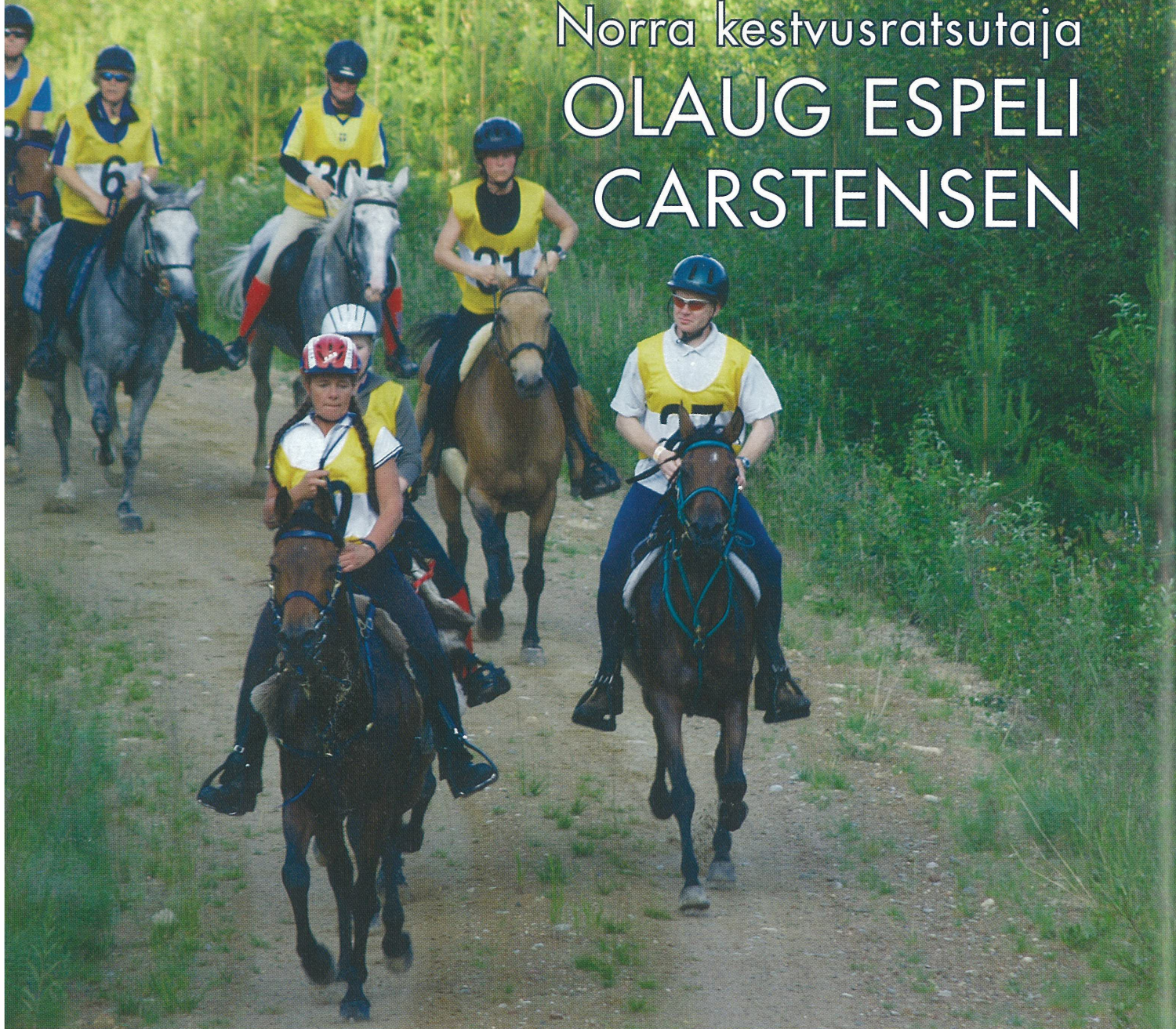


Norra kestvusratsutaja OLAUG ESPELI CARSTENSEN



Eestlased on Põhjamaade kestvusratsutajaid saanud jälgida juba mõnda aega. Kõige tihedamini oleme läbi käinud soomlastega, nemad on Eestiski võistlemas käinud. Rootslastest teame, et nad on väga kõvad tiimitöös, saavad alati meeskondlikult kõrgeid kohti. Taanlased on esialgu veel veidi võõramad. Aga norralaste hulgas on silma jäänud mitu tugevat sportlast, kelle ühine omadus on suur võidutahe ja orienteeritus edukale võistlemisele.

Ellen Suhr on võistlemas rahvusvahelisel tasemel juba eelmisest sajandist saati, 2007. aasta Põhjamaade meistrivõistlused võitis Mirjam Kongevold, 2008. a Põhjamaade meistrivõistluste võitja oli Olaug Espeli Carstensen.

TEKST JA FOTOD: ANNE ROHTLA

Olaug Espeli on kena väikest kasvu rõõmsameelne pika patsiga naine. Teda tundma õppida ei olnud üldse raske: heatahtlik, südamlilik suhtleja tundus ta juba siis, kui Svegis Põhjamaade meistrivõistlustel temaga tutvaks saime. Seal lõppes tema võistlus kahjuks peale kolmandat ringi, see-eest aitas ta **Heigo Rohtlal** ja **Galarinal** ära sõita tagant tulevate rootslaste eest. Hiljem oleme teda kohanud nii Rootsis, Taanis kui Soomes.

Olaugi viimase aasta reiting FEI edetabelis on muljetavaldav – 52. koht 438 punktiga. Eelmisel hooajal võistles ta veel Saksamaal Kreuthis FEI 160 km ja sai viienda koha.

Niisiis, saage tuttavaks: Olaug Espeli Carstensen.

Räägi veidi endast. Kuidas sa jõudsid kestvusratsutamise juurde?

Olen 42-aastane naine, abielus **Olega** ja meil on kaks poega, **William** ja **Fillip**. Töötan medõena. Ole ja William on minu tiim kestvusratsutamisevõistlustel.



Olaug ja Jubilee 2007. a aprillis Rootsis Björkvikis CEI 120 km I koht.

All: Jubilee, Ole, Olaug ja groom peale 2008. a Põhjamaade meistrivõistluste võitu.



Alustasin kestvusratsutamisega 2001. aastal, oma 17-aastase fjordihobusega, kes on **Nelly av Espeli** ema. Ma ei olnud kindel, kas ta on võimeline üldse 20 km läbima! Sellel võistlusel sõitis Norra meister oma hobusega ka 20 km, lihtsalt, et algajaid toetada. Minu fjordihobune, kes oli söönud palju rohelist rohtu ja oli väga paks, hoidis tempot ning ei tahtnud, et Norra meister temast ette läheks. Mulle tundub, et ratsutaja arvas, et see oli naljakas. Ta ütles mulle maagilised sõnad: „Sinu fjordihobune kasutab väga hästi oma energiat, ta on väga tugev.“ Need sõnad panid mind kestvusratsutamisega tegelema.

Missuguseid spordialasid oled harrastanud enne kestvusratsutamisega tegelema hakkamist?

Olen sünnist saati ratsutanud, aga olnud ka muidu sportlikult aktiivne. Mõned aastad olin ujuja, mõned aastad suusataja, teinud aeroobikat. Arvan, et olen vist kõiki spordialasid, mis olemas on, proovinud.

Räägi oma hobustest, kuidas sa nad valinud oled?

Mul on kolm hobust rahvuskoondises: **Jubilee**, kes on 12-aastane ruun, Nelly av Espeli – 10-aastane mära (fjordihobune) ja **Farwa** – 8-aastane mära. Veel on **Danica**, kes on tiine ja loodetavasti saab märtsis varsa. (Jubilee, Farwa ja Danica on araabia tõugu hobused.) Siis on meil veel Nelly vend, kelle nimi on **Kneisten**, ta on 6-aastane ruun. Ja veel ostime just hiljuti kolm uut *shagaya* araablast, kellega saab loodetavasti kestvusratsutamises midagi suurt korda saata. Ostime nad oktoobris ja ühegagi neist ei ole veel ratsutatud. Nagu näha, saab meil tulevikus palju tööd olema!

Fjordihobused oleme ise kasvatanud. Minu isa ostis nende ema, keda meie talus kasutati. Siis ostsin ma Danica, sest tema omanik kolis Hispaaniasse. Mulle tundus, et see on kena hobune. Temaga sain mõned päris head tulemused. Seejärel kohtusin Farwa omanikuga. Farwa oli siis alles kahene. Meile meeldis ta nii väga, et ostime ta ära ja tema

Kestvusratsutaja Heigo Rohtla:

Tutvusin Olaug Espeliga 2006. a juulis Rootsis Svegis Põhja-maade meistrivõistlustel. Rootsi võistkond alustas kohe stardist tugevat meeskonnatööd, et konkurent raskel rajal maha raputada. Esimese pika (üle 10 km) tõusu keskel leppisime Espeliga kokku, et teeme koostööd.

Meie hobused jooksid mõnuses rütmis ja teisel pikal tõusul olime juba teistega vahe sisse teinud. Sõitsime koos kümneid kilomeetreid ja tänu Espelile õnnestus mul võita.

Kestvusratsutamine on tore ala. Nende kümnete kilomeetrite läbimisel jõudisime rääkida palju üksteise peredest, ratsutamisest, tööst ja muust. Tollest ajast oleme sõbrad ning tore on võistlustel kohtuda. Alati oleme üksteist abistanud ja koostööd teinud.



poolvenna Jubileee ka. Viimasel ajal oleme Olega rääkinud *shagaya* araablase proovimisest. Me leidsime Taanist ühe vana mehe, kes on häid hobuseid kasvatanud. Armusime neisse ja ostime endale kõik kolm, kuigi läksime ostma ühte. Juhtub!

Olen kõik oma hobused valinud nende käitumise järgi. Otsin alati hobust, kes on rahulik ja kellega on kerge ratsutada. See on minu jaoks kõige tähtsam.

Mis sind selle spordiala juures köidab?

Kõige vahvam kestvusratsutamise juures on kohata palju rõõmsaid inimesi, õnnelikke hobuseid ja see, et saame näha loodust igal pool maailmas. See on hobuste spordiala ja hobustele meeldib isenesest joosta. Kui see neile enam ei meeldi, siis ratsanik ei jätkata, sest tal ei ole lubatud oma hobust lüüa, et teda edasi sundida.

Räägi oma treeningutest.

Me elame külas, kus on palju mägesid. Mäed teevad hobused tugevaks. Treenime hobuseid individuaalselt. Mõnel peame rohkem kiirust arendama, mõnda treenima mitte kiirustama. Enne hooaja algust on meil üks pikk sõit, umbes nädal enne võistlust 30-40 km umbes 10-15 km/h. Kiirus ei ole suur, sest maastik on mägine. Teeme ka mäkketõuse, intervalltreeninguid ja koolisõitu. Treenime 3-6 korda nädalas. Peale hooaega saavad hobused puhkuse, käime ainult vahel väikestel retkedel, madala tempoga, lihtsalt lõbu pärast.

Mis on sinu meelest kõige tähtsam, et saada edukaks kestvusratsutajaks?

Ma arvan, et kõige tähtsam on kuulata oma hobust. Ei tohi sundida teda rohkem, kui talle mugav kiirus on. Laiska hobust ei tohiks sundida tema jaoks liiga pikka

distsantsi sõitma, jäta talle võimalus veel viimasesse vet punkti jõuda. Pea alati meeles, et edukalt lõpetamine ongi võit!

Kes on sinu eeskujudeks kestvusratsutamises?

Üks minu suurtest iidolitest on üks Norra mees, kes ratsutab ja võistleb veel 74 aastasena. Tema nimi on **Reidar Ness**. Ta alustas kestvusratsutamise, kui keegi veel ei teadnud, mis ala see selline on. Võistlesin koos temaga esimest korda 5-6 aastat tagasi, 100 km. Mu käed ja jalad olid täiesti väsinud ja viimasel 20 kilomeetril ootasin pikisilmi võistluse lõppu. Mu hobune oli heas vormis, kuid mina mitte. Selle viimase 20 km ajal hüppas Reidar Ness hobuse seljast ja jooksis kõik tõusud hobuse kõrval. Vahepeal hüppas jälle sadulasse tagasi. Vähemalt eelmise suveni oli ta väga sportlik ja atleetlik ning sobiks terve kestvusratsutamismaailma iidoliks.

Kestvusratsutamises on palju inimesi, keda imetleda nende headuse ning hea tuju tõttu.

Kui kaua kavatsed veel jätkata?

Kavatsen jätkata, kuni tervis on hea ja leian, et kestvusratsutamine on lõbus.

Mis on su eesmärk üldiselt?

Järgmine siht on Euroopa meistrivõistlused Itaalias 2009. Üldiselt on mu eesmärgiks kogeda palju, omada terveid hobuseid ja mitte minna pankrotti. Ja veel loodan, et vähemalt üks kord on mul võimalus võistelda Dubai körbes.

Kas tahaksid midagi Eesti ratsutajatele ütelda?

Ma ei ole kunagi teie maal käinud ja tahaksin teie looduses ratsutada mõnel FEI võistlusel. Tahaksin paljude eestlastega tuttavaks saada!

kestvusratsutamiskalender 2009

Võistlus	Koht	Tase	Korraldaja	
22.02	Ruila kestvusratsutamine	Ruila	40 km	RK Kuldne kabi
07.03	Urjala matkalaukka	Urjala, Soome	15-50 km	
11.04	Kiviloo Kevad	Kiviloo	120 km	RSK Parkuur
25.04	EMV poniklass	Luunja, Saksa RK	30 km	Liivimaa RK / MTÜ Viplala
09.05	EMV seeniorid	Kurgjärve	120 km	RK Kuldne Kabi
13.06	Dackeritten	Rootsi	CEI 3* 160, CEI 2* 120, CEI Yr 2*120	
12.06	Ypäjä CEI	Ypäjä, Soome	CEI2* 120, CEI 3* 160	
04.07	Nordic Baltic C	Gylland, Norra	CEI 2* 120	
18.07	Pallase Karikas/EMV jun	Pallase tallid		RSK Parkuur
01.08	Simlangsridden	Rootsi	CEI 3* 160, CEI 2* 120, CEI Yr 2*120	
08.08	EMV noored	Lasva, Virve Talu		Liivimaa RK / MTÜ Viplala
22.08	Soometsa karikas	Soometsa, Pärnumaa		RSK Parkuur
05.09	Juunioride EM	Babolna, Ungari	CEI 4* 120	
19.09	Kiviloo Sügis	Kiviloo		RSK Parkuur
26.09	Euroopa meistrivõistlused	Assisi, Itaalia	CEI 4* 160	

2009. aasta võistluskalender on võrreldes eelmiste aastatega üpris tihe. On uusi võistluspaiku: Virve talu Pikakannus Võrumaal ja Soometsa Pärnumaal. On uusi võistluste toimumise aegu – Kurgjärvel toimuvad eesti meistrivõistlused seenioridele seekord juba maikuus. Kalendri koostamisel on peetud silmas, et meie võistlejatel oleks võimalik võistelda ka välismaal toimuvatel meistrivõistlustel vastavalt nende kvalifikatsioonile.

Esmakordselt toimub kalenderplaani kestvusratsutamise võistlus talvel, veebruaris Ruilas. Start, finiš ja vahefinišid on maneežis.

Kahjuks sõltub talvise võistluse toimumine suuresti ilmastikust. Kui juhtub olema lumevaene ja külm ilm, mis kruusateed betoonitaoliseks teeb, jääb võistlus ära.

Soovijad saavad talvist võistluskogemust hankima minna veel märtsikuus Soome, Urjalasse (u 150 km Helsingist).

Talvel alustades jõuab maikuuks Eesti meistrivõistlusteks vormi saada.

UUT VÕISTLUSMÄÄRUSTIKUS

Uus 2009. aastal jõustunud FEI kestvusratsutamise määrustik muudab suuresti kvalifitseerumise protseduuri. Uustulnukana kvalifitseerumiseks (*Novice Qualifying*) tuleb edukalt lõpetada kaks võistlust 40-79 km ja kaks võistlust 80-90 km kiirusega 16 km/h või alla selle või siis kolm võistlust distantsil 80-90 km kiirusega 16 km/h või alla selle. Tulemuste kehtivusaeg on 24 kuud. Uustulnukana kvalifitseerunu võib võistelda CEI võistlustel läbides tähtede süsteemi, alustades 1* võistluse edukast lõpetamisest.

CEI võistlused on FEI kalendris ära toodud võistlused, mis jagunevad järgmiselt:

- 1* võistlused 80-119 km, pulss 64 30 min jooksul;
- 2* võistlused 120-139 km, pulss 64 20 min jooksul;
- 3* võistlused 140-160 km, pulss 64 20 min jooksul;
- 4* võistlused seenioride Meistrivõistlused min 160 km, pulss 64 20 min jooksul.

Tähtede süsteemi kvalifikatsioon ratsutajale on eluaegne, hõbusele see kestab 24 kuud.