

TERAPI BERKUDA

■ **Tunggang kuda mampu tingkat keyakinan diri, sembuhkan penyakit**

Ainal Marhaton Abd Ghani
am@hmetro.com.my

Kuantan

Menunggang kuda adalah pengalaman menyeronokkan kepada mereka yang sukakan cabaran, namun tidak ramai berpeluang mencubanya kerana kemudahan terhadap dan tanggapan bahawa aktiviti itu memerlukan kos mahal.

Ironinya, berkuda bukan sekadar menyihatkan mental dan fizikal, malah mendisiplinkan diri dalam kehidupan seharian kerana bukan mudah mendekati seekor haiwan yang sifat semula jadinya kasar, liar dan kuat.

Lebih menarik, aktiviti berkuda menjadi terapi penyembuhan pelbagai penyakit dan masalah seperti mental, emosi, fizikal, bahasa, autisme dan sindrom Down.

Sukan berkuda boleh menjadi aktiviti sekeluarga sambil meluangkan masa bermesra dan berinteraksi dengan haiwan berkenaan. Harian Metro baru baru

ini berkesempatan meninjau pusat menunggang kuda tempatan yang menawarkan aktiviti berkuda bagi semua peringkat usia dan lapisan masyarakat, sekali gus membantu proses penyembuhan dalam kalangan insan istimewa.

Pengurus Operasi Assakaf Equin Centre (AEC) Mohd Fauzi Osman berkata, berlandaskan sunnah Rasulullah SAW, dia bersama dua rakan, Muhammad Aznel Sulaiman, 43, dan Abdul Azim Merzuki, 30, berkongsi pengetahuan mengenai aktiviti sukan berkuda yang banyak memberikan manfaat termasuk membina keyakinan diri serta memupuk sifat kepemimpinan.

Dia yakin perkongsian itu mengubah persepsi masyarakat berhubung aktiviti berkuda yang dianggap ha-

nya sesuai bagi masyarakat kelas atasan.

"Kos sukan ini sebetulnya agak tinggi kerana harga haiwan itu sendiri mencecah ribuan ringgit, namun kami bukan sekadar meminati kuda, malah ingin berkongsi dengan masyarakat keistimewaan haiwan yang menjadi kesayangan Nabi Muhammad SAW ini.

"Mungkin ramai hanya tahu keseronokan menunggang kuda, namun masih ada belum tahu kebaikan dan terapinya yang boleh menyembuhkan penyakit," katanya ketika ditemui di AEC, Permatang Badak, di sini, baru ini.

**SYOK!
~SABTU!**

“Aktiviti menunggang kuda mampu membantu memperbetulkan tubuh termasuk sistem penghadaman, saraf, organ perkumuhan Mohd Fauzi”

Menurutnya, sebelum membuka pusat ekuin itu, dia terlebih dulu menjalani latihan menunggang kuda dan mengikuti kursus berkaitan aktiviti itu sehingga memulakan operasi.

"Ramai belum mengetahui aktiviti menunggang kuda mampu membantu memperbetulkan tubuh manusia termasuk sistem penghadaman, saraf, organ perkumuhan dan pendek kata, penunggang kuda pasti sihat dan bertenaga.

"Bagi kanak-kanak yang mengalami masalah fizikal, misalnya lumpuh, berkuda adalah cara menikmati kebebasan yang selama ini tidak dapat mereka rasa ketika berada di atas kerusi roda," katanya.

Mohd Fauzi berkata, sejak dibuka lebih setahun lalu, AEC melatih 43 penunggang yang berjaya menamatkan latihan asas.

"Menerusi latihan asas diberikan, semua orang boleh merasa pengalaman naik kuda sebelum mempelajari bagaimana mengendali dan menunggang kuda dengan

MOHD Fauzi
membuang pasir pada ladam kuda.

kaedah betul. Secara tidak langsung, ia menarik perhatian mereka yang ingin mendalami sukan ini.

"Setiap orang dilatih bermula dengan asas berjalan (walk), berjoging (trot) dan berlari (canter) dengan kuda yang berbeza bagi memban- tunghilangkan ketakutan penunggang termasuk mereka yang masih baru dengan aktiviti ini.

"AEC menyediakan kuda terbaik iaitu Sofea berusia 12 tahun dari Argentina dan Princess, sembilan tahun dari Australia untuk penunggang yang baru belajar.

"Manakala, Siti berusia empat tahun adalah baka dari Timur Tengah dan Dol, tujuh tahun dari New Zealand untuk penunggang peringkat kedua sehingga mahir," katanya.

Mengenai tanggapan su-

kan berkuda hobi yang mahal, Mohd Fauzi berkata, ia mungkin disebabkan kos memelihara haiwan itu tinggi.

Bagaimanapun, katanya, ia bukan halangan bagi orang biasa terbabit dalam aktiviti itu, lebih-lebih lagi banyak kelab menawarkan aktiviti pada harga berpatutan.

"Justeru, saya mengambil inisiatif menubuhkan AEC bagi memberi peluang kepada orang ramai yang berminat belajar menunggang kuda dengan bayaran murah," katanya.

Mengenai teknik mengendalikan kuda, dia berkata, sebagai haiwan yang dilatih untuk menurut perintah, penunggang harus pandai mengimbangi badan, berinteraksi dengan kuda dan tahu pergerakan bagi mengelak terjatuh.



SEBAHAGIAN pelatih bergambar selepas tamat sesi latihan menunggang kuda.



PELATIH AEC menjalani latihan menunggang kuda.