



Nuoren kenttähevosen koulutus

Perustan luominen alkaa varhain

Viime numeroissa tutustuimme koulu- ja estehevosten ensimmäisiin oppivuosiin. Nyt on vuorossa kenttäratsastus. Miten nuorta kenttähevosta pitää valmentaa, jotta se on valmis kilpailemaan ikäkausikilpailuissa ja jopa nuorten hevosten MM-kilpailuissa?

Kenttäratsastuksessa ei löydy samalla tavalla nuorille hevosille suunnattuja kansallisia sarjakilpailuja kuin koulu- ja esteratsastuksessa, mutta parannuksia on luvassa.

-Ratsujalostusliitto järjestää tänä kesänä oman nuorten hevosten kenttäkilpailun Ypäjällä Nuorten Hevosten Festivaaliviikonloppuna. Lisäksi 4-vuotiaiden Laatuarvostelussa on tänä vuonna mukana myös kenttähevosten linja, kenttäratsastuksen maajouk-

kuevalmentaja Seppo Laine kertoo.

Nuorten hevosten MM-kilpailut järjestetään 6-vuotiaille kenttähevosille. MM-vaatimukset (1*) on asetettu lajakkaan nuoren hevosen optimaalisen kehityskaaren mukaisiksi. Yhden tähden pitkässä kilpailussa maastoradan pituus on noin 4-4,5 km ja se suoritetaan tempossa 520 m/min.

- Kuusivuotiaan edellytykset kilpailla MM-tasolla rakentuvat hyvän pohjatyon päälle. Näil-

lä hevosilla on aina takanaan hyvä ja tarkkaan suunniteltu pohjatyö 3-vuotiaasta lähtien. Jos hevosen kehitystä pyrkii kiirehtimään jossain vaiheessa, on se tulevaisuudessa paljon riskialttiimpi vammoille. Varsinkin vahvistavan työskentelyn kanssa saa olla nuoren hevosen kanssa tarkkana.

Laukka, rakenne ja rohkeus

Kenttäkilpailuissa tapahtuneiden sääntömuutosten,

erityisesti maastokokeen osaluokkien vähentymisen myötä tekninen osaaminen korostuu koulu- ja estepuolella. Kun maastoratojen kestävyysvaatimukset ovat keventyneet, haetaan ratsukojen välille eroja teknisemmällä, rataesteratsastusta muistuttavilla tehtävillä. Tämä on vuosien mittaan vaikuttanut myös kenttäratsastuksessa käytettyihin hevostyyppeihin. Hevosissa ei ole enää yhtä paljon kestävyttä parantavaa täyttä verta.

- Hyvän kenttähevosien tärkeimmät ominaisuudet ovat matkaa voittava ja luonnostaan sujuva laukka, sopiva rakenne ja luontainen rohkeus. Vaikka hyvissä kenttähevosissa on paljon rakenteellisia eroja, yhdistää niitä hyvä koko ilman raskasta rakennetta. Hevonen ei saa olla ylivarovainen tai arka, eikä liian riippuvainen muista hevosista. Rohkeus yleensä kasvaa kokemuksen myötä, mutta selkeästi epävarma tai arka nuori hevonen ei sovellu kenttäratsastukseen.

Hyvää laukkaa Laine kuvaillee sanoin sytyttävä, helponäköinen, matkaa voittava, tasapainoinen, laaja ja luonnostaan nopea.

-Hevonen etenee ilman, että se näyttää menevän lujaa.

4-vuotiaalla jo paljon opittavaa

Kolme ensimmäisen elinvuoden aikana nuorta hevosia totutetaan yhteistyöhön ih-

misen kanssa samalla tavalla kuin muiden lajien hevosia. Irtohypytytys, askellajikokeet sekä näyttelyt ovat hyvä tapa kerätä kokemusta ja saada ulkopuolisten arvioita hevosen kyvyistä. Sisäänratsastus tapahtuu 3-vuotiaana. Työskentely on hyvä ajoittaa jaksoihin, joiden välissä hevonen saa huilia ja sisäistää asioita. Nelivuotiaana hevosen kanssa keskitytään ratsastavuuden parantamiseen ja hevosen tasapainon kehittämiseen. Hevoselle opetetaan myös maastossa laukkaamista, mutta tarkoituksena ei ole vielä tehdä todellista kuntoharjoittelua, kuten intervaleja tai mäkilaukkaa.

- Tärkeintä on, että hevonen laukkaa tasapainossa ennen kuin sen kanssa aloitetaan varsinaiset laukkaharjoitukset. Nuoren hevosen pitää oppia tykkäämään laukkaamisesta, siksi laukkaharjoituksia ei saa tehdä väsyneellä hevosella. 4-vuotiaalla myös hypätään rataesteitä ja helppoja maastoesteitä. Nuori hevonen on



hyvä viedä pieniin kenttäkilpailuihin, tutustumisluokkiin, joissa on noin 1,5 km pitkä maastorata, jonka estekorkeus on 90 cm. Kilpailut ovat omanlaisensa harjoittelumuoto, josta haetaan positiivisia kokemuksia. Laineen mukaan hevosia ei tarvitse normaalin harjoittelun lisäksi kisoihin erikseen valmistella.

-Tuon ikäisen hevosen kanssa pitää välttää fyysisiä juttuja, kuten isoja banketteja tai portaita, joissa hyppy ovat töksähteleviä. Sellainen ei vahvis-

ta hevosta, ja saattaa pelästyttää kokemattoman nuoren. Ensimmäisellä kaudella hevonen on myös hyvä viedä muutamiiin koulu- ja estekisoihin tutustumaan kisaelämään. - Jos 4-vuotiskauden tavoitteena on Nuorten Hevosten Festivaali Ypäjällä elokuussa, olisi hevoselle hyvä saada alle pari kisaa, joissa maasto on noin kilometrin pituinen. Tempo on näillä radoilla vain 400 m/min, mikä ei ole nuorelle liian raju. Lajiharjoittelun lisäksi hevosen pitää tottua liikkumaan



Kenttähevosien pitää luottaa ratsastajaan ja sillä pitää olla varovaisuuden lisäksi paljon rohkeutta. Kuvassa mallia näyttää Aki Karhapään Alecey.



Maastoradat ovat muuttuneet yhä teknisemmiksi, mikä näkyy kapeina esteinä, linjoina ja suhteutettuina etäisyyksinä. Kenttähevosilta vaaditaan yhä parempaa kuuliaisuutta ja ratsastettavuutta jo nuorenaikin.

maastossa. Alussa 4-vuotias on hyvä totuttaa maastoiiluun ja siellä vastaan tuleviin asioihin muiden, vanhempien hevosten seurassa. Maastoon on syytä lähteä ”niin pian kuin mahdollista” eli heti kun ratsastaja hallitsee hevosensa, ja se on totunut apuihin. Tukijoukot eli vanhemmat vetohevoset on myös hyvä jättää pois mahdollisimman nopeasti.

-Kenttäratsastuksessa on aina tilanteita, joissa hevosen on lähdettävä pois muiden hevosten luota. Nuori hevonen ei saa kiintyä liikaa laumaansa, vaan sen on opittava luotamaan ratsastajaansa.

Laukkaharjoittelu alkaa

Laine suosittelee 4-vuotiskauden loppuun talvilepoa, jonka jälkeen työskentelyyn palataan rauhallisesti (noin kuukauden ajan) pitkällä, vahvistavilla ensin käynti- ja myöhemmin raviharjoituksilla. 5-vuotiaana aloitetaan en-

simmäistä kertaa kenttähevosien laukkaharjoittelu, johon liittyvät nopeusharjoittelu ja intervalliharjoitukset. Kauden pää tavoitteena on kilpailla loppukaudesta yksi lyhyt vaativa, yhden tähden luokka, mikä on jo samalla tasolla kuin 6-vuotiskauden MM-kisat, mutta lyhyen kilpailun mukainen. Laukkaharjoittelussa on useita huomioonotettavia asioita. Pohjan on oltava pitävä, eikä siinä saa olla kuoppia tai muhkuroita. Liian kova pohja rasittaa hevosen niveliä ja pehmeä puolestaan jänteitä. Ratsastajan pitää hallita tasapainoinen kevytistuntta ja kunnon pitää kestää matkan rasitukset. Jalustimien on oltava kaksi reikää estejalustimia lyhyemmät. Riittävän lyhyet jalustimet takaavat ratsastajan turvallisuuden ja hevosen selän vapaan käytön. Kolmas tärkeä asia on laukan laatu. Vain rento, tasapainoinen ja pyöreä laukka kuulaintuntumalla vahvistaa ja kehittää hevosta oikealla tavalla. Onnistuneen talviharjoittelun

jälkeen ensimmäinen kenttäkilpailu voi olla jo huhtikuussa.

- Kun maaston pituus on noin 2,5 kilometriä ja nopeus 490 m/min, on ennen kisaa pitänyt jo tehdä muutamia tähän tähtääviä laukkatreenejä.

Kouluosuudessa on tässä vaiheessa jo ohjelmallisuutta, mutta kun hevonen on oikein ratsastettu ja ratsastaja on taitava, ei liikkeen pitäisi olla kovin vaativia. Liikkeiden teknistä osaamista tärkeämpää on kokonaisuus, johon kuuluvat hevosen tasapaino, kuulaintuki, se, että hevonen hyväksyy ratsastajan ja avut ja esittää liikkeen mielellään. Esteradat ovat noin 100-110 cm korkeita ja ratoihin sisältyy sarjoja sekä normaaleja suhteutettuja etäisyyksiä. Kenttähevosien estetreeneit eivät poikkeakaan paljoakaan estehevosen harjoittelusta. Hyppääminen on nuorelle kenttähevoselle myös hyvää voimaharjoittelua. Palautumisella on harjoittelussa erittäin tärkeä osuus, mutta Laine

erikseen muistuttaa, että se ei tarkoita lepoa.

- Kävelemisen merkitys ei voi korostaa liikaa. Varsinkin kun hevonen palaa tauolta. Kävelykone on erinomainen apu harjoitteluun.

Kisakalenterin suunnittelu erittäin tärkeää 6-vuotiailla

Jos 5-vuotiskausi on hevoselle vielä rutiinin keräämistä ja asioiden oppimista este- ja kouluradoilla sekä helpoissa kenttäkisoissa, on 6-vuotiskausi ensimmäinen kenttäratsastukseen painottuva kisa-kaus. Kauden päättävänä, MM-kisat, on pitkä yhden tähden kilpailu. Osallistumisoikeuteen vaaditaan yksi tulos samalta tasolta pitkässä kilpailussa. Ratsujalostusliitto on asettanut vaatimukseksi vähintään yhden vastaavan kansainvälisen kilpailun suorittamisen sekä vakaan tuloksen.

- MM-kisoissa eteen tulevat

- Kiirehtiminen ja liian tiivis tai rankka ohjelma eivät toimi yleensä hyvin kenttäratsastuksessa. Talvikaudella aloitettua laukkaharjoittelua jatketaan kisakaudella kisakaltenterin mukaan. Kilpailukaudella itse kisat toimivat kunnon ylläpitäjinä. Jos kilpailuiden väliin jää pidempi jakso, tarvitaan harjoitteluun myös laukkatreeniä. Lisäksi Laine suosittelee kisaviikonloppua edeltävälle maanantaille hengityksen avaavaa noin kilometrin pituista laukkaharjoitusta reippaassa tempossa (550-640 m/min). Kunnon ylläpidon ja sen ajoittamisen kannalta kausi on hankala, jos se alkaa huhtikuussa ja päättyy syyslokakuussa. Kilpailukalenterin suunnittelussa kisan pituudella on suuri merkitys. Ohjenuoraksi kaudelle Laine antaa 5-7 kilpailua. Kun kausi kannattaa talven jälkeen usein aloittaa yhdellä helpolla kilpailulla, jää kesälle hyppättäväksi MM-kisojen lisäksi vain 3-5 vaativaa kilpailua. 7-vuotiskaudella nopeus- ja vauhtikestävyysharjoittelu kovenee vastaamaan normaalia laukkaharjoittelua. Muuten kautta voi ajatella harjoitteluvuotena täysikäisyyttä ja arvokilpailuja varten. 7-vuotiailla hevosilla on jo osallistumisoikeus kolmen tähden

-Yleensä kenttähevonen tarvitsee yhden täyden kilpailuvuoden kehittyäkseen ja ollakseen valmis nousemaan kansainväliselle huipputasolle.

Lopuksi on vielä pakko käsitellä lajiin niin läheisesti liittyvää turvallisuutta. Kenttäratsastus on sääntömuutoksista huolimatta erittäin riskialtis laji, joka on alun perin luotu armeijan fyysisesti ja psyykkisesti vahvoille upseereille. Maastoradalle lähtevällä hevosella pitää edelleen olla erittäin hyvä kunto. Vaatimukset kasvavat mitä vaativimpiin luokkiin nouseaan. Aivan yhtä tärkeää on ratsastajan hyvä kunto. Ratsastajan väsyessä lihasvoiman, koordinaation ja tasapainon lisäksi myös päätösten teko ja harkintakyky heikkenevät, mikä johtaa helpommin virheratkaisuihin.

Turvallisuuteen vaikuttavat riittävän kunnan ja oikeiden varusteiden lisäksi myös hevosen koulutustaso, kuuliaisuus, kokemus ja ennen kaikkea oikeanlainen ja riittävä valmistautuminen. Säännöllinen harjoittelu, suunnitelmallisuus, pitkäjänteisyys ja hevosmiestaidot punnitaan jokaisessa kilpailussa. Erityisesti valmentajien pitää kantaa vastuunsa ratsukkojen turvallisuudesta. Riskitekijöihin kuuluu epäonnistumisen lisäksi myös vammautuminen tai kuolema. Siksi kenttäkilpailuista ei saa tulla tapahtumia, joihin mennään hevosen kanssa pitämään hauskaa.

Kuvat: Minna Svartsjö