

Irtohyppytytys

- Koulutusta nuorille hevosille, vaihtelua ja jumppaa esimerkiksi kouluhevosille ja rentouttavaa liikuntaa kokeneille estehevosille
- nuoret hevoset opettelevat hyppäämistä ennen satulaan totuttamista
- kehittää tasapainoa ja reaktiokykyä, vahvistaa luustoa ja lihaksistoa
- mahdollisuus arvioida nuoren hevosen luonnetta, tekniikkaa ja hyppykykyä
- turvalliset ja houkuttelevat olosuhteet ja varusteet
- hevoselle sopivat etäisyydet – huomioi tilanne ja pohja
- avustajien täytyy auttaa hevosta maasta aivan kuten satulastakin
- avustajilla omat tärkeät tehtävänsä, jotta hevonen saa hyviä kokemuksia
- irtohyppytytys ei ole hevosen jahtaamista esteelle
- tärkeää on eteenpäinpyrkimys, tasapaino ja rytmi sekä tekniikka
- pitää olla hevoselle helppoa – hevonen ei saa epäillä omia kykyjään
- ei toivota hermostuneita, epävarmoja hevosia, joita ajetaan korkeiden esteiden yli huonossa muodossa
- huomioi hevosen ikä ja kunto – nuori hevonen väsyä hyvin nopeasti
- hevosen epäröidessä tai kieltäessä laske heti reilusti esteitä
- irtohyppytytys kertoo hevosen senhetkisestä tilasta ja antaa viitteitä tulevasta
- hevosen hyppy ja tekniikka voi muuttua ratsastajan alla.

Tekniikka, kapasiteetti ja luonne

- Suomenhevosilla arvostellaan tekniikka, kapasiteetti, asenne ja yhteistyöhalukkuus
- tekniikka muodostuu mm. etu- ja takajalkojen tekniikasta, selän toiminnasta, eteenpäinpyrkimyksestä ja liikkeen sujuvuudesta
- kapasiteetti on hyppyvoimaa ja -kykyä, terävää ja vahvaa ponnistuskykyä
- hyvä estehevonen on asenteeltaan rohkea, yritteliäs, varovainen ja nopea reaktioissaan, työskentelee mielellään ratsastajan kanssa ja on irtonainen ja kuulias.

Teksti: Kati Hurme-Leikkonen

Nuorten suomenhevosten estevalmennus

- sisäänratsastus ja työntekoon opettelu 3-4 -vuotiaana
 - esteharjoittelu, kun hevonen on voimistunut ja toimii laukassa
 - laukka on tärkein askellaji, alussa hevonen oppii kantamaan ratsastajan ja löytämään tasapainon
 - nuoren hevosen esteharjoituksissa tärkeintä on rentous, tasapaino, eteenpäin pyrkimys, kontrolli ja suoruus
 - kontrolloitu hevonen pidentää ja lyhentää laukkaa pehmeästi ja tasapainoisesti
 - 5-vuotiaalta voi jo vaatia lievää kokoamista, suhteutettuja etäisyyksiä ja tempo vaihteluita
 - 6-vuotias on jo vahvempi, notkeampi, kestävämpi ja osaa kantaa itseään enemmän takaosallaan
-
- nuorella hevosella kestää oma aikansa, ennenkuin se oppii hyppäämään ratsastaja selässään
 - nuorella hevosella kestää muutama vuosi saada laukan lyhentäminen ja pidentäminen toimimaan saumattomasti
 - nuoren hevosen kanssa täytyy kuulostella sen lähettämiä viestejä, hevonen väsy nopeasti, sillä on kasvukipuja tai se voi olla yllirasittunut – vaihtelevaa ja säännöllistä liikuntaa, kevyempiä päiviä, viikkoja ja kuukausia
-
- maapuomit saavat hevosen työskentelemään hieman aktiivisemmin, niiden avulla voi harjoitella kontrollia, tempovaihteluita, kaarteita, suoruutta, laukka-askeleen säästelyä jne. jne.
 - jumppasarjat vahvistavat ja kehittävät hevosen reaktiokykyä ja keskittymistä sarjaesteillä ja suhteutetuissa väleissä on tärkeää muokata etäisyyksiä hevosen laukka-askeleen mukaan
 - maneesissa ja kotona etäisyydet saavat olla hieman ratojen etäisyyksiä lyhyempiä, myös pohja vaikuttaa
 - älä ylitä nuoren hevosen henkistä kapasiteettia
 - suuria esteitä tärkeämpää on kontrolli, kurinalaisuus ja taito tehdä onnistuneita toistoja
-
- tee kaudelle kisakalenteri, jossa suunnittelet päätapahtumiin hevosellesi parhaan mahdollisen valmistautumisen
 - harjoittele hyppäämistä useampana peräkkäisenä päivänä, jos kilpailut ovat pääasiassa yksipäiväisiä
 - kisoihin valmistautuessa huomioi hevosen kunto, temperamentti ja matkan/kilpailupäivän pituus
 - huomioi samat asiat verryttelyssä – säästä parhaat hyyt radalle
 - alku- ja loppuverryttely kunniaan
 - kokemus on valttia – kilpaile riittävästi

Teksti: Kati Hurme-Leikkonen