

# Ponikoulu

## OHJEITA PONIKOULUN TUNNEILLA RATSASTAVILLE

Päivitetty 7.12.2010

**Noudata ratsastuksenohjaajan ja henkilökunnan antamia ohjeita.** Ratsastuspalvelun tarjoaja on vastuussa siitä, että palvelu on turvallinen (Laki kulutustavaroiden ja kuluttajapalvelusten turvallisuudesta; 75/2004). Tiedosta ratsastukseen liittyvät riskit. Tallin ilmoitustaululta saat lisäohjeita turvalliseen toimintaan. Turvallisuus on kaikkien yhteinen asia.

Ilmoita etukäteen ratsastuksenohjaajalle mahdollisista liikkumisrajoitteista, sairauksista ja allergioista. Näin järjestäjä voi varautua asiaan ja tarvittaessa muokata ohjelmaa sopivaksi. Ole myös rehellinen ratsastustaidoistasi (ja painostasi).

### ENNEN TUNTIA

- Varaudu tulemaan tallille vähintään 30 min ennen tunnin alkua (aloittelijoiden kannattaa varata vielä enemmän aikaa). Ratsastus eroaa monesta muusta urheilulajista, sillä tärkein ”urheiluväline” hevonen on elävä olento. On tärkeää, että ratsastaja ehtii tutustua hevoseen ennen ratsastustunnin alkua. Lisäksi aikaa menee hevosen harjaamiseen ja varusteiden laittoon, joskus myös varusteiden etsimiseen, koska kaikilla hevosilla ei välttämättä ole joka päivä hoitajaa huolehtimassa harjauksesta jne.
- Jos hevonen on mennyt jo aiemmin tunnin samana päivänä, annetaan sen levätä rauhassa karsinassaan mahdollisimman pitkään, silloin kevyt harjaus ja nopea varausteiden laitto riittävät valmisteluiksi (n. 15..20 min).
- Samalle tunnille menevät ratsastajat voivat auttaa toisiaan, jottei kenellekään tulisi kiire ja kaikki ehtisivät tunnille samaan aikaan. Hevosetkaan eivät pidä kiireestä.
- Huolehdi, että olet pukeutunut asianmukaisiin jalkineisiin. Hevosia ei voi hoitaa pikkukengissä tai sandaaleissa. Myös kypärän käyttöä suositellaan hevosia käsiteltäessä.
- Varusteet ja harjapakit löytyvät satulahuoneesta nimellä varustetuista paikoista ja kaapeista. **Edellisenä päivänä kastuneet varusteet voivat olla myös kuivaushuoneessa. Pyydä uusia varusteita tai apua etsintään vasta sen jälkeen kun olet ensin itse etsinyt kaikkialta!**
- Tarkista hevosen kaapin ovesta mahdolliset hevoskohtaiset ohjeet, mm. jos hevosella käytetään jotain erikoisvarusteita tai erilaisia suitsia/kuolaimia eri tasoilla tunneilla.
- Pakkasella hevosille puetaan ratsastuksen ajaksi ratsastusloimet (eli puoliloimet tai peppuloimet), loimet löytyvät hevosten omista kaapeista.
- Tarkista aina, että satulassa on satulahuopa, satulavyö ja molemmat jalustimet.
- Mikäli huomaat ratsussasi tai sen varusteissa jotain normaalista poikkeavaa, ilmoita siitä heti ohjaajalle tai tallihenkilökunnalle.
- Hevonen harjataan ja satuloidaan **aina vetosolmulla** riimusta kiinni sidottuna. Älä koskaan kytke hevosta kiinni kuolainrenkaasta. Hevosta ei tule myöskään sitoa liikkuviin karsinanoviin tai loimitelaineisiin.

# Ponikoulu

- Harjaa hevonen hyvin, etenkin satulan ja suojen kohdat. Kokeile harjauksesi tulos kädelläsi silittämällä, jolloin huomaat onko kaikki hiekka harjattu pois hevosen karvasta. Harjaa huolellisesti myös suojat sisäpuolelta, jos niihin on jäänyt hiekkaa, ennen kuin laitat ne hevosen jalkoihin.
- Kaviot puhdistetaan viimeiseksi juuri ennen ulos lähtöä, jotta et kuljettaisi turvetta ulos tallipihaa liejuttamaan. Tarkista kuitenkin harjauksen yhteydessä että kaikki kengät ovat kunnolla paikoillaan.
- Satula ja suojat/pintelit laitetaan ensin, sitten vasta suitset. Satulavyö laitetaan aluksi aika löysälle ja kiristetään monta kertaa vähän kerrallaan; kerran ennen tallista lähtöä, kerran ennen selkään nousua ja lopuksi vielä selästä. Väkisin kerralla kireälle rihtaisu tekee hevosista kärtyisiä satuloitaessa. Pyydä reilusti apua satulointiin ja erikoisvarusteiden laittoon, mikäli vähänkään koet sitä tarvitsevasi. On myös syytä pyytää esim. joku hoitaja tarkistamaan varusteet, jos ei ole varma siitä ovatko ne oikein.
- Hevosta ei saa jättää karsinaan irti varusteet päällä, ettei se sotke ohjia jalkoihinsa tai piehtaroita satula selässään.
- Kiinni kytkettyä hevosta ei saa jättää yksin ilman valvontaa.
- Voit jättää vaihtovaatteesi, reppusi yms. satulahuoneeseen tai kuivaushuoneeseen ratsastustuntiasi ajaksi. Jätä tavarasi kuitenkin siististi, jotta ne eivät ole tiellä, eivätkä häiritse muita tallilla kävijöitä. Tallilla ei ole tiloja varusteiden jatkuvaan säilytykseen. Tallin käytävillä ei voi turvallisuussyistä säilyttää varusteita.
- Tallin tiloihin lojumaan unohtuneet tavarat siirretään ”löytötavarakaappiin”. Unohtuneet varusteesi löydät siis sieltä. Kaappi tyhjennetään AINA KUUN VAIHTEESSA, joten sinne siirtynyt omaisuus kannattaa hakea ripeästi pois. Kadonneita hansikkaita, kypäriä, turvaliivejä ja piiskoja voi etsiä myös tallin lainatavaroista, jonne löytäjä on voinut tavarasi viedä.
- Ennen tallista kentälle lähtöä järjestä talliin jäävät hevosen tavarat siististi siten, että hevosen seuraava mahdollinen ratsastajakin löytää ne: hevosen päällä ollut loimi kannattaa jättää esim. hevosen oman karsinan oven päälle roikkumaan (lattialle jätetyn loimen päälle saattavat vuohet käydä pissimässä!), harjapakin kansi suljetaan ja pakkasetellaan nätisti pois toisten ovien edestä, käytävällä/vesikarsinassa satuloidun ponin riimun voi laittaa ponin omaan harjapakkiiin tai sen päälle.
- Tallista lähdetään hevosia taluttaen yhtä aikaa, noin 2 minuuttia ennen tunnin alkua. Jos joku on myöhässä, tulee hän perässä, jotta tunti saadaan aloitettua ajoissa.
- Taluttaessa pidetään riittävät välimatkat toisiin hevosiin, vähintään kaksi hevosenmittaa.
- Karsinoiden ja tallin ovet avataan kunnolla, ja varotaan ettei satula osu ovenkarmeihin. Jalustimet pitää aina olla ylös nostettuina hevosta talutettaessa. Taluttaja kulkee aina ovista ennen hevosta.
- Tallin työntekijät ovat valmiita ohjaamaan ja opettamaan hevosten käsittelyssä ja keskustelevat mielellään hevosiin liittyvistä asioista ja pulmista ratsastajien kanssa. Uskaltakaa vain tulla jututtamaan heitä ja hyödyntämään heidän tietotaitoansa.

# Poniopoulu

## TUNNIN AIKANA

- Kentällä hevoset viedään keskelle kaartoon eli riviin, samansuuntaisesti, ja riittävän etäisyyksin toisiin ratsukoihin.
- Ennen selkään nousua kirstetään satulavyö.
- Ratsastajalla on aina ote ohjista hoitaessaan ratsuaan kentällä.
- Ratsaille noustessasi hevosen on seistävä suorana paikallaan, paino kaikilla jaloilla, pää ylhäällä, ja ohjat lyhyinä. Voit käyttää myös koroketta selkään noustessasi. Se on jopa suositeltavaa, sillä se säästää hevosen selkää ja satulaa, ja lisäksi et niin helposti töki hevosta jalallasi kylkeen selkään noustessasi. Pyöreillä hevosilla kannattaa pyytää jotakuta roikkumaan vastapainona, ettei satula luiskahda pois paikoiltaan.
- Älä rojahda satulaan raskaasti.
- Ennen liikkeelle lähtöä säädä jalustimet sopivan pituisiksi, ja tarkista vielä, että satulavyö on riittävän kireällä. Pyydä tarvittaessa ohjaajaa avuksi.
- Keskity ratsastukseen. Katso aina kulkusuuntaan, jotta pysyt ajan tasalla ja voit ennakoida tulevan tilanteen. Pidä ohjat pitkinäkin niin, että saat ne tarvittaessa helposti tuntumalle.
- Muista, että hevonen aistii helposti mielialasi, asenteesi ja tunteesi; ajattele positiivisesti!
- Pyri ratsastaessasi mahdollisimman kevyeen apujen käyttöön. Käytä kuitenkin apuja aina niin, että hevonen reagoi eikä kyseenalaista apujasi. Hevonen pitää selkeistä rajoista.
- Säilytä aina riittävä etäisyys edellä tai vierellä kulkevaan ratsukkoon. Jos ratsastat liian lähellä edellä olevaa hevosta, se saattaa ärsyntyä ja jopa potkaista. Älä myöskään ratsasta toisen ratsukon vierelle, sillä se saattaa laukaista hevosissa kilpailuvietin.
- Vastaantulevat ratsukot väistetään oikealta. Tarkat ratsastusradan liikennesäännöt löydät SRL:n sivuilta.
- Mikäli siirryt hitaampaan askellajiin, tarkista ettet häiritse muita, kuten takana tulevia.
- Jos tunnin alettua huomaat, että jalustimien pituus ei olekaan hyvä, niin pituus korjataan kentän keskellä, ei uralla muiden tiellä.
- Jos haluat riisua takin hevosen selässä ollessasi, niin pyydä ohjaajaa pitämään kiinni hevosesta. Myös tämä tehdään kentän keskellä, ei uralla muiden tiellä.
- Jos putoat satulasta, niin irrota otteesi ohjista, äläkä jää raahautumaan hevosen mukana. Aidatulla kentällä hevonen ei karkaa ja sen saa suhteellisen nopeasti kiinni.
- Jos joku muu putoaa hevosen selästä, pysy rauhallisena, pysäytä hevosesi kentän keskelle ja rauhoita sitä, ja odota ohjaajan ohjeita. Älä koskaan huuda, sillä hevonen pelkää kovia ääniä.
- Älä koskaan tupakoi hevosen selässä tai sen lähellä.
- Purukummin syönti on kiellettyä ratsastaessa, onnettomuustilanteessa siihen voi tukehtua.
- Muista kysyä rohkeasti, jos jokin asia jää epäselväksi.

# Ponikoulu

## TUNNIN JÄLKEEN

- Selästä laskeudutaan vasta, kun ohjaaja pyytää ratsukot kaartoon (riviin) kentän keskelle ja antaa luvan laskeutua ratsailta.
- Jos hevonen ei jatka seuraavalle tunnille, niin **jalustimet nostetaan ylös ja satulavyötä löysätään pari reikää.**
- Talliin lähdetään yhtä aikaa, muistaen taas välimatkat toisiin taluttaessa.
- **Huolehdiathan että sinulla on myös tunnin jälkeen aikaa hoitaa hevonen ja varusteet. Hevosien ja varusteiden hoito ja huolenpito kuuluu olennaisesti ratsastukseen.**
- Hevoset viedään omiin karsinoihinsa. Karsinassa laitetaan riimu kaulalle, otetaan suitset pois, riimu päähän ja varmistetaan, että hevonen on kiinni sidottuna. Sitten vasta otetaan muut varusteet pois. Jos hevosille on jo jaettu heinät karsinoihin niin kiinnitä siten, että hevonen pääsee kuitenkin vapaasti syömään.
- Hevonen harjataan kevyesti ja sen kaviot puhdistetaan.
- Jos hevonen on tunnin jälkeen todella hikinen tai sateessa kastunut, sille laitetaan kuivatusloimi (=fleeceloimi tai vastaava), loimet löytyvät rehuvälkön hyllyiltä. Loimet on ryhmitelty koon mukaan; ilmoitetut koot vastaavat hevosen selän pituutta – hevoset ja isommat ponit: 125..165 cm, pienet ponit: 115..125 cm, shettikset: 85..105 cm. Kysy apua loimen valintaan tarpeen mukaan.
- Kesällä hikinen hevonen suihkutetaan vesikarsinassa, tai pyyhitään sienellä ja lämpimällä vedellä hikisistä paikoista.
- Kura-aihana jalat tulisi pestä ja kuivata huolellisesti, tai kuivuneen kuran voi poistaa harjaamalla.
- On hyvä myös tarkistaa, ettei hevosen jaloissa ole haavoja tms. tunnin jälkeen.
- Loimitus tarvittaessa. **Kylminä vuodenaikoina kaikilla hevosilla ja poneilla kuuluu olla aina loimet päällä myös tallissa, joten olethan tarkka ja muistat pukea ratsullesi loimen!** Reippaan fyysisen työnteon jälkeen hevosen lihakset kipeytyvät nopeasti jos se jää yllättäen alasti viileään talliin! (vrt. urheilusuoritus) Hevosille puetaan pääsääntöisesti sama loimi kuin mikä hevosella oli päällä ennen tunnille lähtöä. Jos sait hevosen valmiiksi satuloituna edelliseltä tunnilta, niin loimen pitäisi löytyä hevosen karsinan oven päältä, karsinan lähetyviltä tai loimitelineeltä. **Muista myös mahdolliset magneettialukset, lämpöpintelit jne. jos olet hevosesi viimeinen ratsastaja! Huomaa, että lämpöpiteleitä, eli lämpäreitä ei kiristetä yhtä kireälle kuin ratsastuksessa käytettäviä pinteleitä! Kiristystä vain sen verran, että pysyvät jalassa yön yli.**
- Puhdistuksen ja pukemisen jälkeen hevonen päästetään irti karsinaan ja lepäämään. Muista irrottaa riimu kaltereista ja laittaa se siististi riimunnaruineen omalle paikalleen.
- **HUOM. Hevonen hoidetaan ja loimitetaan valmiiksi aina ennen muiden varusteiden pois laittoa!**
- Kiitokseksi tunnista hevoselle riittää rapsutus. Makupaloja saa antaa vain henkilökunnan suostumuksella, eikä koskaan suoraan kädestä.
- Lähtiessäsi pois karsinasta muista sulkea karsinan ovi huolellisesti.
- Harjapakit palautetaan omalle paikalleen satulahuoneen kaappiin.

# Ponihuone

- Suitsien kuolaimet pestään satulahuoneen lavuaarissa juoksevan veden alla. **Pelkkä huuhtelu ei riitä, vaan kuolaimista tulee hangata irti myös kaikki kovettunut kuola ja ruuantähteet.** Käytä tarvittaessa karkeaa sientä apuna. Kuolaimiin jätetty kuola ja ruokajäämät hiertävät muuten seuraavalla ratsastuskerralla hevosen suupielet auki.
- Mikäli sinulla on aikaa, voit puhdistaa satulan ja suitset kevyesti satulasaippualla ja sienellä. **Kura-aikana tai hevosen hiottua reippaasti, on varusteet ehdottomasti puhdistettava.** Varusteiden pesutarvikkeet löydät satulapukin alatasolla olevasta korista.
- Varusteiden nahan pesuun sovelletaan samantapaisia ohjeita kuin oman ihon (nahkaa) pesuun: 1. kastellaan ja saippuoidaan 2. huuhdellaan 3. kuivataan 4. rasvataan. Huom. satulan istuinosaa ei kuitenkaan tule öljytä tai rasvata!
- Hiekkainen satulavyö harjataan puhtaaksi. Jos vyö on kurainen ja märkä, pese harjalla (vesikarsinassa) ja vie kuivaushuoneeseen\*). Nahkainen satulavyö pestään satulasaippualla JOKAISEN KÄYTTÖKERRAN JÄLKEEN. Nahkaiset ja lyhyet satulavyöt irrotetaan aina satulasta ja nostetaan suoraksi satulan päälle!
- Jalustimista harjataan tai pestään lika pois ja märät jalustimet kuivataan huolellisesti. Satulasaivelle jalustimista valunut kura ja vesi tulee ehdottomasti puhdistaa pois. Myös vesisateessa kastunut satula pitää pestä satulasaippualla ja pyyhkiä kuivaksi. Satula on yksi hevosen tärkeimmistä (ja kalleimmista; *hinta saattaa olla jopa tuhansia euroja!*) varusteista. Vesi, kura ja hiekka vahingoittavat nahkaa huomattavasti.
- Suitset nistitetään ja laitetaan nimellä varustetulle paikalle. Olethan ystävällinen ja nistitöt **MEIDÄN TALLILLA MEIDÄN OHJEIDEN MUKAAN**, vaikka jollain muulla tallilla olisit oppinut erilaisen tavan. Ohjeen löydät satulahuoneen seinältä, tarvittaessa pyydä apua. Seuraavan, ehkä aloittelevan ratsastajan on vaikea ottaa käyttöön ”vääriin” nistitetyt suitset.
- Satula viedään myös satulahuoneeseen nimetylle paikalle. **Huolehdi, että laitot satulan telineelle oikein päin!** Katso tarvittaessa mallia muista satuloista tai satulahuoneen seinällä olevasta ohjeesta.
- Jos satulahuopa on lievästi märkä tai hikinen, se irrotetaan ja nostetaan satulan päälle kuivumaan. Täysin märkä huopa viedään kuivaushuoneeseen \*).
- Irralliset geelialuset nostetaan satulan päälle.
- **Suojat/pintelit viedään paikalleen satulahuoneeseen, jos ne ovat kuivat ja puhtaat. Jos ne ovat kuivat, mutta hiekkaiset, ne tulee harjata huolellisesti puhtaaksi ennen paikalleen viemistä. Jos ne ovat märät ja kuraiset (tai vain erittäin likaiset), ne tulee ehdottomasti pestä (vesikarsinassa) ja viedä kuivaushuoneeseen kuivumaan. Pese harjalla! Pelkkä vesihanalla huuhtelu tai edes ”paineella” peseminen ei irrota kentän hienoa hiekkaa, eikä hiekkaisia (vaikkakin kuivia) suoja voi laittaa seuraavana päivänä hevosten jalkoihin.**
- Erittäin likaisten ja hiekkaisen varusteiden pesu tulee tehdä vesikarsinassa tai sankoa apuna käyttäen ja likavedet heitetään ulos. **Lavuaareihin ei laiteta hiekkaa.** Likaisten varusteiden pesuun käytetyt sangot tulee huuhdella käytön jälkeen huolellisesti.
- Oikein hoidetut ja huolletut varusteet ovat turvallisia, kestävät käytössä pidempään ja ovat miellyttävämpiä niin hevosille kuin ihmisillekin!

# Ponihoone

- Oikeille paikoilleen oikein laitettut (mm. suitsien ristitys) varusteet auttavat seuraavaa, ehkä aloittelevaa ratsastajaa selviytymään hevosen kuntoon laittamisesta. Ratsastuksenohjaajalla ei ole aina aikaa tarkastaa kaikkia varusteita jokaisen tunnin jälkeen.
- Tallilla on esillä ohjeita mm. varusteiden huoltamisesta, pukemisesta ja pois laittamisesta, ohjeet löytyvät myös kotisivuilta. Myös hoitajat ja henkilökunta auttavat aina kun on tarvetta, joten rohkeasti vain kysymään.
- Tarkista ennen lähtöäsi vielä karsinan edusta: omat tavarat mukaan, lainavarusteet ja hevosen tavarat omille paikoilleen, riimu nätisti koukussaan.

\*) Kuivaushuoneen käyttöä/täyttöä tulisi välttää hyvin sateisina päivinä, jolloin kuivumaan tuodut tarhaloimet vievät kaiken tilan. Vaihtoehtoisesti hevosen kastuneet varusteet voi laittaa kuivumaan satulahuoneeseen esim. hevosen oman kaapin oven päälle; tällöin varusteet löytävät myös helpommin takaisin omistajalleen seuraavana päivänä!  
(Pestyt suojat saa kuitenkin viedä aina kuivaushuoneen telineeseen. Pestyt/läpimärät pintelit tulisi jättää valumaan vesikarsinan oskarinoksaan ennen kuivariin viemistä.)

Toisten ratsastamista ja hevosten kanssa työskentelyä seuraamalla oppii myös itse!

Nämä ohjeet koskevat (soveltuvin osin) myös tenavatuntilaisia vanhempineen ja avustajineen!

PAKKASRAJA:

-15 astetta

HEVOSTEN JA PONIEN PAINORAJAT:

- shettikset max. 40 kg
- pikkuponit max. 60 kg
- isot ponit max. 70-80 kg
- hevokset max. 100 kg

(NÄMÄ OHJEET ON KOOTTU OSITTAIN MUIDEN TALLIEN VASTAAVISTA OHJEISTA, SRL:n MATERIAALEISTA JA OMIA KOKEMUKSIA SOVELTAEN)