

1. SISSEJUHATUS

Hobustele esitatavad nõudmised:

Kiirusvõistlused

1. Kiirusvõistlus ca 30 km. Minimaalne kiirus 10 km/t. Pulsisageduse maksimum 56 l/min.

Eelnevat kvalifikatsiooni ei ole vaja. Lubatud osaleda 4a. ja vanematel hobustel.

2. Kiirusvõistlus ca 50 km. Minimaalne kiirus 10 km/t. Pulsisageduse maksimum 60 l/min.

Vajalik eelnev kinnitatud tulemus 30 km. distantstil (kiirus või kvalifikatsioonisõit)

Lubatud osaleda 5a. ja vanematel hobustel.

3. Kiirusvõistlus ca 80 km. Minimaalne kiirus 10 km/t. Pulsisageduse maksimum 64 l/min.

Vajalik eelnev kinnitatud tulemus 50 km. distantstil (kiirus või kvalifikatsioonisõit)

Lubatud osaleda 5a. ja vanematel hobustel.

4. Kiirusvõistlus ca 120 km. Minimaalne kiirus 10 km/t. Pulsisageduse maksimum 64 l/min.

Vajalik eelnev kinnitatud tulemus 80 km. distantstil.

Lubatud osaleda 6a. ja vanematel hobustel.

5. Kiirusvõistlus 145 km. või rohkem. Minimaalne kiirus 10 km/t. Pulsisageduse maksimum 64 l/min.

Lubatud osaleda 6a. ja vanematel hobustel.

Kvalifikatsioonisõidud

1. ca 30 km. Minimaalne kiirus 10 km/t. Pulsisageduse maksimum 56 l/min.

Eelnevat kvalifikatsiooni ei ole vaja. Lubatud osaleda 4a. ja vanematel hobustel.

2. ca 50 km. Minimaalne kiirus 10 km/t. Pulsisageduse maksimum 60 l/min.

Vajalik eelnev kinnitatud tulemus 30 km. distantstil (kiirus või kvalifikatsioonisõit)

Lubatud osaleda 5a. ja vanematel hobustel.

Kõik rännakus saadud tulemused kehtivad 24 kuud.

Võistlejatele esitatavad nõudmised:

Kiirusvõistlus või kvalifikatsioonisõit ca 30 km Alates aastast mil võistlejal täitub 8 eluaastat.

8 -10 aastastel võistlejatel vajalik vanemate kirjalik nõusolek ja klubi kinnitus võistleja asjakohase ettevalmistuse kohta. Klubi poolt teostatud võistlusele registreerimine loetakse klubi kinnituseks.

11 – 13 aastastel võistlejatel vajalik vanemate kirjalik nõusolek.

Kiirusvõistlus või kvalifikatsioonisõit ca 50 km. Alates aastast mil võistlejal täitub 8 eluaastat.

8 - 10 aastastel võistlejatel vajalik vanemate kirjalik nõusolek ja klubi kinnitus võistleja asjakohase ettevalmistuse kohta. Klubi poolt teostatud võistlusele registreerimine loetakse klubi kinnituseks.

11 – 13 aastastel võistlejatel vajalik vanemate kirjalik nõusolek. Vajalik eelnev kinnitatud tulemus 30 km. distantsil (kiirus või kvalifikatsioonisõit) .

Kiirusvõistlus ca 80 km. Alates aastast mil võistlejal täitub 11 eluaastat. 11 – 13 aastastel võistlejatel vajalik vanemate kirjalik nõusolek. Vajalik eelnev kinnitatud tulemus 50 km. distantsil (kiirus või kvalifikatsioonisõit).

Kiirusvõistlus ca 120 km. Alates aastast mil tal täitub 11 eluaastat. 11 – 13 aastastel võistlejatel vajalik vanemate kirjalik nõusolek. Vajalik eelnev kinnitatud tulemus 80 km. distantsil.

Kiirusvõistlus 145 km. või rohkem. Alates aastast mil võistlejal täitub 14 eluaastat. Vajalik eelnev kinnitatud tulemus 120 km. distantsil.

Kõik rännakus saadud tulemused kehtivad 24kuud.

2. ÜLDINE ÜLEVAADE VÕISTLUSTEST

1. PLANEERIMINE

Edukas rännak algab pikalt enne võistlust ja ei eelda mitte ainult korraliku treenitusega hobust vaid ka reisi planeerimist ja ettevalmistamist. Sa võiksid ühendust võtta võistluse korraldajaga enne võistlust ja saada täpsemat informatsiooni võistluse kohta. Ja loomulikult võid vaadata ka internetist võistluskalnedrit juhendite saabumise kohta. Alati on kindlam plaanide ja kohalesõidu juhistega kursis olla. Mõnedel võistlustel on ülesandmise tähtaeg ja kui sa selleks ajaks

pole registreerinud, võivad korraldajad sind starti mitte lasta. Kindlasti nõutakse korrapäraseid gripi vaksineerimisi, korras peavad olema ka hobuse pass ja litsensid nii hobusele kui ka ratsanikule.

Kui kõik need on korras võid alustada pakkimist. Kõige lihtsam on kirjutada endale nimekiri vajalikest asjadest, et vältida nii endale kui ka hobusele oluliste asjade unustamist. Reisimiseks valmista ette ja kontrolli treileri korrasolek sellise pilguga, et teepeal ei tuleks ette ebameeldivaid üllatusi nagu näiteks tühi autokumm. Arvesta reisimiseks piisavalt aega. Kui ees on pikk reis, vajab ka hobune enne võistluse algust pikemat aega väsitavast reisist kosumiseks. Palju abi on ka sellest, kui saabud kohale enne pimedat.

2. ENNE VÕISTLUST VÕISTLUSPAIGAS

Alati uuri korraldajatelt kuhu võib treileri parkida ja oma laagripaiga ülesseada. Tõeline piin, kui oled juba alustanud lahti pakkimist ja ühtäkki teatatakse et olete keelatud kohas ning peate uuesti ringi parkima. Kui ööbid ka ise samas lähedal telgis siis pea looduses puhtust. Kui tegemist on keelatud alaga, siis tuleb sellega ka arvestada. Ära hobust kunagi puu külge seo. Iga ratsanik vastutab oma hobuse eest. Kui oled ennast sisse seadnud ja hobuse eest hoolitsenud, mine registreeri ennast võistluste sekretariaadis. Tavaliselt on püstitaud telk millest on tehtud sekretariaadi staap, seal saab maksta ka oma stardimaksud. Sealt saad ka teekonavälistel rännakutel on ainult vet. oma hobuse kaart aga suurematel rahvusvahelistel võistlustel on pabereid terve hulk: programm, kaardid, vet. raamat jne. Kui sulle antakse ka mingisugused võistluste reeglid tuleb need kindlasti läbi lugeda, sest nad võivad sisaldada viimase hetke muudatusi. Ole kursis kus ja millal toimuvad eel veterinaar kontrollid, et seal oma hobust esitleda. Ja muidugi kus ja millal toimub võistluseelne koosolek. Enamasti saab sõidueelsesesse vet.kontrolli minna kohe kui veterinaar on saabunud. Alati on parem läbida kontroll varem, kuna hiljem võib olla juba pikk järjekord. Kui avastad et ooteaeg on pikk ja su hobune on rahutu, ole viisakas ja hoia teda eemal et te ei tekitaks probleeme teistele hobustele ja võistlejatele. Ära unusta kaasa võtta oma hobuse passi ja muid vajalikke dokumente.

Hobust esitletakse käekõrval, ilma varustusega. Peas võivad olla ainult valjad või päitsed. Kui ilm on halb ja hobusel on tekk peal, siis tuleb see vet. kontrollis seljast ära võtta.

Täpne ülevaade mida veterinaar võistlustel nõuab on täpsustatud 12-ndas peatükis.

Mõnikord on hea idee minna hobusega väiksele matkaringile, sadul selga ja mõned kilomeetrid. See aitab hobusel kohaneda uue paigaga ja vähendab tema närvilisust eesoleva võistlusega. Samas saad ka üle vaadata algava võistluse stardi ja finishi. Kui sa oled kaua reisinud on seda mõttekas teha enne vet. ülevaatust, kuna see vähendab hobuse kangust ja turset mis võib hobusel pikast reisist olla tekkinud. Eelneval õhtul enne starti on võistluskoosolek. Võta kaasa paber ja pliiats et saaksid ülesmärkida kõik vajaliku. Kuula tähelepanelikult ja kui miski jääb arusaamatuks küsi julgelt üle. Ameerikas on kena traditsioon, et see kes on esimest korda tõuseb ja tutvustab ennast.....

Koosolekul tavaliselt tutvustatakse rada (millele tuleks eralist tähelepanu pöörata, kus ei tohiks sõita jms.), jagatakse stardi numbreid, räägitakse kus ja kui palju on vet. kontrole ning täpsustatakse muud spetsiaalsed nõuded ja reeglid. Tavaliselt on kõik reeglid ja muud nõuded ka kirjalikult, aga ära jää sellele lootma. Kui sulle jäi midagi arusaamatuks siis kindlasti uuri järgi ja küsi üle, vastasel juhul võib juhtuda et eksid rajal lihtsalt ära. Pööra eralist tähelepanu just sellele, et rajamärgised ning vet.kontrolli aeg ja asukoht oleksid sulle kindlalt arusaadavad. Kui sul jäi ikka midagi arusaamatuks, siis saad ka pärast koosolekut korraldajatelt küsida.

3. VÕISTLUSPÄEV

Arvesta piisavalt aega hobuse ja enda sõiduks ettevalmistamiseks. Paljud võistlused algavad enne koitu nii et mõnikord pead juba pimedas ennast valmis seadma. Kui sa seda enne teinud pole on see päris hea uus kogemus. Valmista oma varustus varakult valmis, et kiirustades mitte avastada et pead veel jaluseid õigesse pikkusesse sättima. Vead võivad osutada ohtlikuks ja põhjustada rajal õnnetusi. Hobust peaks ette soojendama nii 20-30 min. Alustuseks jaluta temaga mõned minutid nõõriotsas, siis mine hobusele selga ja käi sammu ning tee mõned minutid traavi. See on piisav kui on plaanitud teha aeglane sõit. Kui plaanid sõita võidu peale, peaksid natuke rohkem soojendama. Kogenematud ratsanikud peaksid vältima stardis ees olemist. Kogenematuid hobuseid on raske kontrollida ja seetõttu suure gruppi ees olla on ohtlik. Isegi sinu muidu väga rahulik hobune võib muutuda taltsutamatuks kihutajaks. Hobused on siiski karjaloomad ja saakloomadena on neil veres koostis putku panna kui kas või üks hobune minema kihutab. See võtab neilt aga väärtuslikku energiat mitte vajalikule asjale. Vajadusel võid sadulast maha tulla ja hobust

rahustada enne kui uuesti jätkad. Oluline on meeles pidada - võta rahulikult! Kui sa kergemad kohad koos teistega traavid ja sammud, peaksid lõpetama normiaja sees. Alati jälgi rajamärgiseid, isegi kui liigute pikas rivis ja sina oled viimane ratsanik. Kui esimene läheb valesi, lähevad ka kõik teised ja enne kui seda märkad võid olla läbinud juba palju kilomeetreid. Tihti kasutatakse rajal erinevaid linte ja lipikuid, kui sa olid koosolekul tähelepanelik tead täpselt mida jälgida. Kui on öeldud, et puudel on punased kileribad siis kollaseid sa ei jälgi või kui punane on maas siis see ei ole mõeldud sulle. Tihti pannakse pööretele rohkem ribasid või on märgiseks hoopis nooled. Erinevatel ringidel võivad olla ka erinevad värvid. Ole tähelepanelik .

Tihti juhtub, et esimese 10km jooksul eksitakse - alustades on koos palju hobuseid ja kiirused on suuremad (tihti pimestab ka tõusev päike ja ei näe õieti). Lõpetades aga oled juba väsinud ja tihtipeale pole hämaras ka meie tähelepanu hea. Kui sa eksid rajalt, pööra tagasi ja mine viimase rajatähiseni mida sa nägid, sealt uuesti edasi ja tähelepanelikult otsi rajamärgist mida sa enne ei näinud. Ära ürita kiirustades kaotatud aega tagasi teha , sa lihtsalt väsitad oma hobust rohkem ja teed asja veel hullemaks. Kui sa oled lootusetult eksinud, seisa ühes kohas ja oota kuni keegi sind otsima tuleb (peatükk 9).

Üks asi mis iseloomustab kestvusratsutajat on oskus olla „aus” ja viisakas teiste ratsanike suhtes rajal. Põhiliselt on „kuldne reegel” - kohtle teisi nagu sa sooviks et sind koheldaks.

Lihtsalt kui sõidad mööda kitsast kohta ja keegi on sinu taga, küsi kas nad sooviksid mööduda? Kui soovivad, siis astu kõrvale ja lase teised ohutult mööda. Kui sa ise soovid kellestki mööduda, pöördu eesoleva ratsaniku poole ja palu tal endast mööduda lasta. Lihtne seadus oleks, et möödud vasakult. Kui sinu hobune on teiste hobuste peale tige, võib lüüa, hammustada või peale hüpata , siis pane hobuse sabasse punane pael, et teised oskaksid sellega arvestada. Sellest halvast ja ohtlikust harjumusest tuleks kodus ka kindlasti proovida vabaneda.

Kui sa sõidad koos teistega ja tuleb oja või muu veevõtu koht, siis jäta alati ka teistele juurdepääs.

Lase hobusel joomine lõpetada enne kui sõitu jätkad. Paljud hobused ei taha paraku enam juua kui nende hobukaaslased lahkuvad. Kui ratsutad grupi ees ja tulemas on ohtlik koht, siis teadusta sellest teisi seljataga olevaid. Näiteks: Auk paremal! Libe koht! Kui keegi on seljast kukkunud või esineb

mingeid muid probleeme, siis proovi aidata või ürita järgmises peatuspaigas edastada teistele mingi palve. Ratsutades proovi pidada arvestust oma aja ja läbitud teekonna kohta, et arvestada umbkaudset aega millal hakkad vet. kontrolli saabuma. Kui peatuspaik on juba nähtaval, võta hoog maha ja lase pulsil langeda. Kui saabud puhkepaika, siis aeg pannakse seisma alles peale vet. värava läbimist (peatükis 11 hobuse hoolitsemine enne vet. ja pärast). Nii et mida kiiremini saad pulsi nõutud tasemele, seda kiiremini aeg seiskub. Vet. kontrolli tullakse käekõrval ja ilma varustuseta.

4. PÄRAST SÕITU

Kui oled sõidu lõpetanud, siis pea meeles et su hobune peab ka lõpp vet.kontrollis käima et kvalifitseeruda. Jahuta hobust ettevaatlikult, jaluta temaga et vältida kangust ega krampe. Kui sa oled raja läbinud aeglaselt siis on hobune eeldatavasti finishi ületamise ajaks juba maha jahutunud. Ära kasuta mingeid linimente ega muid meditsiinilisi komponente enne viimast kontrolli. Kui sulle tundub et hobune ei jõua taastuda vajalikuks ajaks, ära karda küsida nõuandeid ja abi. Alles pärast viimast kontrolli võid kasutada jahutavaid kreeme ja muid abivahendeid. Juhul kui kandideerid „Best Condition” auhinnale saad seda teha alles pärast antud kontrolli, mis on tihti järgmisel hommikul. Tekke võib kasutada vastavalt ilmastikule, et hoida hobust soojas ja kuivas. Paku hobusele palju heina ja vett ning vaba ligipääs soolale. Oota veel 1h enne kui pakud kondsentreeritud sööta(kaera, müslit).

5. AUTASUSTAMINE

Mõnedel võistlustel pakutakse pärast võistlust ja ka autasutamist lõpetanutele süüa. Autasustamise aja saab enamjaolt teada pärast võistluse lõpetamist. Kui mitu võistlejat autasustatakse ja millega, sõltub võistlustest ja nende sponsoritest. Igaüks kes on lõpetanud võistluse tulemuslikult, saab üldjuhul ka mingi autasu. „Best Condition” auhind on enamjaolt kõige väärtuslikum. EMV-l saavad esimesed kolm võistlejat medalid ja rahalised autasud. Kõik on korraldajate otsustada. Isegi kui arvad, et hoolitsesid oma hobuse eest hästi terve päeva, ära unusta teda ka nüüd. Enne kui ise magama lähed, tee väike 10 min. jalutuskäik hobusega ja kontrolli et tal oleks vesi, hein ning sool ikka saadaval.

6. ASJADE PAKKIMINE

Kuna võistlus toimub enamjaolt looduskaitse alade ning eramaadel, on vajalik ümbruse puhtana säilitamine. Enne kui lahkud ole kindel et oled enda ja oma hobuse järelt ära koristanud. Korja oma prügi üles ja kui võistlustel pole selle jätmiseks ettenähtud kohta, siis vii see oma koju prügikasti. Vajadusel ka heina jäänused ja hobuse sõnnik. Kui sa jätab endast maha puhta ja koristatud paiga on kohalikel väga hea meel sind ka järgnevatel aastatel võistlustel näha.

7. REIS KOJU

Kui sul on pikk sõit koju siis on alati parem kui jääd enne pikka sõitu veel üheks ööks kohale, et hobune saaks puhata. Kui alustad kojureisi üleväsinud hobusega võib see põhjustada tiirusid ja muid tervis häireid. Vaata et hobusel ei oleks liiga külm ega liiga palav. Parim kui saad iga 4-5 tunni tagant teha hobustele puhkepeatuse. Paku neile vett ja heina. Koju jõudes paki oma varustus lahti ning puhasta ja pane nad omale kohale et pärast kergem leida oleks. Puhasta ka treiler. Paku hobusele taastumiseks piisavalt puhkepäevi koplis, et pärast valmistuda juba uueks rännakuks.

3. RÄNNAKUHOBUSE VALIMINE

Küsi paljudelt kestusratsutajatelt kuidas nad leidsid oma hobuse ja mida nad jägised tehes otsuseid, kindalt saad palju erinevaid vastuseid. Kui küsid kuidas nad oma parimad ratsud leidsid on enamjaolt vastus et lihtsalt pime õnn. Ei saa alati jälgida kindlaid parameetreid, mõõta täpselt iga nurga alt kehaehitust, iseloomu ja loomuliku taastumist. Aga see kindlalt loob eeliseid ...

Kajuks on probleem palju rohkem komplitseeritud. Me võime hinnata kui hea on üks või teine kehaehitus , kui hästi ta liigub või kuidas ta iseloom sobib rännakuks, aga meil ei ole võimalust mingi väikese testi abil teha kindlalks kuidas reageerib tema ainevahetussüsteem 160km rännakule. Me ei saa teada kui hästi on võimeline töötama ta süda, me ei saa mõõta kopsude tööd ja ei saa ette teada tema keha keemilisi võimeid tööks.

I. Sinu võimalused

Enamik inimesi leiavad tee kestvusratsutamise juurde alles siis kui nad on juba hobuse inimesed ja omanikud. Kui su hobune on füüsiliselt terve ei tohiks olla probleeme valmistuda aeglase sõiduga 40km rännakuks ja nii ongi sul esimine rännaku hobune olemas. Kui sa leiad et see on just õige sport sinu jaoks ja soovid kiiremini sõita aga sinu hobune pole selleks õige, siis on alles aeg ringi vaadata ja leida endale vastav hobune.

II. Tõud

Kui rääkida hobuse tõugudest siis parim variant on araablased ja selle ristandid. Aga samas igas tõus on ka erandeid, kes on valmis araablastele konkurentsi pakkuma. Ka kõik araablased pole just sündinud kestvusratsudeks. Tavaliselt on araablasi kergem hoida treenituna kui teisi tõugusid. Üks asi on kindel: ära otsi kindlat tõugu, vaid just tüüpi – põhiline on sünnipärane hea ainevahetus, kompaktne kehaehitus ja võimas liikumine. Vastab tõele, et õiget tüüpi rännakuhobuseid leidub just araabiatõus

III. Vanus

Kõige parem võimalus saada rännakuhobuseks on nii 3-8aastastel. Kui alustada täiesti toore hobusega läheb nendega 2-3 aastat aega põhialuste õppimiseks, seega 3-4 aastastel on hea aeg alustada. Tavaliselt on rännakuhobused hilises kümnendis. Kui ostad vanema hobuse kes on treeningus ja ka lühematel rännakutel võistlenud, läheb tema tip konditsiooniks 2-3 aastat.

Paljud on oma head rännakuhobused rikkunud liiga varajase võistlemisega.

Pea meeles, kui su hobune on näidanud et ta ei ole piisavalt hea rännakuhobune, siis tea et olemas on kindlalt veel palju muid sinu rahakotivõimetele vastavaid hobuseid.

IV. Suurus

Ei ole olemas ideaal suuruses rännakuhobust. Väga edukalt suudavad seda teha nii ponid kui ka suured pea 170cm hobused. Paljud head rännakuhobused on siiski 140-155cm kõrged.

Ratsaniku suurus peab olema hobusega vastavuses, keegi ju ei nõua väikeselt ponilt et peaks kandma 100kg meest! Väikesed ja kerged ratsanikud on suures spordis eeliseks. Reegel on, et hobune võiks kanda mitte üle 30% oma kehamassist. Olenevalt oma kondi suurusest, on umbes 540kg hobune võimeline kandma koos varustusega 150kg raskust.

V. Keskkond

Hobuse kasvamiskeskkond on tema tuleviku sooritusvõimel määrav. Ta peaks olema üleskasvanud karjaskus on saanud piisavalt suhelda teiste hobuindivididega. Teistesõnadega, peaks olema hobune üleskasvanud kohas kus on palju mänguruumi omavanustega. Saanud olla rohkem karjamaadel heal rohul aga ei ole ka üle toidetud. Heal karjamaal veedetud noorus ei ole hea ainult mentaalselt vaid aitab kasvatada ka tugevaid kõõluseid, liigeseid ja luid ilma liigse koormuseta.

VI. Meditsiiniline ajalugu

Kui valid endale rännakuhobust, on väga kasulik teada tema meditsiinilist tausta. Kas ta on saanud järjepidevalt ussirohtu? On tal kunagi olnud mingit tõsist vigastust? Kas tal on olnud salapäraseid tiirusid? On tal olnud probleeme hingamisega? Kõik need probleemid võivad olla takistuseks maksimaalsel sooritusvõimel.

Õnne Halliko