

## ILMOITTAUTUMINEN MAASTORATSASTUKSEEN

Tutustu huolellisesti alla oleviin ohjeisiin sekä täytä ratsastajaa koskevat tiedot rehellisesti. Osallistuminen maastoratsastukseen edellyttää tietojen antamista. Tietoja käytetään ainoastaan maastoratsastusretken tai -tapahtuman suunnitteluun.

### Ohjeita ratsastajille

1. Maastoratsastukselle osallistuvan tulee osata vähintään ratsastuksen perustaidot.
2. Noudata vetäjän tai kouluttajan antamia ohjeita. Tiedosta ratsastukseen liittyvät riskit. Tallin ilmoitustaululta saat lisäohjeita turvalliseen toimintaan. Turvallisuus on kaikkien yhteinen asia.
3. Varmista etukäteen, että matkavakuutuksesi kattaa ratsastuksen aikana syntyneet vahingot. Sinua ei ole vakuutettu matkanjärjestäjän toimesta. Matkavakuutus ja EU:n sairaanhoitokortti on pakollinen kaikille ratsastukseen osallistuville.
4. Imoita etukäteen vetäjälle mahdollisista liikkumisrajoitteista, sairauksista ja allergioista. Näin vetäjä voi varautua asiaan ja tarvittaessa muokata ohjelmaa sopivaksi. Ole rehellinen ratsastustaidoistasi.
5. Alle 12-vuotiaat voivat osallistua ratsastukseen ainoastaan yhdessä huoltajan kanssa, tapauskohtaisesti voidaan tietenkin tehdä poikkeus, sovitaan erikseen.
6. Ratsastus voi tapahtua vain selvinpäin.
7. Ennen hevosen selkään nousua, laita ratsastuskypärä päähän ja kiinnitä se kunnolla. Huolehdi että jalassasi on ratsastukseen soveltuvat jalkineet ja päälläsi asianmukainen vaatetus. Muista ottaa aina vesipullo retkelle mukaan.
8. Ratsaille noustessasi, hevosen on seistävä suorana paikallaan, paino kaikilla jaloilla, pää ylhäällä, ohjat lyhyinä ja satulavyö tarpeeksi kiristettynä. Tarpeen vaatiessa voit käyttää koroketta. Nouse aina hevosen selkään ystävällisesti ja laskeudu ratsaille hevosellekin mukavalla tavalla, rauhallisesti. Varo myös tökkimästä hevosta jaloillasi kylkeen.
9. Lähdä liikkeelle vasta kun vetäjäsi antaa siihen luvan tai miten ryhmän kanssa on siitä erikseen sovittu.
10. Keskity ratsastukseen. Katso aina kulkusuuntaan niin, että pysyt ajan tasalla ja voit ennakoida tulevan tilanteen. Pidä ohjat pitkinä niin, että saat ne tarvittaessa helposti lyhyiksi.
11. Hevonen aistii helposti mielialasi, asenteesi ja tunteesi.
12. **Säilytä aina riittävä etäisyys, vähintään 3 metriä edelläsi kulkevaan.** Jos ratsastat liian lähellä edellä olevaa hevosta, se saattaa ärsyntyä ja jopa potkaista. Muista että ratsastetaan jonossa, vierekkäin ratsastaminen saattaa laukaista hevosen kilpailuvietin.
13. Pyri ratsastaessasi mahdollisimman kevyeen apujen käyttöön. Käytä kuitenkin apuja niin, että hevonen reagoi eikä kyseenalaista apujasi. Hevonen pitää selkeistä rajoista.
14. Jos putoat satulasta, irrota ohjista, hevosen perässä raahautuminen on erittäin vaarallista. Jos hevonen kaatuu, varo sen alle jäämistä!

15. Vältä tupakointia hevosen lähettyvillä ja selässä
16. Vältä myös ohittamista ja paikan vaihtoa jonossa, se voi kanssa herättää hevosen kilpailuviettä.
17. Kulje samassa kohtaa tietä kuin vetäjä! Eri teillä kuljettava eri paikassa, vetäjä tietää milloin missäkin.
18. Jokainen ratsastaa omalla vastuullaan.
19. **Tarkista jokaisen retken jälkeen onko sinulla punkkeja, jos on, ota yhteys henkilökuntaan. Säilytä punkki ( pussiin -> jääkaappiin. )**

#### **Asustesuositukset**

1. Ratsastajan tulee käyttää hyväksyttyä mallia olevaa kypärää (CE-merkitty). Kypärän tulee olla kooltaan sopiva ja sen tulee olla päähän oikein kiinnitetty.
2. Ratsastusjalkineissa tulee olla leveä korko. Vältä jalkineita jotka voivat takertua tai liukua jalustimesta, esim. lenkkeilyjalkineita & liian suuria jalkineita tulee välttää.
3. Housujen on hyvä olla joustavat, vältä housuja jonka saumat hankaavat tai lahkeet nousevat liian ylös
4. Ratsastusretkille tulee pukeutua säänmukaisesti.
5. Lepattavia ja kahisevia vaatteita tulee välttää, hevoset saattavat säikähtää niitä.
6. Ratsastukseen soveltuvien käsineiden käyttö on suositeltavaa.
7. Pitkät hiukset kannattaa pitää kiinni.
8. Korvarenkaiden, sormusten ja lävistysten käyttäminen tulee välttää.
9. Ratsastuksessa suositellaan turvaliivin (CE-merkitty) käyttöä.
10. Maastoratsastuksessa tulee, tarpeen vaatiessa, käyttää heijastinliiviä tai muuta kiinteää heijastinta.

Täytä alla oleva lomake ja ota mukaan!

**Palauta tämä sivu täytettynä ja allekirjoitettuna.**

**Tiedot ratsastajasta**

*Alle 18-vuotiaan ratsastajan tiedot täyttää huoltaja.*

Nimi

---

Ikä

Pituus (cm)

Paino (kg)

---

Ratsastuskokemus (laatu/vuodet)

---

---

---

---

Ratsastustaso (oma arviointi):

a) pystyn ratsastamaan varmalla hevosella maastossa kaikissa askellajeissa  
vai

b) pystyn ratsastamaan ja hallitsemaan vaativimpia hevosia maastossa eri tilanteissa

Lisätietoja (esim. liikkumisrajoitteet, sairaudet ja allergiat)

---

---

---

Vakuutan tutustuneeni yllä oleviin ohjeisiin ja suosituksiin sekä antaneeni totuudenmukaisesti em. tiedot ratsastajasta.

Paikka ja aika

\_\_\_\_\_ . \_\_\_\_ . \_\_\_\_ . 20\_\_\_\_

---

Allekirjoitus ja nimenselvennys

(alle 18-vuotiaalta huoltajan allekirjoitus)