



# SuMaRa:n jäsenkirje

## Espeen kilpailut 20.9.2009

SuMaRa jatkaa kisakauttaan sunnuntaina 20.9. Espoossa. Kisapaikana toimii Gumbölen ratsastuskeskus (Engelin Puistotie, 02810 Espoo). Kisakutsu löytyy netistä osoitteesta

[http://www.matkaratsastus.fi/ajankohtaista/kutsu\\_200909.html](http://www.matkaratsastus.fi/ajankohtaista/kutsu_200909.html)

Nyt kaikki innolla ilmoittautumaan kisoihin, joissa ratkaistaan ES-RA:n mestaruus 50 km nopeuskilpailussa!

## Toimihenkilöpula

Kuten useimmissa vapaaehtoistyöllä koottavissa tapahtumissa, myös matkaratsastuskilpailujen järjestämisessä on pulaa aktiivisista ja avuliaista toimihenkilöistä. Tehtävät ovat monenkirjavia ja apua kaviataan sekä ennen kisoja (mm. reittien merkintä ja kisapaikan rakennus), varsinaisten kisojen aikana (mm. kanslistit, liikenteenohjaajat, eläinlääkärin sihteeri) että kisojen jälkeen (mm. reittien ja kisapaikan purku). Esimerkiksi reittien merkintä on loistava tapa päästä tutustumaan kisareittiin ja tarjoaa siis etulyöntiaseman niille, jotka reitin ovat jo päässeet käymään läpi sitä merkitessään. Espoon kisoihin voi ilmoittautua toimihenkilöksi sähköpostitse osoitteeseen [ilmoit\(matkaratsastus.fi\)](mailto:ilmoit(matkaratsastus.fi)). Huomioithan, että kisapaikalla ei tarvitse olla koko päivää vaan muutaman tunninkin apu otetaan kiitollisena vastaan!

## Seuravalmennus 8.9.2009 Kellokoskella

Seuravalmennuksen vetää Jaana Päiväranta. Valmennus tapahtuu Kellokosken harjoitusraviradalla (Kuusilehdonkuja 1, Tuusula) sekä sitä ympäröivissä maastoissa.

Valmennus sisältää harjoitteita radalla ja maastossa, ja se on suunnattu ratsukoille jotka ovat jo kilpailleet tai tähtäävät 15-50 km luokkiin. Valmennus alkaa klo 11:00 ja ratsukot jaetaan ryhmiin.

Sitovat ilmoittautumiset sähköpostitse: jaana.paivaranta(ät)matkaratsastus.fi 5.9.2009 mennessä. Valmennus täytetään ilmoittautumisjärjestyksessä, jolloin SuMaRa:n jäsenet ovat etusijalla. Valmennuksen hinta on SuMaRa:n jäsenille 15 euroa, ei-jäsenille 20 euroa. Lisää tietoa valmennuksesta löydät nettisivuiltamme <http://www.matkaratsastus.fi/ajankohtaista/seuravalmennus09.html>

## **SuMaRan nettisivuille uusi ilme!**

SuMaRan nettisivut kaipaavat uutta ilmettä. Osallistu sivujen suunnittelukilpailuun ja voita 100 euron lahjakortti hevostarvikeliikkeen! Tarkemmat ohjeet löydät nettisivuiltamme osoitteesta [www.matkaratsastus.fi](http://www.matkaratsastus.fi)

Nyt kaikki ideoimaan uutta, raikasta sivustoa matkaratsastusharrastajien iloksi!

## **Koulutuksia:**

### **Näin huollan ratsukkoa kisoissa –kurssi**

Seuravalmennuksen yhteydessä, samalla Kellokosken harjoitusradalla, järjestetään myös "näin huollan ratsukkoa kisoissa" –koulutus, joka on avoin kaikille. Koulutus alkaa samaan aikaan kuin seuravalmennus eli klo 11:00. Huoltokoulutus on tarkoitettu kaikille, jotka haluavat vinkkejä ja opastusta, kuinka matkaratsastuskilpailuissa huolletaan ratsukkoa reitin varrella. Koulutuksessa käydään läpi varusteiden tarkastus, mitä kannattaa tehdä kotona, mitä sovi-taan etukäteen ratsukon kanssa, mitä juomaa ja ruokaa otetaan mukaan, kuinka reitin varrella huolletaan ratsukkoa jne. Huoltokurssilaiset pääsevät harjoittelemaan huoltamista valmennukseen osallistuvilla hevosilla.

Huoltokoulutuksen vetää Liisa Siitonen. Se on SuMaRa:n jäsenille ilmainen, ei-jäsenille hinta on 5 euroa. Ilmoittautumiset sähköpostitse osoitteeseen ilmot(ät)matkaratsastus.fi 5.9 mennessä. Lisää tietoa kurssista löydät nettisivuiltamme osoitteesta

<http://www.matkaratsastus.fi/ajankohtaista/seuravalmennus09.html>

## **Ensiapukurssille puoleen hintaan!**

Haluatko ensiapukurssille? SuMaRa maksaa puolet osallistumismaksustasi. ESRA järjestää EA1-koulutuksen 3.-4.10.2009 ja EA2-kurssin 14.-15.11.2009 Helsingin Vuosaaressa, kokoushotelli Rantapuis-tossa. SuMaRa tukee jäsentensä osallistumista ensiapukurssille. Tarkemmat tiedot koulutuksista ja SuMaRan tuesta niiden suhteen löydät nettisivuiltamme osoitteesta

[http://www.matkaratsastus.fi/ajankohtaista/esra\\_ea\\_09.html](http://www.matkaratsastus.fi/ajankohtaista/esra_ea_09.html)

## **Ratsastajan kuntopäivä, puolet hinnasta pois!**

Ratsastajan Kuntopäivä järjestetään Ypäjällä lauantaina 26.9. Järjestelyistä vastaa Suomen Ratsastajainliiton Kuntotyöryhmä. Päivä tarjoaa tietoa ratsastuksesta liikuntana ja urheilulajina, auttaa parantamaan omaa ratsastusta ja keuhonhallintaa sekä antaa vinkkejä ratsastuksen opettamiseen ja ratsastuksen oheisharjoitteluun. Päivä on tarkoitettu ratsastuksen harrastajille, kilpailijoille, valmentajille, opettajille ja kaikille aiheesta kiinnostuneille. SuMaRa tukee jäsentensä osallistumista Ratsastajan Kuntopäivään maksamalla puolet osallistumismaksusta. Tarkemmat tiedot Ratsastajan Kuntopäivästä ja SuMaRan tuesta siihen osallistumiseen löydät nettisivuiltamme osoitteesta

<http://www.matkaratsastus.fi/ajankohtaista/kuntopaiva09.html>

## **SuMaRa-toppavaatteet**

SuMaRan seuravaatevalikoima laajenee! Tulossa seuran omat talviratsastustakki ja talviratsastushousut. Pääset sovittamaan näitä Espoon kisoissa 20.9., jolloin voit myös tehdä sitovan tilauksen. Tilauksen voi tehdä myös sähköpostitse osoitteeseen yhteys(ät)matkaratsastus.fi.

## **SRL:n jäsenale**

Nyt on hyvä hetki kannustaa ystäviä ja kavereita liittymään SuMaRan jäseniksi! SRL:n jäsenalen ansiosta loppuvuoden SuMaRan täysjäsenyys maksaa vain 20 euroa ja perhejäsenyys 10 euroa. Lisätietoa seuraan liittymisestä löydät osoitteesta

<http://www.matkaratsastus.fi/sumara/liittyminen.html>

## **Myytävät tuotteet**

SuMaRa:n kautta voit ostaa stetoskooppeja, lämpömittareita tai seuran tekstiilejä. Kaikkien tuotteiden tiedot löydät netistä osoitteesta

<http://www.matkaratsastus.com/ajankohtaista/myynnissa.html>

Kaikkia tuotteita voi tiedustella osoitteesta ilmo(ät)matkaratsastus.fi

## **Anna palautetta!**

Kerro meille, mitä odotat SuMaRa:lta. Millaisia tapahtumia kaipaat? Pitäisikö järjestää enemmän kisoja? Onko tarvetta esim. valmennuksille, starttikursseille, huoltajakoulutuksille, irtokenkäkursseille tai maastakäsittelykursseille? Anna vapaasti palautetta ja kerro, miten voisimme parhaiten ratsastusseurana palvella juuri sinua! Palautetta voit lähettää osoitteeseen yhteys(ät)matkaratsastus.fi.