



*Joulukuun
ja tammikuun
yhdistetty jäsenkirje*

Erinomaista **joulua**, **uutta**
vuotta sekä **tammikuuta**
hyvät **SRL:n Hämeen alueen**
seurojen jäsenet sekä tallit!



Pääkirjoitus

Aikuiset hoi. Eläkää kuten opettatte, sanoivat nuoret.

Nuorten päättäjien varapuheenjohtaja Maria Salomaa piti hyvän puheen Suomen Ratsastajainliiton syyskokouksessa 26.11. Yksi osa hänen sanomaansa oli, että aikuiset, käyttäytykää. Koulukiusaamista netissä koetetaan kitkeä, myös aikuiset voisivat elää kuten opettavat. Hevosihmisten somekirjoittelu on välillä repivää.

Keskustelu on hyvästä, samoin epäkohtien näyttäminen. Loukkaaminen ja syyttely taas ei. Jos haluat, että sanomasi menee perille, niin sano se niin, että toisella säilyy kyky kuunnella. Kun asia on itselle tärkeä, sitä lähtee helposti laukalle. Myös kuulija voi miettiä: Käännynkö helposti puolustuskannalla, voisiko toisen sanomassa olla perä, vaikka se kirpaiseekin? Kykenenkö ohittamaan toisen raivokkaan esitystavan ja kuulen mitä hän sanoo? Ja koska parannus pitää aina aloittaa itsestä, niin minäkin katson peiliin.

*Salomaa kehotti nostamaan esiin lajimme positiivisia vaikutuksia. Se ei ole huono neuvo, kuten ei sekään, että **toimitaan yhdessä**. Sillä tavalla voimme saada nuoria mukaan.*

Hyvää joulun odotusta, ystävät hevosissa, toivoo Sari Passaro, tiedotus

Työn iloa hallitukseen

SRL:n syyskokouksessa liiton hallitukseen toiselle kaudelle valittiin **Aki Karhapää**. Uutena aloittaa **Dan Björklöf**. Puheenjohtajana jatkaa **Marjukka Manninen**.

Ensi vuoden kilpailuja voi jo ehdottaa kilpailukalenteriin

Hämeen alueella järjestetään olympialajeissa (koulu, este, kenttä) vuosittain yhteensä kuutisenkymmentä kilpailua, joissa on aluetason luokkia. SRL vahvistaa kalenteriin ne kilpailut, joissa on mukana myös kansallisen tason luokkia. Ne kilpailut, joissa on pelkästään aluetason luokkia tai niiden lisäksi seuratason luokkia, vahvistaa kalenteriin puolestaan aluejaosto. Aluejaoston lajivastaava myös tarkistaa kutsut ja julkaisee ne.

Hämeen alueella kilpailunjärjestäjät voivat ehdottaa omia kilpailujaan jo nyt vuoden 2023 puolella, jolloin niitä päästään julkaisemaan kalenteriin heti kun se on mahdollista. Alueen arvokilpailut eli mestaruudet pyritään kiinnittämään kalenteriin mahdollisimman aikaisessa vaiheessa.

Aluekilpailujen myöntämiseen vaikuttaa ajankohdan lisäksi etäisyys samaan aikaan toisiin Hämeen alueella

järjestettäviin, erityisesti saman lajin kilpailuihin. Arvokilpailujen eli mestaruuskilpailujen myöntämiseen vaikuttavat myös kilpailupaikan tilat ja järjestelyt, esimerkiksi ratsastusalueiden lisäksi hevoskuljetusten pysäköintitilat.

Alueen arvokilpailujen (mm. mestaruudet) järjestämistä tuetaan rahallisesti pienellä summalla, jolla katetaan mm. tuomarikuluja. Jos sinun seurasi olisi kiinnostunut järjestämään aluetason kilpailut vuonna 2024, ole yhteydessä aluejaostoon, lajivastaavaan tai anokaa kisoja suoraan Kipan kautta.

Kisoissa nähdään!

Tarja Kallio

Hämeen aluejaoston kouluratsastuksen lajivastaava, estetuomari ja ratamestari

Lomakkeen arvokilpailutuen hakemista varten löydät SRL Hämeen www-sivuilta.
<https://www.ratsastus.fi/alueet/hame/>

Tulossa:

Lisää tapahtumia ja ilmoittautumiset tuttuun tapaan <https://tapahtumat.ratsastus.fi>

18.12. klo 18 Hevosen rangan terveyttä käsittelevän luennon toinen osa. Vuorossa rintakehä, lanneranka ja lantio. Ensimmäisen osan tallenne on myös ostettavissa. Linkki löytyy Osan kaksi yhteydessä tapahtumat-sivulla. Ensimmäisessä osassa käsiteltiin pään ja kaularangan asioita. Luennoitsija on ell Laura Laakso. Luennon hinta on viisi euroa ja ilmoittautuminen päättyy edellisenä päivänä. Luento tallennetaan.

11.1.2024 klo 17.30 Miten saada erityistä tukea tarvitsevat mukaan seuran toimintaan? Kaikille mahdollinen Iltatee -webinaari on ilmainen. Ilmoittaudu viimeistään 8.1.2024.

Ensi vuoden kisoihin Hämeen Atu?

SRL Häme tarjoaa Hämeen alueen jäsenilleen kisakäyttöön ajanottolaitteiston (Atu) sekä näytön. Näyttö on uusi ja aiempaa pienempi malli.






Häme ei peri Atusta vuokraa, mutta lainaaja vastaa kuljetuskustannuksista.

Näyttöä säilytetään Tampereen Ratsastuskeskuksessa Niihamassa.





Sen varauksista ja laitteen käytön koordinoinnista vastaa aluejaoston jäsen Irmeli Heliö. Voit viestiä hame@ratsastus.fi
Tarkemmat säännöt ja näytön mitat julkaistaan myöhemmin Hämeen nettisivuilla. Atun käytöstä järjestetään keväällä koulutus.



Joulun lahjaideoita

-  Hevosen omistajalla karsinnan siivous
-  Ihmiselle tai hevoselle hieronta
-  Aamu- tai iltatalli
-  Varusteiden puhdistus
-  Lupaus: groomiksi kisoihin



-  Lämmitettävät hanskat tai lämpöliivi
-  Merinovillaisia alusvaatteita
-  Ratsastustunti, valmennus tai jumppaa
-  Vuosikalenteri rakkaan hevosen valokuvista

Terkuin SRL Hämeen Nuorisotiimi



Terkuin SRL Hämeen Nuorisotiimi

Onneksi olkoon ranking-voittajat 2023

Esteratsastus

Seniorit: **Sissi Rentto** - Camilla, RSK

Nuoret: **Amelia Kettunen** - Nooitgedacht, RaVe

Juniorit: **Veronica Nurminen** - Travenort's Ida-Maria, AKIRA

Ponit: **Emma Havanka** - Exan's Revansch, VirRat

Lapset: **Emma Havanka** - Catoki's Lüd S, VirRat

Valjakkoajo

Hevosvaljakko: **Johanna Sirkiä** - Rokki Pippuri, YR

Ponivaljakko: **Terhi Lehtonen** - Alba Papshmir, UrHu

Matkaratsastus:

Aino Mäkelä - Avialis LT ox, UrHu

Kouluratsastus

Seniorit: **Carita Soukko** - Sonata Arctica, GWR

Nuoret: **Pinja Pohjosmäki** - Nørremarkens Felicity, TRS

Juniorit: **Julia Pasti** - Elizabeth DZ, VESRA

Ponit: **Mikaela Sinda** - Sanne K 638 NF, YR

Lapset: **Saga Nygård** - May Devereaux WS 2818, SIRU

Pararatsastus

Tanja Sellman-Rauhamäki - Lavilan Muru, OriRa



Ranking-kärki jatkoa

Kenttäratsastus

Seniorit:

Saara Mansikkamäki - Paddock's Ademar, TT

Nuoret: Amelia Kettunen - Nooitgedacht, RaVe

Juniorit: Veronica Nurminen - Travenort's Ida-Maria,

AKIRA

Ponit: Inkeri Laiho - Ewan Stone, YR

Lapset: vain yksi pisteitä saanut, ei palkita

Ranking-palkinnot jaetaan keväällä 2024. Palkittaville toimitetaan kutsut henkilökohtaisesti, jolloin ilmoitetaan paikka ja aika.

#muntapahevostella

Seuratoiminnan superviikon Hevoset-messujen liput voittivat **Unetun Ratsastajat, Päijät Hämeen Ratsastajat** sekä **Eerika Seppälä**. Sometilit **@valkokultaa** ja **@keskiikainentatiratsastaja** onnistuivat niin ikään arvonnassa.

Seuratoiminnan superviikko on aina marraskuun ensimmäisellä viikolla. Viikon tarkoitus on saada hevosharrastus näkyviin somessa. Merkkää viikko jo ensi vuoden toimintasuunnitelmaan.

Tänä vuonna teema oli #muntapahevostella.

Viikko onnistui erinomaisesti. Hevostelu on monipuolinen juttu.

KR-Team lähti mukaan kuntohaasteeseen

Me KR-Teamissa otimme vastaan SRL:n kuntohaasteen, sillä ratsastajan on hyvä harrastaa muutakin liikuntaa kuin ratsastusta. Lisäksi alamme olla siinä iässä, että on tärkeää huolehtia lihas- ja aerobisesta kunnosta. Keräsimme viiden naisen tiimin ja lähdimme kohottamaan kuntoamme ja ennen kaikkea pitämään porukalla hauskaa!

Kiireisen arjen keskelle saimme yhteisen ajan järjestymään ja teimme alkukartoituksen. Kyykkyjä, vatsaa, punnerruksia, naurua ja tsemppaamista. Tuloksiimme olimme varovaisen tyytyväisiä. Ehkä valmentajamme, ja ennen kaikkea hevoset, huomaavat kehityksen keväällä...?

Haasteen aikana yritämme sovitella kiireiseen arkeemme yhteisiä treenitreffejä, milloin kuntosalille, kuntoportaisiin tai ihan vaan hiihto- tai kävelylenkille. Tiimimme whatsapp-ryhmän kautta kerromme treeneistä ja kannustamme toisiamme. Heti alkukartoituksen jälkeen laittelimmekin ryhmään viestiä, että reidet ja vatsat muistuttelivat treenistä!

SRL:n kuntohaasteeseen saattoi ilmoittautua marraskuun loppuun asti.



Viiden naisen kuntotiimi.