



Mitä on matkaratsastus?

Matkaratsastus on kestävyyslaji, jossa testataan hevosen ja ratsastajan kuntoa sekä yhteistyötä. Kestävyyden ja ratsukon yhteistyön lisäksi lajissa korostuvat myös tiimitaidot oman huoltojoukon kanssa.

Kilpailumatkat vaihtelevat 5–160 km välillä. Lyhyemmät luokat ratsastetaan ihanneaikaluokkina, kun taas pidemmät ovat nopeuskilpailuja. Ihanneaikaluokissa kilpailureitti suoritetaan ennalta määritettyssä aikarajassa (esim. Seura 1: 5–19 km tasolla ihanneaika on 6–12 km/h.) Ratsukot etenevät pidemmille matkoille kvaalitulosten kautta.

Millaisen hevosen tarvitsen

Matkaratsastuksessa oleellista ei ole hevosen rotu, vaan se, että hevonen on terve sekä maastovarma. Hevosen tulee olla siinä kunnossa, että se läpäisee hevostarkastukset hyväksytysti. Reiteillä kohdataan lähes aina autoja ja toisinaan esimerkiksi traktoreita tai lehmiä.

Pidemmillä matkoilla tyypillisesti starttiviivalla nähdään arabeja, arabiristeytyksiä sekä lämminverisiä. Suomenhevosellakin on kilpailtu aina MM- tasolla 160 km luokassa asti! Seura- sekä aluetasolla starttiviivalla on monesti suomenhevosia, vuonohevosia, eri ponirotuja, islanninhevosia... Oikeastaan koko rotukirjo!

Miten pääsen lajissa alkuun, koska voin startata

Jos sinulta löytyy terve, maastovarma hevonen, jolla maastoilet säännöllisesti 5–30 km lenkkejä, voit startata lyhyellä matkalla vaikka heti seuraavissa kilpailuissa!

Ennen osallistumista kannattaa lukea matkaratsastussäännöt ja mahdollisuuksien mukaan osallistua sääntökoulutukseen. Sääntökoulutuksia pyritään järjestämään seurojen sekä toimihenkilöiden/valmentajien toimesta kysynnän mukaan.

Kotona harjoittellessa kiinnitä huomiota lenkkien vauhtiin, jotta opit ratsastamaan ihanneajan puitteissa. Vauhtia voi seurata yksinkertaisesti rannekellolla ja laskemalla keskinopeuden. Hevosien palautumista lenkin jälkeen voit seurata opettelemalla mittaamaan sykkeen stetoskoopilla.

Juoksutusta kannattaa harjoitella kotona ennen kilpailuja, jotta se olisi mahdollisimman sujuvaa kilpailutilanteessa.

Kilpailureitti ja kilpailun kulku

Kilpailureitti on merkitty nuolin ja nauhoin, joten kartanlukutaitoa ei tarvita. Reitit vaihtelevat kilpailupaikan mukaan ja voivat sisältää esimerkiksi hiekka-autoteitä, metsäpolkuja, asfalttia ja hiljaisia metsäautoteitä.

Kilpailureitin saa ratsastaa valitsemassaan askellajissa, huomioiden oman hevosen kuntotason sekä luokan ihanneajan. Lähtö- ja maaliviiva tulee ylittää ratsain, mutta hevosta saa tarvittaessa taluttaa reitillä.

Lyhyemmät kilpailut ratsastetaan yhtenä lenkkinä. Pidemmät jaetaan useampaan etappiin, joiden välissä on 30-50min tauko.

Matkaratsastuksessa huoltotiimi on tärkeä osa suoritusta. Huoltajat siirtyvät autoilla reitin huoltopisteille ja tukevat ratsukkoa matkan aikana. Reitillä suoritettavat huollot ovat nopeita: hevoselle ja ratsastajalle tarjotaan juotavaa/pientä purtavaa ja tarkastetaan että kaikki on hyvin. Lämpimillä säillä hevosta viilennetään vedellä.

Hevostarkastukset

Matkaratsastuskilpailuissa olennaisena osana ovat hevostarkastukset, jotka suoritetaan ennen starttia sekä jokaisen etapin jälkeen. Tuloksen saadakseen hevosen tulee läpäistä kaikki tarkastukset hyväksytysti. Myös maalissa hevosen on oltava siinä kunnossa, että se voisi jatkaa matkaa.

Tauolla hevonen on ilmoitettava tarkastukseen viimeistään 15 minuutin kuluessa maaliintulosta, maalissa enintään 20min. Ajan ylitys johtaa hylkäykseen. Hevonen esitetään ilman varusteita, suitsittuna tai riimussa. Hevosella ei saa olla tarkastuksessa myöskään suojia jalassa, mutta kengättömän hevosen voi esittää tossuilla tai ilman.

Tarkastuksessa mitataan hevosen syke (enintään 64bpm/min) arvioidaan liikkeet ravissa sekä tarkistetaan hengitys, lihaksisto ja mahdolliset hiertymät tai haavat. Lisäksi arvioidaan hevosen yleistila sekä metabolinen status.

Linkkejä

<https://www.taikayonratsastajat.fi/>

- Ratsastusseura Taikayön Ratsastajien verkkosivu, josta löydät lisää tietoa matkaratsastuksesta.

<https://www.ratsastus.fi/lajit/matkaratsastus/>

- Suomen Ratsastajainliiton-sivut, matkaratsastusosio

<https://www.ratsastus.fi/materiaalit/kilpailusaannot/>

- KS1 sekä matkaratsastussäännöt.

https://calendar.google.com/calendar/u/0/embed?src=matkaratsastuskalenteri@gmail.com&ctz=Europe/Helsinki&fbclid=IwY2xjawP_3DxleHRuA2FlbQlXMQBzcnRjBmFwcF9pZBAyMjIwMzkxNzg4MjAwODkyAAEeeE4FOBTijdl9W_C3XkkltYKsXiu1aMVk7dQgfXlbSbLoYB1TDg24s_FaLMg_aem_EOtb2G9tDtpV6ECVHTPew

- Matkaratsastuskomitean ylläpitämä Google-kalenteri, josta löydät listattuna mm. Kilpailut, valmennukset sekä yhteislenkit.

Facebookista löydät seuraavat ryhmät:

- SRL-Matkaratsastus
- Matkaratsastusharrastajat
- Tavoitteelliset matkaratsastusharrastajat
- Matkaratsastus treeniryhmä
- Matkaratsastuskirppis

Instagramista löydät muutamia lajiaktiiveja hakemalla

- #matkaratsastus
- #matkaratsastustreenit
- #matkaratsastuskilpailut