

SRL Hämeen jäsenkirje marraskuu 2025



Kaikki tarvitsevat
kiitosta!
#kiitossinulle-
kampanja
marraskuussa

Kuukausikirjeen lukija, tässä jutussa voi piillä sinulle voitto,

Perustimme tämän kuukausikirjeen muutama vuosi sitten, koska sosiaalinen media tiedotuskanavana on sattumanvarainen. Algoritmien piristämiseen on sääntönsä, mutta siltikin olemme Metan armoilla. Meta haluaa maksullisia julkaisuja, joten se jakaa yhteisöjen viestejä nahkeasti. Siksi siis kirje, jotta olisi muitakin kanavia. Lisäksi on toki ratsastus.fi-nettisivut ja Kipa.

Viestinnän onnistuminen vaatii kuitenkin myös vastaanottajalta toimia.

Kuukausikirjeen tapauksessa sähköposti täytyy avata ja lukea.

Päätimme kannustaa teitä ja samalla testata kuinka tieto saapuu perille. Laita sähköpostia osoitteeseen hame@ratsastus.fi ja kerro mitä viestintäkanavia SRL Hämeen aluejaostolla on. Väärinkin saa vastata. Arvomme vastanneiden kesken marraskuun loppuun mennessä lippuja Hevoset-messuille Pirkkahalliin. Entä miksi viestintä on tärkeää? Jotta on tietoa koulutuksista, alueen arvokisoista ja ilmoittautumisista, aluejaoston tarjoamista palveluista... Entäpä sinä, mitä haluaisit kirjeeseen? Kerro se vastauksesi ohessa.

Terveisin Sari Passaro, SRL Hämeen tiedotustiimi

PS: voit auttaa meitä somessa. Käy aktiivisesti tykkäämässä julkaisuistamme. Se herättää algoritmit.

Tule kisapalaveriin etäyhteydellä 10.11. klo 18

- Seurat: täyttäkään Kipaan aluekilpailunne.
- Hakekaa myös alueen arvokilpailuja! (Henk. koht. mestaruudet, joukkuemestaruudet, Talent-karsinnat, Ratsastuskouluoppilaiden mestaruudet.)
- Ilmoittautukaa [Kipassa](#) 8.11. mennessä.
- Keräsimme vinkkejä onnistuneeseen kilpailuun. Niitä ohessa oikealla sekä jutellaan lisää kokouksessa. 

Onnistumisen eväitä ratsastuskilpailuissa:

HYMY! Saimme erityisen paljon kiitosta siitä, että toimihenkilöt olivat joka ikinen iloisella mielellä.

TOIMIHENKILÖIDEN ASUT: Henkilökunta erottuu.

PORTILLA TIEDETÄÄN: Porttivahti osaa sanoa mikä tilanne, portille kutsutaan valmiiksi toinen ja kolmaskin suorittaja, porttivahti toivottaa tsemppiä. Sama verkassa. Siellä tieto kulkee.

VALMISTELU: Jokaisen on tiedettävä paikkansa ja aikansa, eikä hyvää fiilistä korvaa mikään. Myös suunnitelma B.

KOKEMUS: Pitävät aikataulut, osaavat toimihenkilöt, hyvät opasteet ja parkkiin ohjaus.

PUFFETTI: Edullista ja hyvää ja mielellään itse tehtyä tai muuten spesiaalia. Päivän ollessa pitkä, tarvitaan ruokaisaa tarjottavaa ja hyvät ruuat myös toimihenkilöille.

OSALLISTUMISMAKSUT: Jos niitä pystyy painamaan alas, niin kaikki ovat onnellisia.

Aluevalmennettavat kuntotesteissä Tapparan salilla

Aluevalmennuksissa tehtiin 25.-26.10 sekä 8.11. kuntotestauksia Tappara Performance Hub salilla, Tampereen Kaukajärvellä. Mukana meillä oli yhteensä noin 70 urheilijaa joiden joukossa oli muutama kotivalmentajakin.

Testit sujuivat hyvin ja saimme hyvää dataa omiin kehityskohteisiin jokaisen henkilökohtaiseen fysiikkatreeniin.

Testauspäivän ohjelmassa oli ohjattu alkuverryttely, pituus ja paino (pyöräergoa varten). Tämän jälkeen testattiin nilkan liikkuvuus, (jatkuu seuraavalla sivulla)



Mira Mahosenaho, Aino Räisänen, Hetti Räisänen ja Vilhelmiina Eskola yhdistetystä Lounais-Suomi-Häme kenttätiimistä

"Testeissä ilahdutti hyvä tunnelma. Erityistä kiitosta urheilijat saivat lonkkien ja rintarangan liikkuvuudesta. Saimme selkeän kuvan mitä lähdemme seuraavaksi kehittämään. Yleisimpiä kehityksen kohteita talven yli fysiikka-harjoittelussa on kehon puolierojen tasapainottaminen, lantion ja keskivartalon alueen hallinnan ja voiman kehittäminen sekä aerobinen kunto."

Laura Ahti,
Equestrain App

lonkankoukistajien liikkuvuus, lonkan sisä- ja ulkokiertäjien liikkuvuus sekä ylävartalon kiertoliikkuvuus. Lisäksi vielä yhden jalan kyykyt, lankkupito jalkojen nostolla sekä kestävyys, joka tehtiin pyöräergotestillä. Urheilijoille tulee tästä Tapparän kautta vielä erillinen testipalaute Teamsillä.

Marraskuussa jatkuvat treenit ja joulun välipäivinä kohtaamme kaikkien lajien kesken teorioiden ja hyvän oheisohjelman tiimoilla. Siitä seuraavassa kuukausikirjeessä.

Ota seurantaan @srl_aluevalmennus, jossa tapahtumiamme ja ratsukkoesittelyitä. Aluevalmennuksen yhteistyökumppaneita ovat tällä hetkellä : Tappara, Renta, Back On Track ja Pokaalipojat.

Terveisin aluevalmennusvastaava
Nelli Eskola.

ALUEVALMENNUS KERÄÄ VAROJA VERKKOKAUPASSA – osta vaikka joululahjat ja tue!

Varoja kerätään Tuetiimiä.fi-palvelussa. Löydät SRL Hämeen tukikaupan [täältä](#).

Kampanja kestää vuoden loppuun.

Sivustolla on leluja, lahjatavaroita, asusteita yms. Sivusto ilmoittaa mikä summa kustakin ostoksesta menee tuettavalle.

Autat myös jakamalla tietoa sivustosta.

Hae mukaan SRL Hämeen nuorisotiimiin!

- Olet 15-25-vuotias hevosharrastaja ja haluat tuoda nuorten ääntä Ratsastajainliiton toimintaan. Silloin juuri sinun kannattaa hakea SRL Hämeen nuorisotiimiin.
- Lähetä hakemus 16.11. mennessä oheisella [lomakkeella](#) ja kysy lisää Pinja Lassilalta hamenuorisotiimi@gmail.com

Mikä on alueellinen nuorisotiimi?

Nuorisotiimit järjestävät muun muassa tapahtumia alueensa lapsille ja nuorille, innostavat ratsastusseuroja nuorisotoimintaan ja somettavat aktiivisesti. Jokainen tiimi suunnittelee vuosittaista toimintaansa aluekohtaisten toiveiden, tarpeiden, osaamisalueiden ja resurssien puitteissa – jokaisen alueen nuorisotiimin toiminta on siis omannäköistä. Tule tekemään siitä sellaista, joka juuri sinua innostaa!



Kuvassa koko joukkue, joukkueenjohtaja sekä alueratsastajien fysiikkavalmentaja **Laura Ahti**, Equestrian

Hämeen estejoukkue on vuoden joukkue mestari

- SRL Hämeen estejoukkue voitti lauantaina 18.10.2025 kultaa Alueiden välisessä joukkuekilpailussa Ypäjällä.
- Hämeen joukkueessa olivat **Vilhelmiina Eskola** - Duchess Jeanne d'Arc, **Ella Hynynen** - Henry J, **Alexandra Saario** - Bingo des Chenets ja **Emma Havanka** - Hirish de Riverland. Hämeen joukkueenjohtaja oli aluevalmentaja **Salla Jokela**.
- Kilpailu oli tiukka. Järjestys meni aikavertailuun, koska virhepisteissä ei saatu eroa. Häme voitti 4 sekuntia paremmalla ajalla uusintakierroksen yhteenlasketuista ajoista.
- Hopeaa otti Pohjanmaa ja pronssia Lounais-Suomi.
- Kiitos joukkueelle, järjestäjille ja kilpakumppaneille!



KISAKUULUMISET jatkuu:

- Hämäläiset Seurat menestyivät esteratsastuksen joukkuehallimestaruuksissa. SM-kultaa otti Virtain Ratsastajat ja pronssia Tampereen Ratsastusseura.

-
- Virtain joukkueessa ratsastivat: **Emma Havanka** - Beldaran, **Jenni Kammonen** - Sauvage Petit Ami, **Anniina Mallat** - Flame (kuva ylhäällä). Joukkueenjohtaja **Heidi Haapamäki**.

- TRS:n joukkueessa ratsastivat **Anniina Koskinen** - Kammerherre Gårdens Nasdaq, **Selina Raimovaara** - Quisquale, **Lotta Lampinen** - Stamina KS ja **Meri Voitila** - Hero. Joukkueenjohtaja **Marja Tetri-Rantanen** (kuva alhaalla)

Hämeen ja ESRA:n yhdistetty parakoulu-ratsastuksen aluemestaruus 2025, 24.10. Ypäjällä

1. Lindblad Johanna, BR - Gropin Kotel 67,813 %
2. Javanainen Suvi, TRS - Pihan Pinkasu 66,719 %
3. Karjalainen Katja, KKR - Fabriano Sil 66,072 %

KISAKUULUMISET jatkuu:



SRL:n alueiden välisen joukkuemestaruuden kouluratsastuksessa voitti Itä-Suomi. Hämeen joukkue oli viides.

Hämeen joukkueessa: **Vanessa Järvinen** - Whirlwind Lion King, **Sofia Koivusalo** - Romaya, **Peppi Rasi** - Nattens Anastasia 81 WD ja **Emilia Nordling** - Möensholms Oberst. Joukkueenjohta **Maarit Metsänoja**.

Tulossa olevia verkkoluentoja:

SRL Hämeen, Hämeen Hevosjalostusliiton, Hämeen Hevosnomistajien sekä Teivon Ravikeskuksen verkkoluennot jatkuvat. Luennot maksavat vain viisi euroa ja ne tallennetaan.

11. 11. kello 18 Millainen on terve kavio ja miten hevosta voi auttaa ongelmatilanteissa. Mitä huomoida varsan kasvaessa, entä aikuisen kanssa. Aiheena myös kengättömyys. **Sanna Rouhiaisella** on kotimaisten kengitystutkintojen lisäksi brittien diplomitutkinto kengityksestä. Ilmoittaudu [täällä](#) 9.11. asti.

9.12. kello 18 Hevoskouluttaja **Minna Tallbergin** luennolla käsitellään muun muassa seuraavia aiheita: Olennaiset käyttäytymistarpeet, turpakosketus ja yhteistarhaus, hevosen synnynnäiset ominaisuudet ja miten ne vaikuttavat koulutuksessa, ongelmanratkaisun aakkoset. Ilmoittaudu [täällä](#) 8.12. asti.

6.11. SRL Hämeen alueen syyskokous. Ilmoittautuminen on päättynyt.

10.11. Hämeen alueen kilpailunjärjestäjien verkkotapaaminen. [Ilmoittaudu](#) 8.11. mennessä.

12.11. Hämeen talliyrittäjien verkkotapaaminen. [Ilmoittaudu](#) 11.11. mennessä.

23.11. SRL:n syyskokous

Liikuntamaa ja Apuväline-tapahtuma 2025, 6.- 8.11. Tampereen messu- ja urheilukeskus

- Hevosvoimia ja turpaterapiaa
 - Hevostoiminta on eläinavusteista sosiaalista kuntoutusta ja terapeuttisesti vaikuttavaa kokonaisvaltaista toimintaa. Parhaimmillaan se ehkäisee syrjäytymistä sekä tukee mielenterveyttä ja sosiaalista hyvinvointia.
- SRL Häme on Apuvälinemessuilla Pirkkahallissa ja tarjoaa Koulutuslavalla kaksi asiantuntijoiden tietopakettia
 - to 6.11 klo 15.30 – 16.00 Hevosavusteisen toiminnan hyödyntäminen kehitysvammaisten ihmisten kanssa
 - pe 7.11 klo 10.00 – 10.30 Sosiaalinen kuntoutus hevosavusteisesti on tutkitusti tuloksellinen menetelmä
 - Tervetuloa kuuntelemaan!
- SRL Hämeen alueella hevosavusteista toimintaa tarjoavat:
 - <https://www.kangasalanratsastuskoulu.com/>
 - <http://amorette.ratsukko.com>
 - <http://satula.fi>
 - <http://hevostoimintariitta.com>
 - <http://facebook.com/ihaamaa>
 - <https://www.toimintaterapiajouheva.com/>
 - <https://www.klaufir.com/>
 - <https://tmifannyniemijunkola-hevoset.com/>

Loppukiri joulukalenteriin! Lähetä meille tallisi tai seurasi esittely

- Olemme saaneet kivoja seura- ja talliesittelyjä Hämeen somen joulukalenteriin. Mukaan mahtuu vielä.
- Lähetä omasi, eli Instan tarinaan sopiva lyhyt esittelyteksti, kuvia tai videoita osoitteeseen hame@ratsastus.fi
- Jatkoimme osallistumisaikaa 15.11. asti.



Muistathan myös SRL
Hämeen gaalan 14.3. 2026?

Tervetuloa seurat ja tallit sekä
kaikki harrastajat juhlimaan
kanssamme hotelli Rosendahliin
Tampereelle.

Illalliskortit tulevat myyntiin
tammikuussa. Nopeille 39 euroa
ja helmikuusta alkaen 49 euroa.