



Tervetuloa
ratsastamaan!

Miksi ratsastus?

Hevoset ovat ihania. Siihen kiteytyy, miksi 170 000 suomalaista ratsastaa. Ratsastus tarjoaa lukemattomia mahdollisuuksia harrastaa monin eri tavoin. Hevosen kanssa voit liikkua harrastamisen ja kuntoilun ilosta tai huippu-urheilla olympialaiset mielessä. Hevosen kanssa toimiminen virkistää ja rentouttaa, vaikkei satulaan aina nousisikaan. Tallilla vietetty aika antaa voimia myös muuhun elämään.

Ratsastus on vaativa taitolaji, jossa riittää aina uutta oivallettavaa. Ratsastajana et ole koskaan täysin valmis. Ratsastaja voi olla minkä ikäinen tahansa. Ratsastus antaa läheisyyttä, opettaa vastuuntuntoa ja luo tasa-arvoa. Hevonen rakentaa ihmisen yhteyttä luontoon, antaa ihania muistoja ja elämän mittaisia ystävyyssuhteita. Kun otat hevoset kerran sydämeesi, ne pysyvät siellä aina.

Missä voin ratsastaa?

Ratsastuspalveluja tarjoavia yrityksiä on lukuisia ympäri Suomen. Osa talleista järjestää perinteistä ratsastuskoulutoimintaa, osa maasto- ja vaellusratsastuksia, suurin osa talleista tarjoaa monipuolisesti erilaista ratsastus- ja hevostoimintaa.

Kun valitset Suomen Ratsastajainliiton jäsen-tällin, saat ammattitaitoisen opettajan, opetuskäyttöön soveltuvan, koulutetun hevosen sekä turvalliset olosuhteet harrastamiselle. Lisäksi tiedät, että hevosten hyvinvoinnista huolehditaan.

Ratsastuksessa käytetään erilaisia varusteita ja välineitä, mutta alkuun tarvitset oikeastaan vain kypärän. Ja senkin voit lainata tallilta. Jalokineeksi kelpaavat hyvin kumisaappaat tai muut leveä- ja matalakorkoiset kengät. Ratsastushousuiksi soveltuvat kaikki materiaalit, jotka joustavat eivätkä ole liukkaita.

Harrastuksen jatkuessa omien varusteiden hankinta tulee ajankohtaiseksi. Oma kypärä on yleensä se ensimmäinen varustehankinta. Sen jälkeen tulevat usein ihkaomat ratsastushousut, hanskat, ratsastussaappaat ja turvaliivi.

Mikä on sinun lajisi?

Ratsastus on lukuisien mahdollisuuksien harrastus. Ratsastus on monipuolinen liikuntamuoto, joka kehittää fyysistä kuntoa, tasapainoa, rytmittäjua ja koordinaatiokykyä. Ratsastuksen runsaan lajikirjon ansiosta jokainen harrastaja löytää takuulla oman juttunsa hevosten parissa.

Ratsastuksen perinteisiä lajeja ovat koulu-, este- ja kenttäratsastus. Näiden lajien opetus kuuluu useimpien ratsastuskoulujen opetusohjelmaan. Ratsastaja aloittaa yleensä kouluratsastuksen parista, mistä siirrytään kiinnostuksen mukaan luontevasti eteenpäin eri lajeihin.

Muita ratsastuslajeja, kuten lännen- ja matkaratsastusta, on mahdollisuus harrastaa etenkin niihin erikoistuneilla talleilla. Vikellys on voimistelua hevosen selässä ja valjakkoajossa hevosta ohjastetaan kärryiltä. Islanninhevoilla ratsastetaan myös niiden omissa erikoisaskellajeissa.



Erityisryhmien ratsastuksessa eli vammaisratsastuksessa ratsastuslajia ei muuteta, mutta opetus, varusteet ja olosuhteet voidaan järjestää tilanteen mukaan sopiviksi. Ratsastus ja hevoset soveltuvat mainiosti myös eri terapiatarkoituksiin.

Vaellusratsastukseen voi tutustua lyhyillä, puolen tai koko päivän ratsastusretkillä kokeneiden ohjaajien opastuksessa. Varsinaiset ratsastusvaellukset ovat pidempiä, jopa useita päiviä kestäviä retkiä, joissa liikutaan luonnossa ratsain sivuteitä ja polkuja pitkin.

Ratsastus kuuluu harvoin urheilulajeihin, joissa miehet ja naiset kilpailevat samoissa sarjoissa.



Ihana hevonen

Hevonen on kaunis, viisas ja voimakas eläin, johon on ihmeellistä luoda yhteys niin maasta, selästä kuin kärryiltä käsin. Hevosen kanssa kaikki on aitoa.

Tallilla vietetty aika luo yhteyttä luontoon sekä tarjoaa monipuolisesti kehittävää liikuntaa hevosen selässä ja tallilla toimiessa. Talliyhteisö luo pitkäaikaisia ystävyysuhteita, joiden kanssa jakaa elämää ihanien hevosten parissa.

Hevosen kanssa oppii joka päivä uutta. Hevonen on hyvä kasvattaja, opettaja ja yhteistyökumppani, eikä hevonen syrji. Hevosen ja ihmisen välinen vuorovaikutus vahvistaa tunnetaitoa, itsetuntoa ja elämänhallintaa. Hevonen luo kanavan purkaa hoivatarvetta ja antaa mahdollisuuden haastaa itsensä. Hevosesta tulee kaikista parhain ystäväsi!

Suomen Ratsastajainliitto: ratsastuksen ja hevosen asialla

Suomen Ratsastajainliitto ry (SRL) on ratsastusurheilun kattojärjestö. Ratsastajainliitto edistää ratsastusta urheilu- ja liikuntamuotona, koordinoi lajin kilpailutoimintaa ja kehittää ratsastuksenopetusta ja valmennusta. Kansainvälisen Ratsastajainliiton jäsenenä SRL luo jäsenilleen edellytykset kansainväliseen huippu-urheiluun.

Suomen Ratsastajainliittoon kuulutaan ratsastusseuran kautta. Seuraan liittyminen tulee ajankohittaiseksi, kun ratsastusharrastus alkaa vakiintua. Seurajäsenyys tarjoaa sinulle lukuisia etuja. Ratsastusseuran jäsenenä saat tietoa ratsastuksesta ja hevosta. Samalla pääset vaikuttamaan lajin kehitykseen. Seuratoiminnassa pääset kehittämään myös itseäsi. Seurat järjestävät jäsenilleen mm. kurseja, valmennuksia, luentoja, retkiä ja voivat jopa tarjota alennuksia yhteistyötallin ratsastustunneista. Ratsastusseurassa voit myös osallistua kilpailuihin kilpailijana, tekijänä ja katsojana.

Ratsastajainliitto tarjoaa ratsastusseuran jäsenille paljon erilaisia etuja, tärkeimpinä LähiTapiolan urheiluvakuutuksen ja jäsenlehti Hippoksen. Usein tärkein syy liittyä ratsastusseuraan on kuitenkin kiva porukka. Hyvässä seurassa on yksinkertaisesti niin paljon kivempaa harrastaa!

Ratsastuksen alkuvaiheessa Green Card tai Green Card Plus -vakuutuskortti on oiva tapa päästä kiinni uuden lajin saloihin. Saat perustietoa lajin harrastamisesta, hevosen hoidosta sekä vakuutusturvan harrastamisen suojaksi.