäteen. Joskus voidaan myös sopia, että allergiset eivät laita hevosta itse kuntoon. Normaalitapauksessa hevosen hoitaminen on oleellinen osa hevosharrastusta.

Ennen ratsastustuntia ratsastuksenopettaja jakaa hevoset oppilaille.

Hevosvalinnat nostattavat toisinaan tunteita, etenkin jos yksi ratsu on monen suosikki. Tällöin kannattaa muistaa, että hyväksi ratsas-

tajaksi kehittyy vain, jos ratsastaa monenlaisilla hevosilla. Kannattaa luottaa myös ratsastuksenopettajan ammattitaitoon hevosvalinnoissa: hän osaa valita kullekin ratsastajalle sopivan hevosen huomioiden muun muassa tunnin sisällön ja opeteltavat asiat sekä ratsastajan ja hevosen koon, luoteen ja ratsastustyylin.

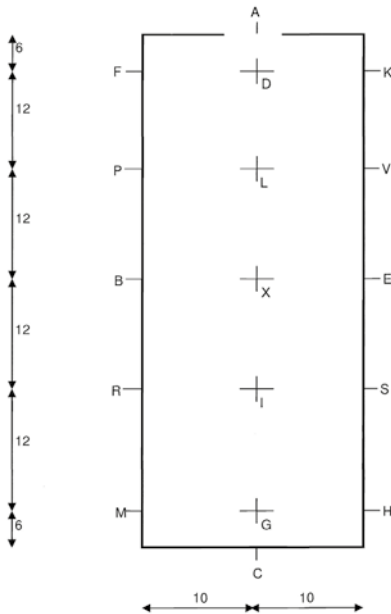
Ratsastus tapahtuu alkeiskurssilla ratsastuskentällä tai maneesissa. Ratsastusalue on yleensä rajattu, suorakaiteen muotoinen alue, jossa on kaksi pitkää ja kaksi lyhyttä sivua. Maneesin seinässä tai kentän aidassa on kirjaimet, jotka auttavat tehtävien suorittamisessa halutussa paikassa. Nämä kirjaimet ovat aina samoilla paikoilla, ja niiden paikat on hyvä opetella ulkoa.

Ratsastusradan reunoja kiertää kaivoira. Uralla ratsastetaan neljä suoraa sivua ja neljä kulmaa. Kulmiin on syytä ratsastaa huolellisesti ja riittävän syväälle, etteivät hevoset opi oikeisemaan kulmissa.

Ratsastustunnin kesto vaihtelee eri talleilla 45-60 minuuttiin. Ensimmäiset ratsastustunnit ratsastetaan yleensä taluttajan avustamina. Taluttajan tehtävä on olla tarpeen mukaan auttamassa sekä varmistamassa turvallisuutta.

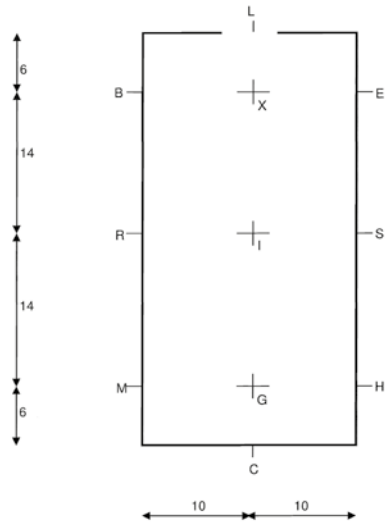
## RATA A

20 x 60 m



## RATA B

20 x 40 m



### Ratsastusradan kirjaimet.

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, joka ratsastetaan käynnissä.***

Ratsastuksenopettaja kertoo tunnilla suoritettavat tehtävät ja opastaa ratsastajat niiden suorittamiseen. Alkeiskurssin ensimmäisten tuntien aikana opetellaan esimerkiksi tasapainoista asentoa sekä käynnin ja ravin hallintaa. Tehdyistä suorituksista ratsastajat saavat palautetta. Ratsastuksenopettajan puhetta on kuunneltava tarkasti koko tunnin ajan. Osa ohjeista koskee kaikkia tunnilla ratsastavia ja osa on kohdistettu vain nimeltä mainituille ratsastajille.

Muut kuin meneillään olevaan tuntiin liittyvät asiat, kuten tuntien peruutukset ja varaukset sekä maksujärjestelyt on mukavampi hoitaa rauhassa esimerkiksi internetissä tai tallin puhelinaikana.

Ratsastustunneilla on käytössä erilaisia termejä, joista yleisimmät on hyvä opetella varhaisessa vaiheessa:

**Kaarto** = Hevoset ovat rivissä kentän keskellä. Ratsastustunti alkaa alkukaarrosta ja päättyy loppukaartoon.

**Hevosenmitta** = Noin muutaman metrin matka, jota käytetään turvallisten etäisyyksien säilyttämiseen.

**Sisäpuoli** = Kentän keskustan puoli. Käytetään myös termejä sisäpohje ja sisäohja, joilla tarkoitetaan kentän keskustan puoleista pohjetta ja ohjaa.

**Ulkopuoli** = Kentän aidan/maneesin seinän puoli. Käytetään myös termejä ulkopohje ja ulko-ohja, joilla tarkoitetaan kentän aidan/maneesin seinän puoleista pohjetta ja ohjaa.

**Vasen kierros** = Ratsastajan vasen käsi on kentän keskustan puolella.

**Oikea kierros** = Ratsastajan oikea käsi on kentän keskustan puolella.

**Osasto** = Ratsastus jonossa siten, että säilytetään turvallinen etäisyys (1-2 hevosenmittaa) edellä menevään hevoseen. Ratsastaa voidaan myös tasaisilla etäisyyksillä, jolloin kaikilla ratsastajilla on suunnilleen yhtä paljon tilaa edessä ja takana.

**Kärkiratsastaja** = Osaston ensimmäinen ratsastaja. Kärkiratsastajaa voidaan vaihdella opettajan ohjeiden mukaan tunnin aikana.

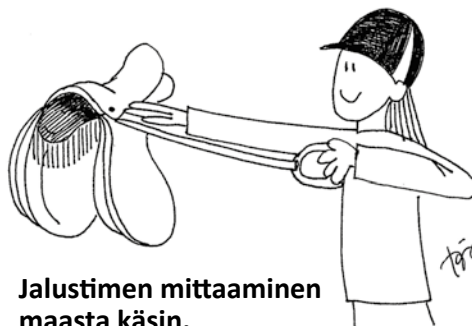
**Etäisyys** = Hevosten välinen matka mitattuna edellä menevän hevosen hännästä seuraavan turpaan.

**Turvaväli** = Riittävä etäisyys (n. 3 metriä) edessä, takana ja sivuilla kulkeviin hevosiin.

## JALUSTINHIHNOJEN SÄÄTÄMINEN MAASTA KÄSIN

Jalustimet säädetään ratsastajan jalan pituuden mukaisesti. Jalustimet voidaan mitata maasta käsin laittamalla sormet satulan rungossa olevaan jalustinhihnan kiinnityskoukuun ja vetämällä jalustimen pohja saman käden kainaloon. Tällä tavalla saadaan suurin piirtein sopivan pituinen jalustin. Jalustinhihna lyhenee siirtämällä solkea ylempiin reikiin ja pitenee siirtämällä solkea hihnan päätä kohti. Jalustinhihnan solki ve-

detään ylös suojäläpän alle, jotta se ei paina ratsastajan jalkaa. Jalustimen lopullinen säätö tehdään hevosen selästä käsin.



**Jalustimen mittaaminen maasta käsin.**

## RYHMÄSSÄ RATSASTUS

***Alkeiskurssilla on yleensä useampia ratsukoita samaan aikaan kentällä. Tällöin on oman ratsastuksen lisäksi keskityttävä myös siihen, että turvaväli muihin ratsukoihin pysyy riittävänä. Jos ratsastat kiinni edessä olevassa hevosessa, sinulle ei jää tilaa tehdä annettuja tehtäviä omassa tahdissasi. Ratsastaminen liian lähellä muita on myös turvallisuusriski, jos hevonen ärtyy tästä tai päättääkin jostain syystä potkaista.***

Talleilla on erilaisia käytäntöjä sopivien turvavälien säilyttämiseen. Tavallisesti etäisyydet säilytetään vauhtia sopivasti lisäämällä tai siirtymällä tarpeen vaatiessa hitaampaan askellajiin kuten ravista käyntiin. Alkeiskurssilla ratsastuksenopettaja auttaa turvavälien säilyttämisessä neuvomalla tarpeen mukaan.

Jos joku ratsastajista putoaa tunnilla selästä, muut pysäyttävät hevosensa ja yrittävät pitää ne rauhallisina siihen asti, kun ratsastuksenopettaja muuta ohjeistaa. Opettaja osaa antaa ensiapua ja järjestää tarvittaessa jatkohoitoa. Opettajan kanssa selvitetään tarpeen mukaan vakuutus, mahdolliset tuntien peruuntumiset ja tapah-tuman läpikäynti.

### **Hevosien selkään nouseminen ja selästä laskeutuminen**

Ratsastustunnilla hevosten selkään nouseminen ja laskeutuminen on tärkeää.

Hevoset ovat alkukaarrossa eli rivissä siten, että hevosten turvat osoittavat samaan suuntaan ja ympärillä on vapaata tilaa vähintään parikolme metriä selkään nousemista varten. Satulaan nouseminen on normaalisti vasemmalta puolelta. Ensimmäisillä kerroilla taluttaja on pitämässä hevosta paikoillaan, jotta ratsastaja voi keskittyä pelkäämään selkään nousemista. Tarvittaessa apua on saatavilla myös ratsastuksenopettajalta tai taluttajalta. Tukevaa jakkaraa tai muuta koroketta voidaan käyttää apuvälineenä, mutta selkään pitäisi tarvittaessa päästä ilmankin.

### **Ennen selkään nousua kiristetään vielä satulavyö, jotta satula ei pääse pyörähtämään pois paikaltaan.**

Jos mukana on avustaja, hänen tehtävä on pitää hevonen paikallaan. Avustajalle voi antaa myös raipan pidettäväksi selkään nousun ajaksi. Ratsastaja asettuu seisomaan hevosen viereen satulan kohdalle kasvot hevosen häntään päin. Vasemmalla kädellä otetaan kiinni hevosen harjasta satulan läheltä. Vasen jalka nostetaan kohti jalustinta, ja oikealla kädellä autetaan jalan sujauttamisessa jalustimeen. Kun jalka on jalustimessa, oikea käsi siirretään satulan päälle eteen tai keskelle. Oikealla jalalla ponnistetaan kääntyen samalla hevoseen päin ja käsillä autetaan liikettä ylöspäin. Tarvittaessa ponnistusvoimaa voi ottaa useammalla hypyllä. Kun ratsastaja on satulaa korkeammalla, nostetaan oikea jalka varovasti hevosen yli ja pujotetaan jalka jalusti-

meen samalla kun laskeudutaan pehmeästi istumaan.

Jos selkään nousee itsenäisesti, on samalla huolehdittava, ettei hevonen pääse irti. Satulavyö kiristetään siten, että koukataan vasen käsi ohjan alta ja pidetään ohja kyynärtaipeen kohdalla kiristämisen ajan. Tämän jälkeen otetaan ohjat vasempaan käteen niin lyhyiksi, että hevonen pysyy paikallaan. Jos mukana on raippa, myös se pidetään vasemmassa kädessä ja lisäksi tukea voi ottaa hevosen harjasta. Muilta osin selkään nousu tapahtuu samalla tavoin kuin avustajan kanssa.

***Selässä tarkistetaan vielä kerran satulavyön kireys ja jalustimien sopiva pituus. Perusistunnassa jalustinhihnojen pituus on sopiva, kun nilkkaalu on suunnilleen jalustimen alareunan kohdalla jalan ollessa irti jalustimesta. Jalustin laitetaan jalkaan niin, ettei siihen jää kierteitä, jotka voisivat hangata.***

Jos satulavyötä pitää kiristää tai jalustimien pituutta säättää vielä selässä ollessasi, opettaja tai taluttaja auttaa sinua. Melko alkuvaiheessa on kuitenkin hyvä itsekin opetella jalustinhihnojen säätäminen ja satulavyön kiristäminen selästä käsin. Jalustinhihnoja säädettäessä jalat pidetään jalustimissa ja hihnaa säädetään reiden etupuolelta yhdellä kädellä. Toinen käsi pitää ohjista ja tässä kädessä voi olla myös raippa tai sen voi sujauttaa vastakkai-

sen reiden alle. Kun hihna on saatu sopivalle pituudella, nostetaan solki ylös läpän alle. Tämä tapahtuu ottamalla kädellä napakan otteen jalustinhihnasta noin 20 senttimetriä soljen alta ja nostamalla hihnaa kädellä ylöspäin. Tämän jälkeen polkaistaan jalustimessa olevalla jalalla hihnan löysä osa pois, ja samalla solki siirtyy takaisin läpän alle. Satulavyö kiristetään nostamalla jalustimessa oleva vasen jalka satulan etupuolelle ja kiristämällä vyö satulan siiven alta.

Selkään nouseminen voi toisinaan tuottaa haasteita, mutta harjoittelun kautta saa siihen lisää sujuvuutta. Ratsastuksenopettaja voi antaa myös vinkkejä harjoituksista, joiden avulla voit parantaa selkään nousemiseen tarvittavia taitoja myös kotona.

Kun kaikki ovat päässeet selkään, opettaja kertoo missä järjestyksessä lähdetään liikkeelle ja kumpaan kierrokseen ratsastetaan. Alkukaarosta ratsastetaan ensin suoraan pitkää sivua kohti ja käännetään sitten lähellä uraa opettajan pyytämään suuntaan.

Selästä laskeutumista varten hevoset ohjataan loppukaartoon, joka on samanlainen muodostelma kuin ratsastustunnin alussa oleva alkukaarto. Loppukaarossa kiitetään sekä opettaja että hevosta, jonka jälkeen laskeudutaan ratsailta. Ensin irrotetaan jalat jalustimista. Tämän jälkeen kumarrutaan eteenpäin, otetaan käsillä tukea hevosen kaulalta ja heilautetaan oikea jalka rauhallisesti hevosen takaosan yli. Alas laskeudutaan jalat vierekkäin polvista kevyesti joutaen. Jos avusta-

jaa ei ole käytössä, muista pitää ohjat lyhyenä myös ratsailta laskeutumisen ajan, jotta hevonen pysyy paikallaan.

Jos hevonen viedään tunnin jälkeen talliin, sen satulavyötä löysätään ja jalustimet nostetaan ylös. Jos hevonen jatkaa suoraan seuraavalle tunnille, odotetaan, että uusi ratsastaja tulee paikalle ja ottaa hevosen hallintaansa.

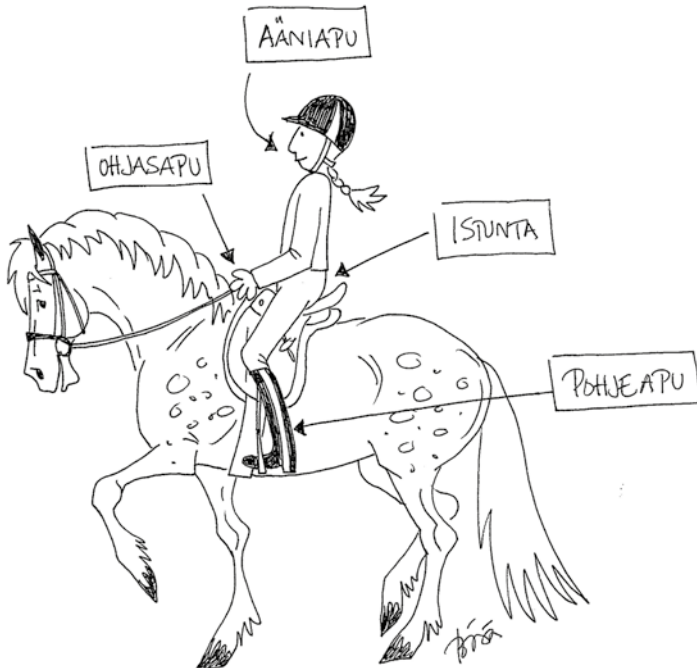
## APUJEN KÄYTTÖ

***Avuilla tarkoitetaan ratsastajan keinoja vaikuttaa hevoseen ja saada se tekemään pyydetyt asiat.***

Hevoset eivät ymmärrä apuja luonnostaan, vaan ne on koulutettu tekemään tehtäviä saatuaan siihen apujen kautta

oikeanlaisen pyynnön. Hevosten herkyys reagoida apuihin vaihtelee paljon. Alkeiskurssilla käytössä olevat hevoset voivat tarvita melko vahvoja apuja tehtävien suorittamiseen, mutta toisaalta ne eivät myöskään hermostu vähästä, jos ratsastaja antaa vahingossa avuillaan vääriä tai turhia ohjeita. Pääsääntöisesti apujen käytössä ei tarvita kovinkaan paljoa voimaa, vaan tärkeämpää on antaa avut selkeästi ja oikeaan aikaan. Taitojen kehittyessä ratsastaja oppii antamaan apuja nopeasti peräkkäin ja huomioiden hevosen reagoinnin. Parhaimmillaan apujen käyttö näyttää lähes huomaamattomalta.

***Ratsastajan avut ovat painoavut, pohjeavut ja ohjasavut. Niiden tehosteena voidaan käyttää ääniapuja, raippaa ja kannuksia.***



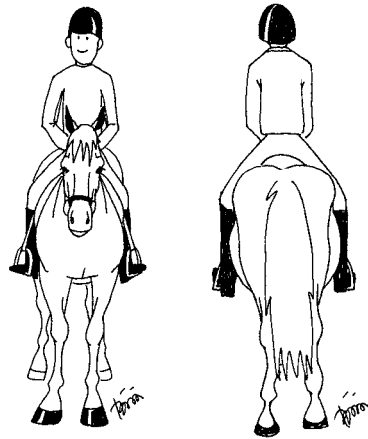
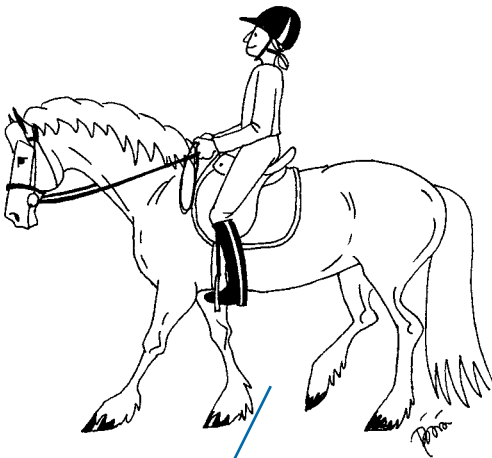
## Painoapu ja istunta

Painoapu on ratsastajan tärkein apu, koska se vaikuttaa hevoseen aina, kun ratsastaja on hevosen selässä. Painoapu ja istunta kulkevat käsi kädessä. Hyvä istunta on rento, mutta jäntevä. Oikeaoppinen istunta auttaa ja on edellytyskin tasapainon säilyttämiseen, liikkeisiin mukautumiseen sekä apujenkäyttöön. Vähintään kohtuullisesta peruskunnosta on apua hyvän istunnan saavuttamiseen.

### Edestä

- Olkavarret ja kynärpää ovat rentoina vartalon vieressä.
- Ranteet ovat suorat ja nyrkkit pehmeästi suljetut.
- Pyri hengittämään tavalliseen tapaan, koska tiheä hengitys tai hengityksen pidättäminen jännittävät vartaloa ja vievät näin rentoutta pois.

### Perusistunta



### Perusistunta sivusta

- ylävartalo ryhdikäs ja kannateltu.
- Katse eteenpäin.
- Ranteet ovat suorat.
- Jalka rentona, jalustin on päkiällä, jolloin nilkka joustaa ja kantapää painuu varpaita alemmas.

### Takaa

- Istunta on suorassa keskellä satulaa.
- Jalat laskeutuvat rentona jalustimeen. Polvilla ja reisillä ei puristeta satulaa ja ratsastajan pohkeet pysyvät tasaisesti hevosen kyljissä.



Vaikka perusistuntaan on olemassa nämä peruseriaatteet, jokaisella ratsastajalla on hieman omannäköisenä istunta ruumiinrakenteesta riippuen. Hyvä ratsastuksenopettaja osaa huomioida kunkin yksilölliset ominaisuudet ja miettiä niiden pohjalta toimivimman istuntatavan.

Istunnalla voidaan mukautua liikkeeseen, jolloin lantio liikkuu liikkeen mukana. Jos hevosen vauhtia halutaan hiljentää tai pysäyttää, voidaan istunnalla vastustaa hevosen liikettä lopettamalla lantion mukautuminen liikkeeseen. Lisäksi paino voidaan siirtää oikealle tai vasemmalle. Esimerkiksi käänöksessä oikealle ratsastajan paino sijoitetaan oikealle istuinluulle

## Pohjeavut

Pohkeella tarkoitetaan polven alapuolista osaa ratsastajan jalasta. Oikeaoppisesti ja tasapainoisesti istuessaan ratsastaja pitää pohkeet pehmeästi lähellä hevosen kylkiä, ikään kuin jalka halaisi kevyesti hevosen kylkeä. Pohkeen luonnollinen paikka on siinä, missä ratsastaja on tasapainossa, normaalisti noin satulavyön kohdalla tai hieman sen takana. Kun pohkeella vaikutetaan, lisätään hetkellisesti painetta jalalla kohti kylkeä. Paineen lisääminen voi tilanteesta riippuen olla pohkeen tuominen tiiviimmin kylkeä vasten tai jopa nopea napautus jalalla kylkeen. Kun pohjeapu on mennyt läpi eli hevonen on vastannut siihen, pohjeapu hellitetään ja jalka palaa taas ”halaamaan” hevosen kylkeä.

Pohjeavut ovat ensisijaisesti eteenpäinajavia, jolloin ratsastaja painaa molemmilla pohkeillaan hevosen kylkiä yhtä aikaa ja hellittää heti, kun hevonen on reagoinut. Pohjeapua käytetään myös kääntämisessä, jolloin painetaan vain vastakkaisen puolen pohkeella: esimerkiksi, jos halutaan kääntyä oikealle, painetaan vasemman jalan pohkeella.

## Ohjasavut, ohjien pito ja ohjaaminen

Ohjasavut kulkeutuvat ratsastajan kädestä ohjaa pitkin hevosen kuolaimen. Jotta ohjasapuja voidaan antaa oikein, on ratsastajan keskittyttävä käsiensä asentoon ja niiden käyttämiseen.

Ohjat pidetään molemmissa käsissä. Ohjat kulkevat nimettömän ja pikkurillin välistä kämmenen sisälle ja tulevat ulos peukalon ja etusormen välistä. Peukaloa pidetään ohjan päällä, mutta sitä ei puristeta kiinni. Ohjanperät tulevat oikealle puolelle hevosen kaulan ja oikeanpuolimaisen ohjan väliin. Rystyset ovat sivuille päin, kyynärpäät lähellä omaa vartaloa ja ranteet suorina. Kädet pidetään hevosen sään päällä eli satulan etuosan edessä noin nyrkinmitan verran irti hevosesta ja samanmittaisen etäisyyden päässä toisistaan, huomioiden kuitenkin ratsastajan käsivarren pituus. Ratsastuksenopettaja auttaa löytämään käsille paikan, jossa ne ovat tasapainossa muun istunnan kanssa.

Tunnin alussa ja lopussa hevosta verytellään vapaassa käynnissä, jolloin ohjat roikkuvat löysinä. Kun hevoseen halutaan vaikuttaa ohjasavuilla, ohjien pituutta lyhennetään eli he-

vonon otetaan ohjastuntumalle. Alkeiskurssilla opettaja neuvoo oikean ohjaspituuden valinnassa pyytämällä pidentämään tai lyhentämään ohjia. Ohjia lyhennetään ottamalla ohjista kiinni lähempää hevosen suuta ja vastaavasti pidennetään siirtämällä käden paikkaa ohjissa kauemmaksi hevosen suusta. Kun ohjaspituus on muutettu sopivaksi, palautetaan kädet takaisin samaan asentoon ja kohtaan hevosen sään päälle. Kokeuksen kasvaessa ratsastaja oppii itse tuntemaan milloin ohjastuntuma on sopiva.

Hevosen liikkeessa ratsastajan kädet liikkuvat olka- ja kyynärpäistä eteenpäin hevosen liikkeen mukana. Käynnissä ja laukassa kädet joustavat enemmän kun ravissa johtuen liikkeen suuruudesta. Kun hevonen halutaan pysäyttää ratsastaja pidättää sitä molemmilla ohjilla. Oikealle kääntymisessä ratsastaja kääntää oikealla ja vasemmalle käännytessä vasemmalla ohjalla. Hyvä vertaus on myös miettiä miten pyörällä käännetään ja kääntää vastaavalla tavalla myös hevosta: pyörääkään ei voi kaatumatta kääntää nopeasti juuri mutkan kohdalla, vaan käännöstä on valmistettava jo pidemmän matkaa ja jätettävä riittävä aika kääntymiselle.

***Useimmissa ratsastuksen tehtävissä tulee käyttää monia apuja yhtä aikaa.***

***Alkeiskurssilla monet tehtävät on pilkottu pienempiin kokonaisuuksiin. Kun yksi taito saadaan hallintaan, siihen voidaan harjoitella toisen asian yhdistämistä.***

## Apujen tehosteet:

Perusapuja eli painoa, pohjeapuja ja ohjasapuja voidaan tehostaa ja selvittää äänellä, raipalla ja kannuksilla. Nämä eivät siis ole erillisiä apuja, vaan niitä käytetään yhdessä muiden apujen kanssa.

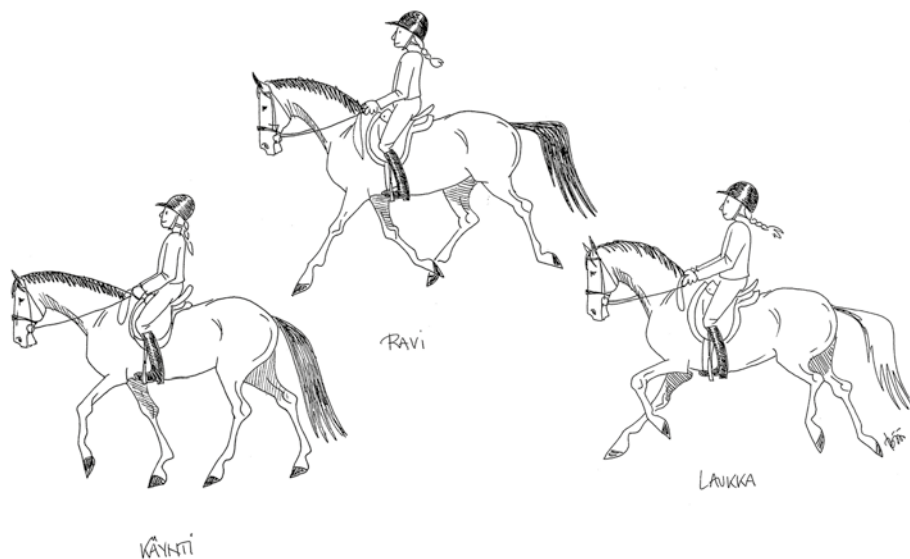
Eteenpäinvievä ääni on tavallisesti maiskutus. Pidättävä tai rauhoittava ääni on tavallisesti rauhallisesti lausuttu ”pruu” tai ”hoo”. Raipalla ja kannuksilla tehostetaan pohjeapuja. Jos hevonen ei reagoi pohkeen käyttöön, voidaan sitä täsmentää käyttämällä raippaa pohkeen taakse otamalla ohjat ensin toiseen käteen ja irrottamalla raippakäsi ohjista raipan käyttämisen ajaksi. Raipan käyttöä voidaan opetella, kun ratsastaja hallitsee tasapainonsa ja kätensä paikan.

Ratsastussaappaisiin kiinnitettäviä kannuksia voivat käyttää kokeneet ratsastajat, jotka hallitsevat vakaan ja tarkoituksenmukaisen pohkeen käytön. Alkeiskurssilta on vielä pitkä matka kannuksien käyttäjäksi.

## ASKELLAJIT

Hevosen askellajit ovat käynti, ravi ja laukka. Lisäksi askellajien ratsastamiseen liittyvät termit tahti, rytmi ja tempo.

Tahti tarkoittaa askelten nopeutta ja säännöllisyyttä. Tahdin synonyymina voidaan pitää rytmi sanaa, jota ratsastuksessa kuitenkin käytetään lähinnä laukasta. Tempo puolestaan tarkoittaa hevosen liikkumisnopeutta eli vauhtia. Tempo muutettaessa



askellajin tahdin ja rytmien pitäisi säilyä samana, joten käytännössä tempon lisääminen tarkoittaa hevosen askelpituuden lisäämistä ja tempon vähentäminen askelpituuden lyhentämistä.

Käynti on hevosen kävelyä, ja siinä hevonen astuu vuoronperään jokaisella jalallaan. Käynti on hitain ja ratsastajan kannalta tasaisin askellaji, joten useimmat harjoitukset alkeiskursilla tehdään käynnissä.

Ravi on puolestaan hevosen juoksua. Hevosen askelkorkeudesta ja -pituudesta riippuen ravi tuntuu ratsastajasta enemmän tai vähemmän pomputtavalta. Ratsastuskouluissa on yleensä hevosia, joilla on tasaiset askellajit, joissa on suhteellisen helppo istua. Ravissa istuminen vaatii kaikilta aluksi opettelua sekä kohtuullisen hyvää kuntoa.

Laukka on hevosten nopein askellaji, joka on ratsastajalle ravia tasaisempi istua. Alkeiskursilla laukkaa harjoitellaan yleensä kurssin lopuksi.

## KEVENTÄMINEN

Ravia voidaan ratsastaa perusistunnassa istuen (harjoitusravi) tai keventäen (kevyt ravi). Kevyessä ravissa ratsastaja keventää painonsa joka toisella askeleella jalustimien varaan niin, että takamus nousee hetkellisesti irti satulasta. Maneesissa tai kentällä ratsastettaessa kevennetään kiertosuunnan mukaisesti aina hevosen ulkoetujalalle. Tämä tarkoittaa käytännössä sitä, että silloin kun hevosen ulkoetujalka astuu eteen ja ylöspäin, ratsastaja nousee ylös kevennykseen. Kun ulkoetujalka palaa taakse ja alaspäin, ratsastaja istahtaa kevyesti alas satulaan. Keventäessä on hyvä ajatella ylös/alas-liikkeen sijasta myös lantion eteen/taakse-liikettä. Aloittelevan ratsastajan on syytä ottaa ensimmäisissä kevennysharjoituksissaan tukea hevosen harjasta.

Ratsastustunnilla opettaja voi sanoa ”väärä kevennys” tai ”vaihdakaan kevennystä”, jolloin ratsastaja keventää ulkoetujalan sijaan sisäetujalalle. Har-

jaantunut ratsastaja tuntee oikean kevennyksen, mutta kokemattomampi voi tarkistaa kevennyksensä välillä se vilkaisemalla hetkellisesti alas hevosen ulkoetulavan eli jalan yläosan liikettä. Kevennys vaihdetaan jättämällä yksi kevennys välistä eli istumalla kaksi ”pomppua” alhaalla. Kevennys vaihdetaan myös aina, kun kiertosuunta vaihtuu.

## SIIRTUMISEN

Siirtymisillä tarkoitetaan esimerkiksi pysähdyksestä käyntiin tai käynnistä pysähdykseen siirtymistä tai siirtymisiä käynnistä raviin/ravista käyntiin tai ravista laukkaan/laukasta raviin. Siirtymisillä voidaan tarkoittaa myös tempon (vauhti/askellitus) muuttamista askellajin sisällä. Myöhemmässä vaiheessa siirtymiset voidaan ratsastaa myös yhden tai kahden askellajin ”ylikin”, esimerkiksi pysähdyksestä suoraan raviin tai laukkaan tai laukasta pysähdykseen.

Jos halutaan siirtyä hiljaisempaan tempoon tai askellajiin, se tehdään pidättävin avuin, jotka tehdään ohjilla ja istunnalla. Jos puolestaan halutaan siirtyä reippaampaan tempoon tai siirtyä nopeampaan askellajiin, se tehdään eteenpäinajavilla avuilla. Eteenpäinajavia apuja ovat istunta sekä pohjeapu, joita voidaan tarvittaessa tehostaa maiskutuksella tai raipalla.

Laukannosto poikkeaa muista siirtymisistä, koska siinä ei käytetä normaaleja eteenpäinajavia apuja, vaan nosto tehdään sisä- tai ulkopohkeen paikkaa muuttamalla.

## RATSASTUSRADAN TIET

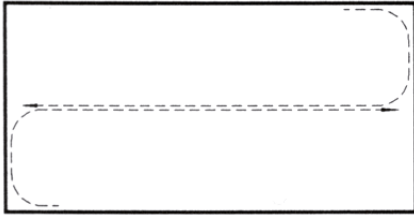
Ratsastuskentän tavallinen koko on joko 20x40 metriä tai 20x60 metriä. Ratsastuskentällä voidaan ratsastaa erilaisia reittejä ja kuvioita, joita kutsutaan ratsastusradan teiksi. Teiden ratsastamisella voidaan harjoittaa ratsastajan keskittymistä ja apujen käyttöä sekä hevosen tottelevaisuutta ja notkeutta. Niiden avulla vaihdetaan myös ratsastussuuntaa.

Käytännössä kaikkien ratsastusradan teiden ratsastaminen on ratsastamista joko suoraan tai kääntämistä eri jyrkkyyksasteisille kaarille. Tämä voi kuulostaa helpolta, mutta tasapainon, suoruuden ja sopivan asettamisen ja taivuttamisen saavuttamiseksi tarvitaankin nopeaa ja oikea-aikaista apujen käyttöä ja keskittymistä.

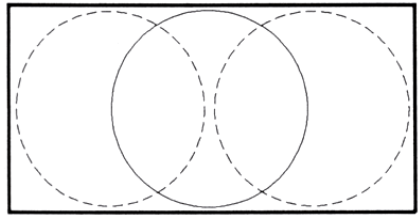
Suoraan ratsastettaessa hevosen tulee olla koko rungostaan suora. Kaarevilla urilla hevonen asetetaan ja taivutetaan kaarteeseen jyrkkyyden mukaisesti. Asetuksessa hevonen kääntää päätään hieman muun rungon pysyessä suorana. Asettaminen tehdään lyhentämällä sisäohjan otetta sen verran, että ratsastaja näkee hevosen silmäkulman ja sierainkaaren. Taivutettu hevonen on taipunut koko rungostaan ja olisi ylhäältäpäin katsottaan banaanimuotoinen.

***Ratsastusradan tiet on hyvä opetella ulkoa jo ennen alkeiskurssia tai alkeiskurssin alkuvaiheessa, niin aikaa ei kulu oikean tien muisteleamiseen vaan voi keskittyä sen oikeaoppiseen ratsastamiseen.***

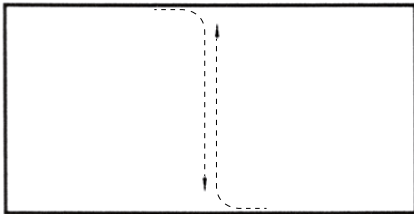
**Rata pituussuuntaan leikkaa**  
(keskihalkaisija)



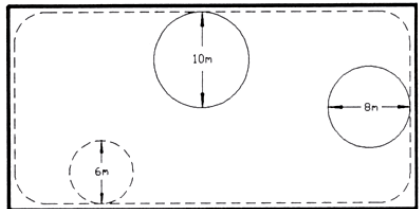
**Keskiympyrä ja pääty-ymyrät**



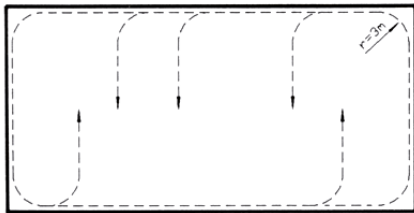
**Rata poikkisuuntaan leikkaa**



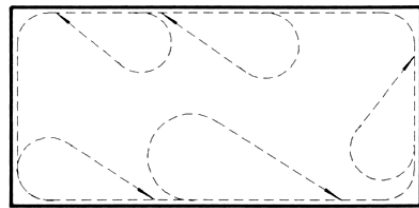
**Voltti**



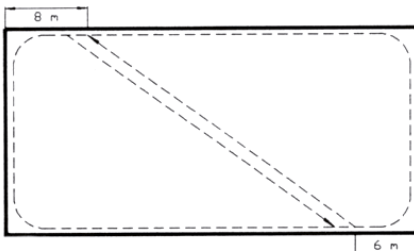
**Kaarto radan poikki**



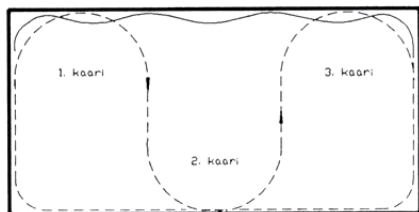
**Täyskaarto**

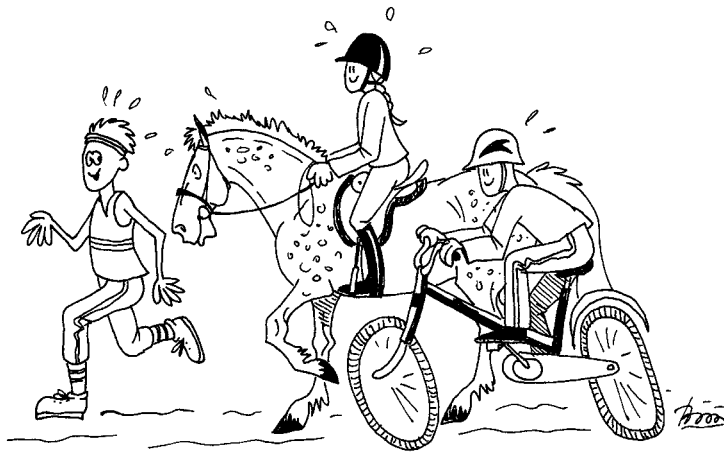


**Koko rata leikkaa**



**Kiemuraurat, Loiva kiemura**





## Monipuolinen liikunta, alku- ja loppuverryttelyt

Ratsastuksessa voi hengästyä, hikoilla tai vahvistaa lihaksia samalla kun nauttii yhteistyöstä hevosen kanssa. Ratsastus kehittää fyysistä kuntoa, tasapainoa, rytmittäjua ja koordinaatiokykyä.

Ennen selkään nousua on hyvä verryttellä esimerkiksi juoksemalla kevyesti, hyppelemällä, heiluttelemalla raajoja ja venyttelemällä kevyesti. Verryttely auttaa kokoamaan ajatukset tulevaan ratsastuskertaan, paran-

taa reaktionopeutta ja lisää jänteiden ja nivelsiteiden joustavuutta.

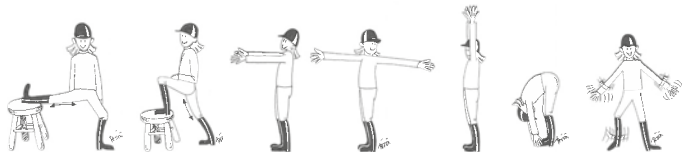
Ratsastuksen jälkeen lihakset saadaan palautumaan heilutteluilla ja rennoilla, lyhyillä venytyksillä.

Useimmat tuntiratsastajat harrastavat ratsastusta 1-2 kertaa viikossa. Ratsastuksen lisäksi kannattaa harrastaa muutakin liikuntaa ja muistaa terveelliset elämäntavat – hyvinvoiva ratsastaja jaksaa paremmin ja oppii helpommin!

Alkuverryttelyliikkeitä.



Loppuverryttelyliikkeitä.



# Jokainen voi vaikuttaa tallin ilmapiiriin

Jokainen tallilla kävijä vaikuttaa tallin viihtyvyyteen ja turvallisuuteen omalla toiminnallaan. Kun tallilla ihmiset ovat ystävällisiä, kohteliaita ja auttavaisia, tulee tallista mukava paikka sekä ihmisille että sen varsinaisille asukkaalle eli hevosille. Tallilla moikataan kaikkia. Kannattaa kysyä rohkeasti neuvoa, jos ei ole jossain tilanteessa varma, miten toimia. Myös siisteydellä on osuutensa viihtyvyyteen ja turvallisuuteen, joten tavarat viedään aina käytön jälkeen omille paikoilleen. Välinpitämättömyys toimintatavoista ja siisteydestä johtaa pahimmillaan hevosten hyvinvoinnin kärsimiseen ja turvallisuuden vaarantumiseen.

Muiden ratsastustuntien seuraaminen on opettavaista ja hyödyllistä. On kuitenkin käytettävä pelisilmää: Jos kentällä on tunti menossa, äänekkäs jutustelu ja naureskelu eivät sovi ratsastuskentän reunalle, sillä ne voivat häiritä tunnilla ratsastavia.

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



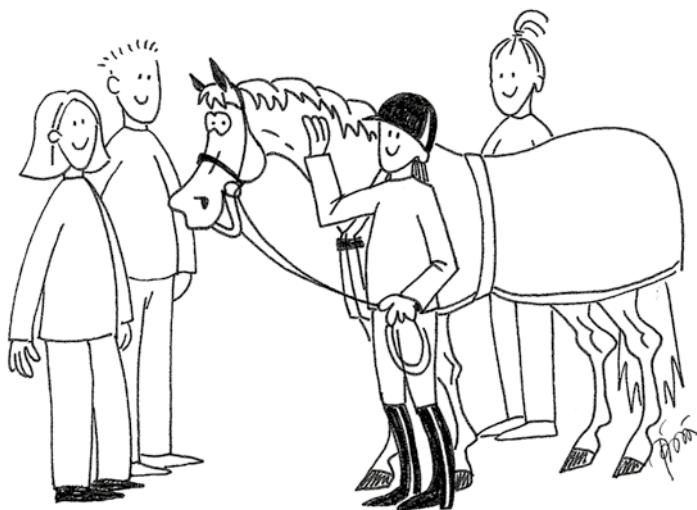
# Ratsastavat lapset ja vanhempien rooli

Lapset kaipaavat tukea harrastukseleen. 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!

Varsinainen ratsastustunti sujuu ratsastuksenopettajan johdolla. Hän ohjaa tunnin kulkua sekä antaa tarvittavat neuvot ratsastajille. Kentälle ei saa mennä ilman opettajan lupaa eikä kentän reunalta tule huudella kesken tunteja 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 vanhemmalla on mielessä asia, josta haluaa keskustella opettajan kanssa, on se mukavampi käydä läpi tallin puhelinaikana tai sopimalla opettajan kanssa erikseen keskusteluaika.

Opettajalla tulee olla vanhempien ajan tasalla oleva yhteystiedot, joten muista ilmoittaa myös tallille mahdolliset numero- ja osoitemuutokset. Esimerkiksi tapaturmatilanteissa näille on tarvetta, jotta vanhemmille voidaan ilmoittaa mahdollisimman nopeasti tapahtuneesta.







## Ratsastusseurojen toiminta ja jäsenyys

Ratsastuskoulu on useimmiten yritys, mutta tallilla toimii yleensä myös ratsastusseura. Ero muihin urheiluseuroihin on siinä, että ratsastusseurat tarjoavat vain harvoin varsinaisia ratsastuspalveluja, esimerkiksi ratsastustunteja. Ratsastusseurat toimivat tavallisesti tiiviissä yhteistyössä talliyrityksen kanssa ja järjestävät toimintaa tallin asiakkaille/seuran jäsenille.

Ratsastusseurat ovat rekisteröityjä yhdistyksiä, jotka kuuluvat jäseni-

nä Suomen Ratsastajainliittoon. Ratsastusseuran hallitus tekee päätökset seuran hallinnosta, raha-asioista sekä toimintalinjoista. Hallitus koostuu vuosikokouksessa valituista henkilöistä. Suomen Ratsastajainliittoon kuuluu noin 500 ratsastusseuraa, joissa on noin 50 000 jäsentä.

Ratsastusseurojen toiminta vaihtelee seuroittain. Seurat järjestävät muun muassa valmennustoimintaa, hevoskerhoja, hevostaitoluentoja, kilpailuja sekä retkiä ja illanviettoja jäsenilleen.

Ratsastusseuran kautta liitytään myös Suomen Ratsastajainliiton jäseneksi. Jäsenetuina ovat ratsastusharrastuksen tapaturmavakuutus, Hipposlehti 7 kertaa vuodessa sekä erilaisia kaupallisia etuja. Ratsastuskilpailuihin osallistumiseen vaaditaan seurajäsenyys, ja seuralaiset voivat myös suorittaa ratsastus- ja hevostaitomerkkejä.

Ratsastusseurat tarjoavat jäsenilleen myös omia jäsenetuja, joita voivat olla esimerkiksi edullisemmat tai täysin maksuttomat kurssit, valmennukset, merkisuoritukset, tapahtumat, retket tai vaikkapa alennukset yhteistyötallin ratsastustunneista.

Seuraan kuulumisella on myös laajempi merkitys koko lajin kannalta: se on rekisteröityminen ratsastuksen harrastajaksi. Harrastajien määrä puolestaan vaikuttaa suoraan Opetus- ja kulttuuriministeriön vuosittain lajiliitolle myöntämän, lajin kehittämiseen varatun avustuksen suuruuteen.

Ratsastusseuratoiminta pohjautuu vapaaehtoisuuteen. Seurassa toimii lukuisia vapaaehtoisia eri rooleissa, esimerkiksi hallitustyöskentelyssä, kilpailujen järjestämisessä, toimihenkilöinä, ohjaajina tai tapahtumanjärjestäjänä. Seuraan voi kuulua myös vain kannatuksen vuoksi eikä aktiivisempi osallistuminen ole pakollista. Jos innostusta on, seuratyöhön voi lähteä heti harrastuksen alussa: läheskään kaikissa tehtävissä ei tarvitse osata ratsastaa sujuvasti tai edes tietää hevosista mitään.

***Kysy seuratoiminnasta tarkemmin tallilta tai hyödynnä SRL:n nettisivuilta löytyvää ratsastusseurahakuria. Hakurilla voi etsiä sopivaa seuraa esimerkiksi paikkakunnan tai seuran järjestämän toiminnan perusteella.***

*Ratsastusseurahaku:  
[www.ratsastus.fi/seurahaku/](http://www.ratsastus.fi/seurahaku/)*

## **Green Card ja Green Card Plus -vakuutuskortit**

SRL:n jäsentallilla säännöllisesti ratsastavan on mahdollista varmistaa vakuutusturvansa myös Green Card -vakuutuskortin kautta, jos ei jostain syystä halua liittyä ratsastusseuraan. Green Cardiin kuuluu ratsastuksen urheiluvakuutus, joka on samanlainen kuin seurajäsenyyteen kuuluva vakuutus. Green Card -vakuutetut voivat suorittaa myös ratsastus- ja lajimerkkejä. Hipposlehteä tai muita jäsenetuja ei Green Card -vakuutukseen kuulu. Muilla kun SRL:n jäsentalleilla ratsastaville suosittelemme seurajäsenyyttä tai Green Card Plus -vakuutuskorttia.

**Lisätietoja:**  
[www.ratsastus.fi/ratsastamaan/green-card/](http://www.ratsastus.fi/ratsastamaan/green-card/)  
[www.ratsastus.fi/ratsastamaan/green-card-plus/](http://www.ratsastus.fi/ratsastamaan/green-card-plus/)

# Harrasteratsastajan polku

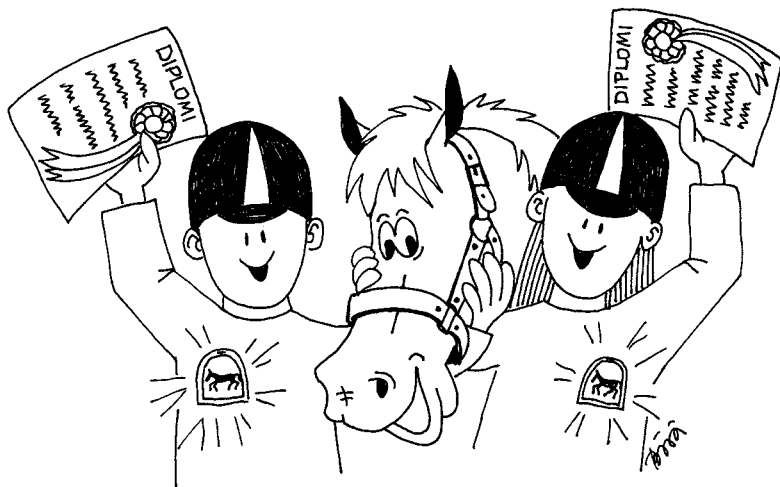
Suomen Ratsastajainliitto on ensimmäisenä lajiliittona kehittänyt kilpaurheilun uralle tähtäävien urapolun rinnalle Harrasteratsastajan polun. Polun avulla harrastaja voi kartoittaa omaa osaamistasoaan, suunnitella uusia tavoitteita ja lisätä harrastuksensa monipuolisuutta. Polku auttaa myös harrastuksen monipuolisuuden ja kokonaisvaltaisuuden hahmottamisessa. Se antaa myös vertailupohjaa sille, miten harraste- ja kilparatsastuksen vaatimukset eroavat toisistaan.

*Tutustu Harrasteratsastajan koko polkuun:  
[www.ratsastus.fi/jasenelle/harrasteratsastajan-polku/](http://www.ratsastus.fi/jasenelle/harrasteratsastajan-polku/)*

*Tutustu Kilparatsastajan urapolkuun:  
[www.ratsastus.fi/kilpailu-ja-valmennus/kilpailijalle/](http://www.ratsastus.fi/kilpailu-ja-valmennus/kilpailijalle/)*

**Esimerkki Harrasteratsastajan polun sisällöstä perustaitotasolla:**

	Perustaso
Avainasiat	<ul style="list-style-type: none"><li>• Tutustuminen hevoseen eläimenä, hevosen arvostaminen.</li><li>• Kiinnostus hevostaitoihin.</li><li>• Turvallisten toimintatapojen omaksuminen.</li><li>• Harrastajan oma innostus ja halu oppia uutta.</li><li>• Avun pyytäminen tarvittaessa esimerkiksi tallihenkilökunnalta.</li><li>• Perusliikuntaidot hallinnassa.</li></ul>
Hevonen	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ratsastuskoulun opetushevonen.</li><li>• Koulutettu.</li><li>• Rauhallinen.</li><li>• Tottunut kokemattomiin ratsastajiin.</li></ul>
Hevostaidot	<ul style="list-style-type: none"><li>• Hevosen käsittely hoitotilanteissa.</li><li>• Hevosen ruumiinosien tunnistaminen.</li><li>• Riimun laitto.</li><li>• Hevosen sitominen.</li><li>• Harjaaminen.</li><li>• Kavioiden puhdistaminen.</li><li>• Taluttaminen.</li><li>• Satulointi.</li><li>• Suitsinta.</li><li>• Suojien käyttö.</li></ul>
Perusratsastus	<ul style="list-style-type: none"><li>• Jalustimien säätäminen.</li><li>• Ratsaille nousu.</li><li>• Ratsailta laskeutuminen.</li><li>• Perusistunnan harjoittelu.</li><li>• Apujen käyttö.</li><li>• Keventäminen, kevennyksen vaihto.</li><li>• Pysähtyminen.</li><li>• Kääntäminen.</li><li>• Askellajit (käynti, ravi, laukka).</li><li>• Etäisyyksien säilyttäminen muihin ratsukoihin.</li></ul>



## Ratsastus- ja hevostaitomerkit

Suomen Ratsastajainliitolla on 6 eritasoista hevosten hoitamiseen liittyvää hevostaitomerkkiä, 11 eritasoista ratsastusmerkkiä ja 4 lajimerkkiä. Merkit ovat taitomerkkejä, joiden avulla voi tavoitteellisesti edetä omisa hevos- ja ratsastustaidoissa. Jokaiselle merkille on määritelty oma taitotasonsa, jonka läpäisemällä merkkisuoritus on hyväksytty ja sen todisteeksi voi lunastaa itselleen pinssin ja todistuksen.

Helpoimpia merkkejä voi suorittaa jo pian ratsastusharrastuksen aloittamisen jälkeen, mutta kaikkein vaativimpiin tarvitaan pitkä ja menestyksellinen kilparatsastajana. Merkkisuoritustilaisuuksia voivat järjestää SRL:n jäsentallit ja jäsenseurat. Ratsastuslajimerkkien suorittajien tulee olla ratsastusseuran jäseniä tai heillä on oltava voimassa oleva Green Card.

Merkkisuoritukset rekisteröidään, ja ne tulevat näkyviin seuraavan vuoden jäsenkorttiin.

### Ratsastusmerkkejä ovat:

- Perusmerkki • Ratsastajamerkki erityisryhmille • C-merkki • Aikuisratsastusmerkki • B-merkki • A-merkki • Taitomerkki • Pronssi-merkki • Hopeamerkki • Kultamerkki • Mestariatsastajamerkki

### Lajimerkkejä ovat:

- Maastoratsastusmerkki • Valjakko-merkki • Lännenratsastusmerkki • Islanninhevosten askellajiratsastusmerkki

### Hevostaitomerkkejä ovat:

- Minimerkki • Perushoitomerkki • Hoito I –merkki • Hoito II –merkki • Lääkintämerkki • Ruokintamerkki

# Valmentautuminen ja kilpaileminen

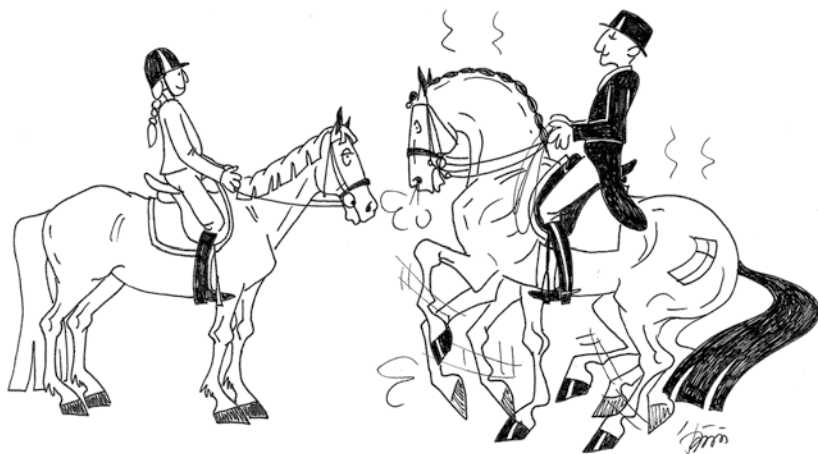
Ratsastuksessa kilpaileminen ei ole yhtä keskeisessä asemassa kuin monissa muissa urheilulajeissa. Ratsastuksessa 15 vuotta ratsastanut taitava konkari ei välttämättä ole kilpaillut kertaakaan, eikä kukaan edes ihmettele sitä. Jos kiinnostusta löytyy, myös tuntiratsastajien on yleensä mahdollista päästä osallistumaan ainakin omalla tallilla järjestettäviin kilpailuihin. Tämä voi toisinaan edellyttää valmennusryhmään kuulumista tai vähintään kahta ratsastustuntia viikossa. Kilpailumahdollisuuksia kannattaa tiedustella ratsastuksenopettajalta.

Ratsastuksen olympialajit ovat esteratsastus, kouluratsastus ja kenttäratsastus. Lisäksi on mahdollista kilpailla lännenratsastuksessa, matkaratsastuksessa, valjakkoajossa, pararatsastuksessa (myös paralympialaji), vikellyksessä sekä islanninhevosten askellajiratsastuksessa. Myös hevostaidoista voi kilpailla.

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.

Helppoihin kilpailuihin voi osallistua ratsastustuntien harjoittelulla. Sen sijaan suunnitelmalliseen kilpailemiseen sisältyy myös tavoitteellista valmentautumista. Valmentautumisessa kehitetään ratsastajan taitojen lisäksi kokonaisvaltaisemmin koko ratsukkoa. Valmennuksien tavoitteet asetetaan yleensä kilpaurheilun päämäärien pohjalta.

Jos kiinnostus valmentautumiseen ja kilpailemiseen on kova, kannattaa nämä mahdollisuudet huomioida jo harrastuspaikkaa valitessa.



# Harrastuksen syventäminen

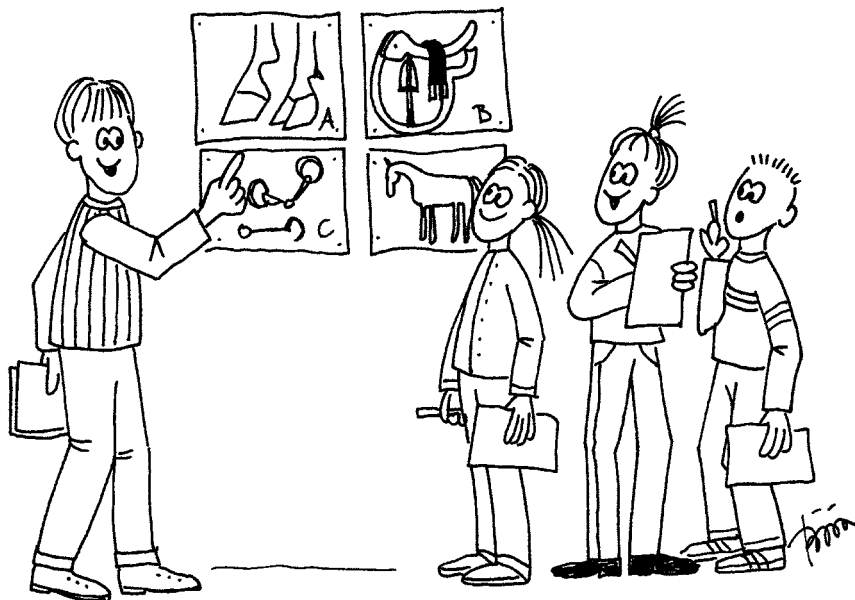
Alkeiskurssin jälkeen ratsastusharrastusta jatketaan jatkokursseilla tai -leirillä (esim. Jatko I/Alkeisjatko) tai sopivan tasoilla vakioratsastustunneilla. Kun ratsastuksen perustaidot ovat hyvin hallinnassa, voi kokeilla ratsastuksen eri lajeja. Esimerkiksi esteratsastuksen alkeissa tarvitaan jo laukan esteratsastuksessa paljon käytettävän kevyen istunnan hallintaa. Ensimmäiset harjoitukset tehdään maassa olevilla puomeilla. Jos innostuu jostain lajista erityisesti, voi harrastuksen keskittää myös tämän lajin ympärille.

Monilla talleilla toimii hevoskerho joko tallin tai seuran järjestämänä. Hevoskerhoissa opetellaan käytännön hevostaitoja sekä ratsastuksen ja hevosten hoidon teoriaa. Suurin

osa hevoskerhoista on alakouluikäisille lapsille, ja niissä hevostaitojen harjoittelun lisäksi leikitään, askarrellaan, retkeillään ja liikutaan yhdessä. Kerhon ohjaajina toimivat 14 vuotta täyttäneet, hevoskerhonohjaajien kurssin käyneet ohjaajat.

Ratsastusharrastusta voi täydentää myös ratsastusretkillä, vaellusratsastuksella ja hevosmatkailulla. Turvallisinta ja on hankkia perustaidot kentällä ja kotimaassa ennen näiden pariin siirtymistä.

Ratsastukseen ja hevosiin liittyen on tarjolla myös tapahtumia, kursseja, koulutuksia, leirejä ja retkiä, joista jokaisella löytyy varmasti mieluisaa ja kiinnostavaa tekemistä.





## Suomen Ratsastajainliitto ry

Suomen Ratsastajainliitto (SRL) on vuonna 1920 perustettu Suomen ratsastusseurojen valtakunnallinen järjestö. SRL toimii ratsastusseurojen, alueiden sekä yhteisöjäsenten aatteellisena järjestönä sekä toiminnallisena yhdyssiteenä. SRL:n tarkoituksena on ratsastuksen edistäminen Suomessa. SRL:n toiminta tähtää siihen, että Suomessa on mahdollisuus

harrastaa ratsastusta kuntoliikuntana, kuntoutusmuotona ja kilpaurheiluna. Kansainvälisen Ratsastajainliiton jäsenenä SRL luo jäsenilleen edellytykset kansainväliseen huippu-urheiluun. SRL:n toiminnan perustana ovat eettisten elämänarvojen kunnioittaminen ja Reilun Pelin periaatteiden toteuttaminen urheilussa.

### Suomen Ratsastajainliitto ry

**Posti- ja käyntiosoite:**

Valimotie 10  
00380 Helsinki

Sijaitsemme Sporttitalossa

**Puhelinvaihe:**

09 2294 510

**Sähköpostiosoite:**

[ratsastus@ratsastus.fi](mailto:ratsastus@ratsastus.fi)

# Nettisivuja

**www.ratsastus.fi** Suomen Ratsastajainliiton Internetsivuilta löydät muun muassa tietoa ratsastuksesta harrastuksena ja kilpailulajina sekä listat ratsastusseuroista ja talleista yhteystietoineen.

**www.hevoseni.fi** Hevosalan järjestöjen yhteisiltä sivuilta löytyy samasta paikasta tärkeimmät tiedot hevosen hyvinvointiin, tallin pitoon sekä hevosen hankintaan liittyen.

# Kirjallisuutta

Ratsastukseen ja hevosiin liittyvää kirjallisuutta on tarjolla runsaasti sekä kirjakaupoissa että kirjastoissa. Kirjoja on tarjolla monista aihealueista sekä eritasoisille että -ikäisille harrastajille. Kotimaista kirjallisuutta kannattaa suosia, sillä käänöskirjallisuudesta saattaa löytyä asioita, jotka eivät sovellu Suomen oloihin.

SRL:n materiaaleista voi suositella muun muassa seuraavia julkaisuja:

- Hevostaito-opas 25 €  
”Joka tallin ja harrastajan käsikirja hevosenhoidosta”. Sisältää kaiken tarvittavan teoretiedon hevostaitomerkkien suorittamiseen aina perushoitomerkestä lääkintä- ja ruokintamerkkeihin saakka.
- Ratsastajan Kunto-opas 10 €  
Juuri ratsastajille suunnattuja ohjeita ja tietoa kunnon kohottamisesta sekä venyttelystä.
- Ratsastuksen käsikirja 25 €  
Kattava perusteos ratsastuksen perusteista lajin harrastajille ja opiskelijoille.





# Perussanasto

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

**Alkeisleiri** – Ratsastuksen noin 5-6 päivän pituinen peruskurssi, joka suoritetaan leirimuotoisena.

**Aloittelija** – Alkeiskurssilaisista ja muista vähän kokemusta omaavista hevosharrastajista käytetty nimitys.

**Asetus** – Hevosen pää on käännetty niskasta niin, että ratsastaja voi selästä nähdä hevosen silmäkulman ja sierainkaaren.

**Askellajit** – Hevosella on kolme perusaskellajia: käynti, ravi ja laukka. Islanninhevosilla on näiden lisäksi töltti ja passi.

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

**Boksi** – Karsina.

**Etunen** – Hevosen etujalka.

**Harjoituslaukka** – Laukassa ratsastaja istuu syvällä satulassa.

**Harjoitusravi** – Ravissa ratsastaja istuu syvällä satulassa.

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

**Hevoskerho** – Hevoskerhoja järjestävät useat tallit ja ratsastusseurat.

Hevoskerhoissa ei yleensä ratsasteta, vaan niissä opetellaan hevosen hoitoa ja lisäksi muun muassa askarrellaan ja retkeillään. Hevoskerholaiset ovat useimmiten 7-13-vuotiaita. Hevoskerhon ohjaajina toimivat vähintään 14 vuotta täyttäneet hevosterhon ohjaajakoulutuksen käyneet ohjaajat.

**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. Jatkokurssija on hyvin eritasoisia, joten tallin kanssa kannattaa selvittää, että ryhmä on sopivan tasoinen. Jouhet – Hevosen häntä ja harjakarvat.

**Juniori** – Alle 18-vuotias hevosharrastaja.

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

**Jäsentalli** – Ratsastus- tai muita hevosalan palveluja tarjoava yritys, jossa toiminnan ohjauksesta vastaa toimintaan nähden soveltuvan koulutuksen käynyt ammattilainen.

**Kavioura** – Ratsastuskenttää kiertävä suorakaiteen muotoinen ura, jota pitkin ratsukot liikkuvat.

**Keventäminen** – Ratsastaja nousee satulasta joka toisella raviaskelleella jalustimien varaan.

**Kevyt istunta** – Ratsastaja nousee jalustimien varaan irti satulasta.

**Maneesi** – Halli, jonka sisällä ratsaste-taan.

**Master-ratsastuksenopettaja** – Hevos-alan erikoisammattitutkinnon suorittanut henkilö

**Myötälaukka** – Hevonen laukkaa oikeaan kierrokseen laukkaa, jossa oikea etujalka ja vasempaan kierrokseen vasen etujalka johtaa liikettä.

**Ori** – Urospuolinen hevonen

**Pohje** – Ratsastajan jalan polven ala-puolinen osa.

**Poni** – Alle 148 cm korkea hevonen.

**Poniratsastaja** – Ratsastuskilpailuissa 16-vuotias tai nuorempi ratsastaja, joka ratsastaa ponilla.

**Puolipidäte** – Ratsastaja valmistelee hevosen tehtävään hetkellisellä pidät-teellä, joka tehdään ohjien, istunnan ja pohjeapujen avulla.

**Puoliverinen** – Yleisnimitys ratsuhevosroduille.

**Päiväleiri** – Leiri, johon kuuluu ratsas-tusta 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 ratsas-tuksenohjaajakoulutuksen saanut henkilö (vähintään 70 % tunneista).

**Ratsastusleiri** – Tallilla järjestettävä esi-merkiksi viikonlopun tai viikon mittai-nen leiri, jossa on useimmiten täysihoi-to, pari tuntia ratsastusta päivässä sekä muuta ohjelmaa.

**Ratsukko** – Hevosta ja ratsastajaa kutsutaan ratsukoksi.

**Ruuna** – Kastroitu urospuolinen hevo-nen, joka ei voi lisääntyä. Kastrointi tar-koittaa, että oriin kivekset on poistettu leikkaamalla.

**Seniori** – 18 vuotta täyttänyt ratsasta-ja. Suomen Ratsastajainliitto ry,

**SRL** – Suomen ratsastusurheilun kes-kusjärjestö.

**Säkä** – Hevosen ruumiinosa, kaulan ja selän liittymäkohta. Hevosen korkeus mitataan sä´än kohdalta mittakepillä.

**Takanen** – Hevosen takajalka.

**Tamma** – Naaraspuolinen hevonen.

Tuntiratsastaja – Henkilö, joka harras-taa ratsastusta säännöllisesti ohjatuilla ratsastustunneilla.

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

**Turvajalustin** – Jalustin, josta jalka pää-see ratsastajan pudotessa helposti pois.

**Yksityishevonen** – Yksityishevonen on yksityisen henkilön omistama. Myös ratsastuskouluilla voi olla yksityishevo-sia. Nämä ovat joskus myös ratsastus-tuntikäytössä saadakseen esimerkiksi alennusta tallivuokrasta.

**Yksityistalli** – Yksityistallilla hevoset ovat yksityisten ihmisten omistamia, eikä niillä järjestetä ohjattua ratsastus-ta ulkopuolisille ihmisille.

Tilaa heppafanin ykköslehti

# Hevosshullu

© Egmont/Lena Furberg



SRL:n  
jäsenetuna

**-25%**  
tilaushinnasta!



- Hevosenhoito-ohjeita
- Rotuesittelyjä
- Sarjiksia, lukijapalstoja
- Polle ystävineen!

Puhelintilaukset: (03) 4246 2200

Sähköposti: [tilaajapalvelu@egmont.fi](mailto:tilaajapalvelu@egmont.fi)

Tarjous koskee vain uusia 12 kk:n kestotilauksia Suomessa. Tarjoushinnan saa-  
dakseksi muista mainita tilatessasi SRL:n jäsen. Annettuja tietoja voidaan  
käyttää ja luovuttaa suoramarkkinointitarkoituksiin henkilö tietolain mukaisesti.

EGMONT  
Kustannus



Pollen löydät myös  
Facebookista.



Suomen Ratsastajainliitto ry  
Valimotie 10  
00380 Helsinki

puh. 09 2294 510  
ratsastus@ratsastus.fi

Ratsastajainliiton jäsentallit ja -seurat löydät osoitteesta  
[www.ratsastus.fi](http://www.ratsastus.fi)