

## OHJEITA EVRK:N KILPAILEVILLE RATSUKOILLE:

- muista, että kaikki toiminta tulee kilpailujen aikana tapahtua SRL:n sääntöjen puitteissa (niin tallissa, verrytelyssä kuin kisaradallakin)
- huoliteltu ja siisti ratsukon yleisolemus on tärkeää
- muista, että kilpaillessa edustat niin itseäsi kuin kotitallia ja seuraasi, käyttyädy siis sen mukaisesti!
- auta kaveria aina, jos jollain on avun tarvetta!
- osallistu kilpailujärjestelyihin mahdollisuuksiesi puitteissa, pienikin panos auttaa!, kisojen järjestäminen on talkoohommaa
- muista huolehtia hevosen hyvinvoinnista, olet hevosesta vastuussa kilpaillessasi sillä
- tarkasta hevosen siisteys ja varusteet ennen kisoja
  - o omien huopien, korvahuppujen, suojien yms. käyttö on sallittua
- tutustu sääntöihin SRL:n sivuilta, se on kilpailijan velvollisuus
  - o Ratsastajan opas kilpailumaailmaan (tärkeimmät säännöt tiivistetysti ymmärrettävässä muodossa)  
[http://www.ratsastus.fi/instancedata/prime\\_product\\_julkaisu/ratsastajainliitto/embeds/ra tsastajainliittowwwstructure/31544\\_kisaopas2011\\_netti.pdf](http://www.ratsastus.fi/instancedata/prime_product_julkaisu/ratsastajainliitto/embeds/ra tsastajainliittowwwstructure/31544_kisaopas2011_netti.pdf)
  - o Yleinen osa säännöistä  
[http://www.ratsastus.fi/instancedata/prime\\_product\\_julkaisu/ratsastajainliitto/embeds/ra tsastajainliittowwwstructure/32112\\_KS1\\_yleinen\\_2009paivitetty\\_mainos\\_kori.pdf](http://www.ratsastus.fi/instancedata/prime_product_julkaisu/ratsastajainliitto/embeds/ra tsastajainliittowwwstructure/32112_KS1_yleinen_2009paivitetty_mainos_kori.pdf)

## KOULUKILPAILUT

- opettele rata ajoissa ja treenaa mielikuvaratsastuksena sitä vaikkapa olohuoneen matolla!
- sääntöjen mukaan hevosta ei pakoteta letittämään mutta letittäminen kuuluu koulukilpailujen luonteeseen ja ”etikettiin” ja oletuksena hevoset letitetään aina koulukisoihin, joten toivomme ratsastajien letittävän hevoset seurakilpailuihin, letityskuminauhoja saa parilla eurolla hevostarvikeliikkeistä!
  - o lyhytharjaisille sykeröt, pitkäharjaisille voi tehdä verkon, hännän voi myös letittää
  - o muista purkaa letit kisojen jälkeen!
  - o letitysohjeita:
    - Hyvä video suomeksi Piian Pantsun hoitajan ohjeistuksella  
<http://www.hevoselamaa.fi/?L=video.index&id=15>
    - Kohtalaisen havainnollinen kuvasarja englanniksi  
<http://www.wikihow.com/Braid-a-Horse's-Mane>
    - YouTubesta löytyy paljon videoita englanniksi hakusanalla horse braiding... esim. tämä <http://www.youtube.com/watch?v=zq2aWYcn00I&feature=related>
- kannukset kuuluvat kilpailuasuun, joten jos kilpaillet niin harjoittele kannusten käyttöä (voit kysyä ratsastustunnilta opettajalta luvan käyttää kannuksia hevosesta riippuen)
- siisti vartalonmyötäinen! ratsastusasu tärkeää
  - o vaalea alaosa (valkoinen tai vaalea kerma/beige) / tumma yläosa (musta tai tummansininen)
  - o pitkähiuksisten tulee laittaa tukka nutturalle, hapsottavat hiukset kypärän alle piiloon

- hansikkaat joko valkoiset tai yläosan väriset
- saappaat tai saappaanvarret + ratsastuskengät ok, tallin kotikisoissa myös siistit, hapsuttomat chapsit sallitaan vaikka ne eivät olekaan oikeiden sääntöjen mukaan sallittua
- kannukset
- välttä yliverryttelyä, hevosen tulee olla hyvässä jaksamisessa radalla ja saada pieni hengähdystauko ennen suoritusta, hevosesta riippuen verryttely 20 - 45min
- muista katsoa oma lähtöaikasi lähtölistoilta!
- Koulusäännöt 2011  
[http://www.ratsastus.fi/instancedata/prime\\_product\\_julkaisu/ratsastajainliitto/embeds/ratsastajainliittowwwstructure/31909\\_KSII\\_2011\\_kouluratsastus-10411.pdf](http://www.ratsastus.fi/instancedata/prime_product_julkaisu/ratsastajainliitto/embeds/ratsastajainliittowwwstructure/31909_KSII_2011_kouluratsastus-10411.pdf)
- Koulusääntöjen liitteet (sivuliikkeiden kuvaukset ja sallitut kuolaimet ja suitset)  
[http://www.ratsastus.fi/instancedata/prime\\_product\\_julkaisu/ratsastajainliitto/embeds/ratsastajainliittowwwstructure/31909\\_KSII\\_2011\\_kouluratsastus-10411.pdf](http://www.ratsastus.fi/instancedata/prime_product_julkaisu/ratsastajainliitto/embeds/ratsastajainliittowwwstructure/31909_KSII_2011_kouluratsastus-10411.pdf)
- Kouluohjelmat  
<http://www.ratsastus.fi/prime156/prime107.aspx>

## ESTEKILPAILUT

- opettele rata hyvin!
  - esteiden järjestys
  - lähtö- ja maalilinjat
  - arvostelumenetelmä
- muista AINA tervehtiä tuomaria selkeästi ja odottaa lähtömerkkiä, ennen kuin aloitat radan
- välttä liiallista raipan käyttöä/ kovia apuja radalla, ne eivät kuulu lajin luonteeseen
- siisti vartalonmyötäinen! ratsastusasu tärkeää
  - vaalea alaosa (valkoinen tai vaalea kerma/beige) / tumma yläosa (musta tai tummansininen)
  - saappaat tai saappaanvarret/chapsit + ratsastuskengät ok
  - kannusten ja raipan käyttö vapaaehtoista
- välttä yliverryttelyä, hevosen tulee olla hyvässä jaksamisessa radalla radalla ja saada pieni hengähdystauko ennen suoritusta, verryttelyaika max 20min ja hyppyjä max 8-10 yhteensä
- seuraa kuulutuksia kilpailujen aikana, jotta tiedät, milloin oma lähtövuorosi on
- Estesäännöt 2011  
[http://www.ratsastus.fi/instancedata/prime\\_product\\_julkaisu/ratsastajainliitto/embeds/ratsastajainliittowwwstructure/31327\\_KS\\_III\\_2011\\_esteratsastus.pdf](http://www.ratsastus.fi/instancedata/prime_product_julkaisu/ratsastajainliitto/embeds/ratsastajainliittowwwstructure/31327_KS_III_2011_esteratsastus.pdf)
- Vakioratoja (merkkisuoritusradat, Pollux-radat, HH Powercup-radat)  
<http://www.ratsastus.fi/vakioratoja>

**KISAONNEA KAIKILLE TALLIN RATSUKOILLE!**

**terveisin  
EVRK:n henkilökunta**