

Månadens profil

Smålands Ridsportförbund har i Månadens profil valt att belysa de många engagerade personer och ryttare som finns bland distriktets klubbar.
Månadens profil i oktober är Linnea Kristiansen från Jönköpings Fältrittklubb, satsande ung kusk med flertalet mästerskapsmedaljer på meritlistan.

Namn: Linnea Kristiansen
Ålder: 22 år
Bor: Kaxholmen, ca 1 mil norr om Huskvarna
Sysselsättning: Jobbar heltid inom kundtjänst
Familj: Mamma, pappa, storasyster och lillebror
Favorithäst: Kommer alltid att vara stallets stjärna, Plassens Lucky Luke, ”Lucky”.
Hemmaklubb: Jönköpings Fältrittklubb
Intresse förutom häst: Gillar att vistas ute i naturen, gärna med familj och vänner.
Dold talang: Oj, den är nog så dold att inte ens jag vet någon, haha.

Hur började ditt hästintresse?
Just hästintresset har alltid funnits i familjen genom min mamma och min syster. Vi har alltid haft hästar och gård, så det var väl rätt naturligt. Jag var dock inte superintresserad av hästar från start, utan det var något jag plötsligt kom på en dag när jag var runt 3-4 år och fick för mig att hämta en av ponnyerna i hagen. Efter det har det aldrig funnits något stopp.

På vilka sätt är du aktiv inom ridsporten idag?
Idag håller jag på med sportkörning och tävlar på internationell och nationell nivå med min häst, Lady Lexington, ”Lexi”, och är en av landslagskuskarna i Sverige. Utöver eget tävlande så är det (såklart) mycket tränande och allmänt fix. Jag ser också till att hjälpa min tävlingsklubb som funktionär så mycket som möjligt, när det inte krockar med egen tävling eller träning.

Vilken roll har ridsporten i ditt liv?
Ridsporten och hästarna har en väldigt stor roll i livet och det är något jag har hållit på med sen jag var liten. Det är ju ett heltidsjobb och man bygger väldigt starka band och relationer med sina hästar. Det är det som gör det så viktigt skulle jag vilja tro. Har fått frågan flera gånger innan om vad jag tror att jag skulle göra om jag inte höll på med hästar, men kan inte tänka ut något så det är väl också ett svar på vilken roll det har.

Vem inspirerar dig och varför?
Jag har flera som jag inspireras av. Det är blandat över hoppning, dressyr, fälttävlan och körning. Det handlar inte så mycket om just grenarna utan mer om hur man är mot sina djur som medhjälpare eller arrangör. För mig är inte det viktigare att inspireras av ett resultat, det är vägen dit som räknas.

Vem tränar du helst för?
Jag tränar allra helst för vår belgiske tränare Glenn Geerts och Rudolf Pestman från Holland, men tränar till vardags för/ ihop med min mamma.

Vilken häst har betytt mest för dig hittills under din ridsportkarriär?
Utan tvekan Lucky! Han är den ponnyn jag började köra, och har byggt min karriär med. Tillsammans har vi rest Europa runt till olika länder och olika tävlingsplatser. Vi har slagits om topplaceringar tillsammans med världseliten och toppat världsrankinglistor. Utöver Lucky har vi även ett gäng B-ponnyer som betytt väldigt mycket från start, som såg till att man lärde sig rida (och sitta kvar) ordentligt.

Finns det någon prestation i livet du är extra stolt över, hästrelaterad eller ej?
Det är framförallt EM-guldet 2018 för ungdomar, 6:e platsen på senior-VM 2017 och 3:e platsen på världsrankinglistorna 2016-2017. Men såklart betyder SM- och NM-medaljer väldigt mycket också.

Du tävlar i sportkörning, hur kom det sig att du satsade på det?
Jag började som hoppryttare på de mindre ponnyerna men fick plötsligt knäproblem och kunde därför inte fortsätta på samma sätt som tidigare. Eftersom min mamma tävlade i körning på den tiden så valde jag att testa lite, att sluta med häst fanns ju inte direkt på kartan, och efter det var jag fast helt enkelt.

Berätta mer om grenen sportkörning, hur går det till?
Sportkörning kan jämföras med ridningens fälttävlan. Man har tre grenar: dressyr, maraton och precision. Dressyren går ut på att man i förväg har lärt sig programmet som innehåller olika vägar och figurer som ska köras så bra och noggrant som möjligt. Man har oftast mellan 3-5 domare på svårklassnivå. I dressyren har man lite finare kläder och vagn, och allt ska se väldigt prydligt och välplanerat ut. Varje punkt i programmet ska

dömas på en skala 1-10 och den med högst poäng vinner. Dressyr körs ofta torsdag eller fredag på en tävling.

Maraton är det som är mest fartfyllt och är oftast den grenen som lockar mest publik, precis som terrängen i fälttävlan. Man ska köra 6-8 hinder som man har fått gå och memorera på tävlingsplatsen. Man ska köra mellan träd, staket och buskar. Mellan träden och buskarna sitter bokstäver (A-F i svårklass) som man ska köra i bokstavsordning. I alla hinder tas det tid och den med snabbast totaltid vinner. Precis som i terrängen har vi också idealtider som vi ska hålla oss inom för att slippa tidsfel och få tid till lite återhämtning. Maraton körs på lördagen.

Tävlingen avslutas med precision och det är en konbana som man får lära sig på tävlingsplatsen och går ut på att köra mellan konerna i ordningen 1-20. På varje kon ligger små bollar som man inte ska riva ned. Gör man det får man straffpoäng som räknas med i totalpoängen. Här gäller det att köra fort så man undviker tidsfel. Precis som i dressyren kör man även här med fina kläder och fin vagn. Den som kommer i mål med snabbast tid och minst bollar rivna vinner.

Sedan räknas alla moment samman och räknas om till straffpoäng. Den med lägst straffpoäng är den som tar hem totalsegern.

På vilket sätt skiljer sig träningen för ett körekipage mot träningen i t.ex. dressyr eller hoppning?
I hoppningen och dressyren lägger man nästan all sin tid på sin tävlingsgren och kan specificera lite, medan körningen som innehåller tre grenar och man måste lägga tid på alla grenar. Jag lägger alltid mest tid på dressyren som är basen för en bra häst och bra resultat. Det jag lägger minst tid på att träna är maratonhinder, men lägger mycket fokus på konditionsträning och styrketräning, framförallt på vintern för att bygga inför nästkommande säsong.

Något mer som skiljer körning mot ridning är att vi är lite mer stränga med våra hästar när det kommer till uppförande och beteenden. T.ex. vid uppsittning om man ska rida och hästen tar ett eller två steg framåt är det inte alltid man rättar det. Men om man ska spänna för vagnen måste hästen så stilla, för att inte riskera olyckor och missförstånd.

Vad är det bästa med att träna och tävla i sportkörning?
Gemenskapen bland kuskarna och förmånen att alltid få hjälp av varandra på tävling, även om alla är inne i eget tävlande. Sen är det alltid en speciell känsla att åka hem från en tävling och känna att man gjort tre bra grenar och är jämn i sitt tävlande.

Finns det någon del av att tävla du tycker kan vara svårt eller jobbigt?
Det jag kan tycka att jag påverkas mest av är oftast vädret. Är det för varmt eller om det skulle ösregna är det självklart att det tär lite på orken, men i övrigt är det bara roligt med utmaningar.

Vilka ingår i ditt team under tävlingar?
Under tävlingar är det oftast jag och min mamma. Jag har alltid henne som groom, men hela teamet är så mycket större än vad man ser på tävlingsplatsen. Det handlar om alla

som hjälper till och ser till att allt fortsätter hemma, trots tävlingar och resor. Mitt team är stort och jag har väldigt bra människor runt mig som stöttar mig i min satsning.

Vilken målsättning har du på kort och lång sikt med din satsning?
Kortsiktiga mål är att återhämta mig fort och bra efter en knäoperation som är planerad under hösten 2021. Långsiktigt mål är är att matcha upp min häst som fortfarande är ny, och relativt orutinerad till de stora mästerskapen. 2022 är det både EM för ungdomar och ett VM.

Hur ska en bra körhäst vara?
En bra körhäst ska framförallt ha ett bra psyke, det är A och O. Bra steg är självklart en bonus, men det viktigaste är att den klarar av allt som händer på tävlingarna, och resorna till och från. Det är allt från färjan, långa sträckor på bilen, högtalare, andra hästar, publik, musik och sedan återhämtningen efter tävling.

Vilka är dina styrkor som kusk?
Jag skulle nog säga att jag klarar av att hålla fokus genom alla dagarna väldigt bra och inte låta placeringar och press påverka mig för mycket. Jag är även en väldig perfektionist, på gott och ont förstås, men jag vill tro att det får mig mer förberedd och mer noggrann inför och under tävling.

Har du några tips eller råd till andra som vill börja med sportkörning?
Våga ta hjälp och ha roligt. Det är inte bara att åka på tävling som i ridningen så ett tips är att åka och kolla på en tävling eller en träning. Kanske följa med som hästskötare någon gång och få följa en kusk från deras perspektiv och se hur allt fungerar ”inifrån”.

Har du utövat några andra ridsportgrenar än sportkörning?
Jadå, jag har tävlat både hoppning, dressyr och fälttävlan, och har gjort en ponnygaloppstart.

Inom ridsporten pratar man ofta om ledstjärnor, vilka är dina 3 viktigaste ledstjärnor för ditt utövande av sporten?
* Jag behandlar djur och människor runt mig på ett sätt som jag kan stå för och supporta.
* Jag ser alltid till att min häst och jag är gemensamt redo för den nivån vi ska tävla på. Det räcker inte med att en av oss är redo, “It takes two to tango”.
* Jag är en god förebild för sporten och representerar Svenska Ridsportförbundet och Sverige på ett bra och prydligt sätt när jag är på tävlingar och träningar.

Vad är ditt motto i livet?
Har inget speciellt motto i livet, men en vän genom körningen brukar säga ”det måste vara roligt, annars är det inte kul”.

Hur skulle du beskriva dig själv med tre ord?
Noggrann, målinriktad och ambitiös.

Fem snabba frågor:
Vinter eller sommar? Inget av dem, hösten är favorit
Katt eller hund? Katt
Stan eller landet? Landet
Valack eller sto? Sto
Dressyr, maraton eller precision? Precision



Linnea och hästen Lady Lexington på väg mot SM-guld 2021. FOTO: Svenska Ridsportförbundet