

Marko Björsin kouluratsastuslinikka 7. – 8.3.2009

TIEDOTE

**Enemmän ravia, enemmän laukkaa**

8.3.2009

Meri-Lapin Ratsastajat ry järjesti ensimmäisen varsinaisen kouluratsastusklinikan Meri-Lapin Hevospalvelun tallilla Torniossa. Tunnettu kouluratsastaja, ratsuttaja ja valmentaja *Marko Björs* ohjasi kouluratsastajia lauantain ja sunnuntain valmennuksissa ja viikonloppu huipentui kaksituntiseen klinikkaan. Björsillä on yli 30 vuoden kokemus kouluratsastuksessa kilpailemisessa ja taskussaan mm. yli 30 SM-mitalia, Suomen mestaruus Vicontilla, PM- ja EM-mitaleja ja Vuoden valmentaja-titteli.

Viikonlopun teemana valmennuksissa ja klinikassa voidaan pitää perusasioiden kertaamista ja hevosen takaosan aktivoimista, ja näitä kerrattiin ryhmän vaatimustason mukaan. Hevosista haettiin rentoutta ja ratsastajalle tuntumaa; mikä on juuri minun hevoseni normaali askeleen pituus ravissa ja laukassa. Olennaista ei ollut hevosen muoto, vaan kuten myös Björs korostaa, takaosaa aktivoimalla peräänanto ja hevosen pään asento muuttuu takaosan toimiessa. Takaosaa aktivoivat siirtymiset normaalista kohti keskiravia tai keskilaukkaa Björsin vaatiessa: ”Enemmän!”. Ympyrällä työskennellessään hevoset saattoivat korjata tasapainoaan päätään heiluttamalla, jota ratsastajan ei tullut säätää muutoin kuin jatkamalla eteenpäin ratsastusta.

Kontrollia hevoseen tarkistettiin useissa siirtymisissä tehtävän sisällä; avotaivutuksissa tai suorassa väistössä ravista keskiraviin ja takaisin, normaalia ravia lyhentäen melkein käyntiin ja siitä siirtymällä takaisin normaaliraviin. Oikein ratsastettuina tehtävät rakentavat hevoselle tarvittavaa voimaa liikkeeseen. Samalla venyy hevosen etulapojen lihaksisto ja ulkoetujalan askel pitenee. Valmennuksien pysähdysharjoituksissa Björs muistutti, että pysähdyksissä ei korjata esimerkiksi liian taakse jäänyttä takajalkaa, vaan tarkoituksena oli kontrolloida jarrujen toimivuutta ja että hevonen jää seisomaan rauhassa paikoilleen. Pysähdyksestä liikkeellelähtö tuli sujua välittömästi takaa eteen pohjeapujen antamisen jälkeen.

Björsiltä todistetusti puhetta riittää tunnin jokaiselle minuutille ja välillä hän testasi ratsastajien aktiivisuutta ratsastuttamalla mm. nopeita voltteja ja täyskäännöksiä, joten tylsäksi ei ainakaan tämä kouluvalmennus ratsastajille käynyt. Nukkuminen ja ”mummoaskellajit” olivat täysin kiellettyjä. Hevosen aktiivisuutta lisäsivät vaihtuvat tempot; sunnuntain valmennuksissa jo nähtiin tyytyväisillä hevosilla sekä pidempää että lyhyempää mutta aktiivista askelta.

Yleisölle pääsi tutustumaan viikonlopun valmennukseen Björsin selkein kommentein höyrytettyinä sunnuntaisessa klinikassa. Klinikka alkoi esiratsastajien avulla aina niin tärkeistä perusistunnon suorudesta ja ratsastajan asennosta siirtyen vähitellen hallitsevan nuorten SM-voittajan *Emilia Kaikkosen* ja Limbanin kootuihin askellajeihin piruetteineen ja passageen antoivat yleisölle varmasti uutta intoa kevään treeneihin. Viikonlopun klinikkaa seurasi reilut 80 kouluratsastuksen ystävää ja MeLaRa:n yhteistyökumppania. Haukiraudan varustemyyntipiste ja kanttiinin herkullinen tarjonta täydensivät lämmintä ja juhlavaa tapahtumafiilistä.

Kiitokset Marko Björsille!

MERI-LAPIN RATSASTAJAT RY

Seija Salomäki

Klinikassa ratsastaneet ratsukot:

Ida-Maria Kesti, Wera (MeLaRa)

Minna-Maria Taskila, Golden Heart (RoUr)

Katariina Pajari, Larosell (MeLaRa)

Suvi Kapraali, Obsession (RoUr)

Emilia Kaikkonen, Limbani

kuvia tulossa [www.melarat.net](http://www.melarat.net)