

NEWSLETTER



Le cavalier et le cheval dans une perspective de pratique sportive

● Les explications

Comment rendre le cheval disponible en perspective d'une préparation sportive ?

Comment faire fonctionner le cheval dans les aides ?

Cet enseignement est une vision simple et schématisée des apprentissages du cheval de concours. Mes explications se basent sur les principes fondamentaux de la méthode d'entraînement 2C2A.

Je vous propose dans cet article d'explorer ces deux pistes de réflexion.

Lors d'une séance de travail, il y a deux états à vérifier.

Le premier est un **état d'ouverture** du cheval, ouverture de la ligne du dessus en recherche d'amplitude horizontale. Le second est un **état de fermeture** de la ligne du dessus, grâce à la ligne du dessous, dans une perspective d'équilibre plus vertical avec report de poids progressif sur les hanches, appelé le recul du centre de gravité.

Dans **l'ouverture**, le cheval va gagner en amplitude longitudinale, il va tendre la ligne du dessus, cela va le rendre autonome dans sa recherche d'équilibre, il devra de lui-même activer ses chaînes du dessous ventrales et pectorales. A l'inverse, lorsque l'on **ferme les pressions**, on clarifie les aides. On explique au cheval qu'il ne doit pas se crispier, que l'on recherche le report de poids sur l'arrière avec la participation des chaînes du dessous. Ces dernières se contractent progressivement jusqu'à la flexion des articulations qui mènent au rassemblé, en suivant bien évidemment une échelle de progression des exercices de gymnastique entre mains et jambes.

La difficulté de cet état de fermeture des pressions, dans un cadre qui vient se serrer, c'est que le cheval ne doit pas se soustraire aux aides, il ne doit pas se crispier ni dysfonctionner. Les observables de la locomotion doivent rester stables (les 2C2A) :

- **Connexion** : un rapport à la main avec un cheval qui ne se défend pas
- **Cadence** : une cadence qui s'adapte et qui ne se détériore pas
- **Attitude** : le chanfrein revient à la verticale
- **Amplitude** : une amplitude verticale dans la fermeture

On peut dans un premier temps exercer cette fermeture des pressions en peignant les rênes et en encourageant le cheval à donner son dos tout en libérant sa ligne du dessus. On aura ainsi une meilleure compréhension des aides, une ouverture d'autant plus souple et plus ample avec un meilleur fonctionnement.

POUR CONCLURE :

Ces états d'ouverture et de fermeture de la ligne du dessus sont un appui visuel pour le cavalier qui vont lui permettre de mieux structurer ses séances d'entraînement et lui éviter de mettre le cheval dans un cadre inadapté et trop contraignant.

Le cheval ne doit pas se soustraire aux aides, il doit fonctionner dans les aides, il faut donc être dans l'alternance constante d'ouverture et de fermeture pour éviter les blocages locomoteurs. Cette alternance de cadre permet d'accéder à un accordéon, il connecte le cheval aux aides et le rend beaucoup plus disponible au quotidien et pour la piste.

Je vous invite à faire cet état des lieux :

Ouvrir votre cheval encolure longue avec le nez qui s'avance, puis fermer un peu votre cheval et observez ce qu'il se passe : Est-ce que le chanfrein revient à la verticale ? Est-ce qu'il y a une perte de cadence ? A l'inverse, est-ce que votre cheval fonctionne dans les deux états en gardant sa locomotion ?

La meilleure des récompenses, c'est le travail juste !