



RECUEIL PEDAGOGIQUE



1^{ER} DEGRE-C.S.O



I. TABLE DES MATIERES

I. Table des Matières	2
I. PREAMBULE	6
Rappel de la définition du 1 ^{er} degré CSO:	6
Dressage:	6
Obstacles:	6
Soins:	6
Connaissances:	7
Hippologie:	7
II. LE CORPS DU CHEVAL	8
1. Les parties de la tête	8
2. Les parties des membres	9
3. L'appareil locomoteur	10
Le squelette.	10
Les muscles	12
II. Les allures	14
1. Le pas	14
2. Le trot	14
3. Le galop	15
4. Le mécanisme du départ au Galop.....	15
5. Les Allures Défectueuses.....	16
L'amble:	16
Le Traquenard:.....	16
L'aubin:	16



Le Galop à 4 temps:	16
Le Galop Désuni:	16
6. Les allures Artificielles et Mouvements sur place:	18
7. Le Saut:	18
Le mécanisme du saut:	18
8. Qualité des allures.....	19
✓ Se juger:	19
✓ Se méjuger :	19
✓ Se déjuger :	20
✓ Raser le tapis:	20
✓ Trousser:	20
✓ Billarder:.....	20
✓ Bercer:	20
✓ Forger:	20
9. Variations dans une allure	20
III. Les boiteries	21
Comment déceler une boiterie ?	22
Comment localiser une boiterie ?.....	22
IV. Le pied & la ferrure	23
1. Le fer.....	23
2. Le sabot.....	23
3. Critères d'appréciation de l'état du pied et de la ferrure	24
4. Les parties du fer	24
5. Deux bipèdes.....	24



6.	Fers orthopédiques.....	24
7.	Anatomie et rôle du pied	25
	Le rôle du pied	25
V.	L'alimentation du cheval	25
	Les aliments	26
	Les fourrages	26
	Les céréales	27
	Les aliments complets	28
	Ration journalière:.....	29
	L'eau	29
VI.	Comportements du cheval	30
	A l'état sauvage	30
	A l'écurie	30
	Au travail	30
	En Liberté.....	31
VII.	Embouchures & ennasures	32
1.	Les embouchures	32
	Les mors "simples"	32
	Les mors à gourmette:	33
	Simple brisure, double brisure, mors droit & passage de langue	34
2.	Les Ennasures:	36
	Hackamores:.....	36
	Licols drisses.....	36
	Bitless& Side pull	37



VIII. Les protections	38
1. Les Bandes de Repos.....	38
2. Les protections de travail	39
IX. Les Crampons Mobiles	41
X. présenter un cheval ou un poney	43
1. La présentation à l'arrêt.....	43
2. La présentation au pas et au trot	43
XI. Obstacles de saut & de cross.....	44
1. Obstacles de saut:.....	44
Obstacles simples:	44
Obstacles larges	46
Rivières et bidets	47
2. Obstacles de cross:	48
Contre bas & contre haut.....	48
Troncs & stères	48
Fossés, trous et coffin	49
XII. Pratique:	51



I. PREAMBULE

Ce document est destiné aux cavaliers affiliés à la Fédération Tunisienne des sports Equestres qui souhaitent participer à des compétitions nationales de CSO de 80 cm et plus (épreuves qui requièrent une qualification).

Ceci est un document de base pour bien préparer le test théorique du 1^{er} degré CSO de la Fédération Tunisienne des Sports Equestres.

Rappel de la définition du 1^{er} degré CSO:

Le cavalier doit être capable de présenter un cheval stable dans ses allures sur les tests pratiques du premier degré.

Dressage:

- ✓ Stabiliser son équilibre assis lors des changements d'allures.
- ✓ Maintenir une vitesse régulière dans chaque allure.
- ✓ Varier l'amplitude au pas et au trot.
- ✓ Faire des transitions montantes et descendantes inter allures.
- ✓ Prendre le galop du pas en un point précis sur le bon pied.
- ✓ Enchaîner des courbes serrées au pas et au trot.
- ✓ Déplacer sa monture latéralement au pas.

Obstacles:

- ✓ Stabiliser son équilibre sur les étriers sur des sauts rapprochés.
- ✓ Maintenir une cadence régulière au galop en enchaînant des sauts isolés.
- ✓ Maintenir une vitesse régulière en enchaînant des sauts.
- ✓ Contrôler la direction sur des courbes larges et serrées.
- ✓ Côtes: 90/100 cm.

Soins:

- ✓ Poser des bandes de repos
- ✓ Présenter un poney ou un cheval en main



- ✓ Poser et enlever des crampons

Connaissances:

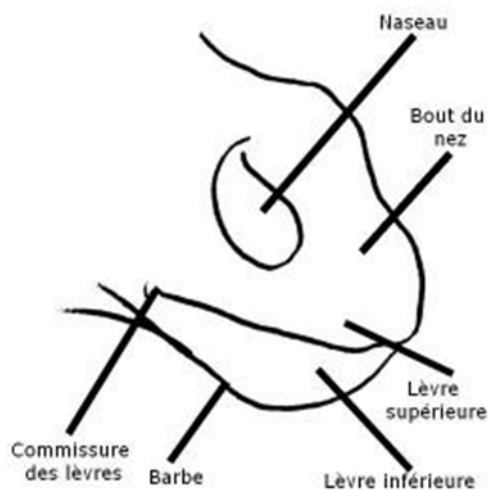
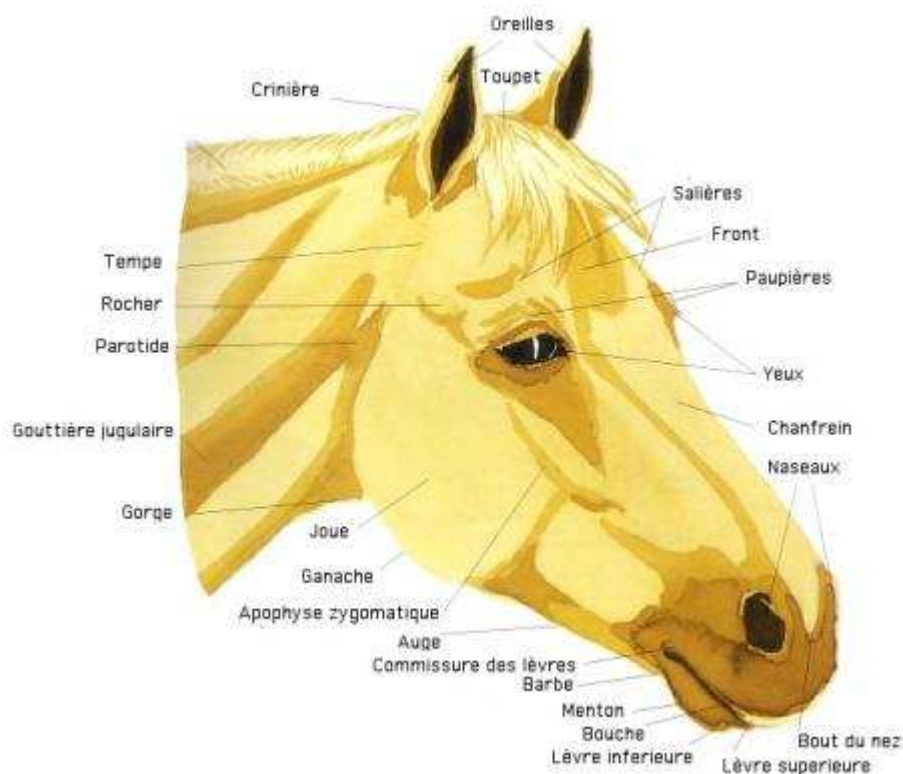
- ✓ Les qualités des allures
- ✓ Mécanisme du départ au galop
- ✓ Définition des transitions
- ✓ Mécanisme du saut

Hippologie:

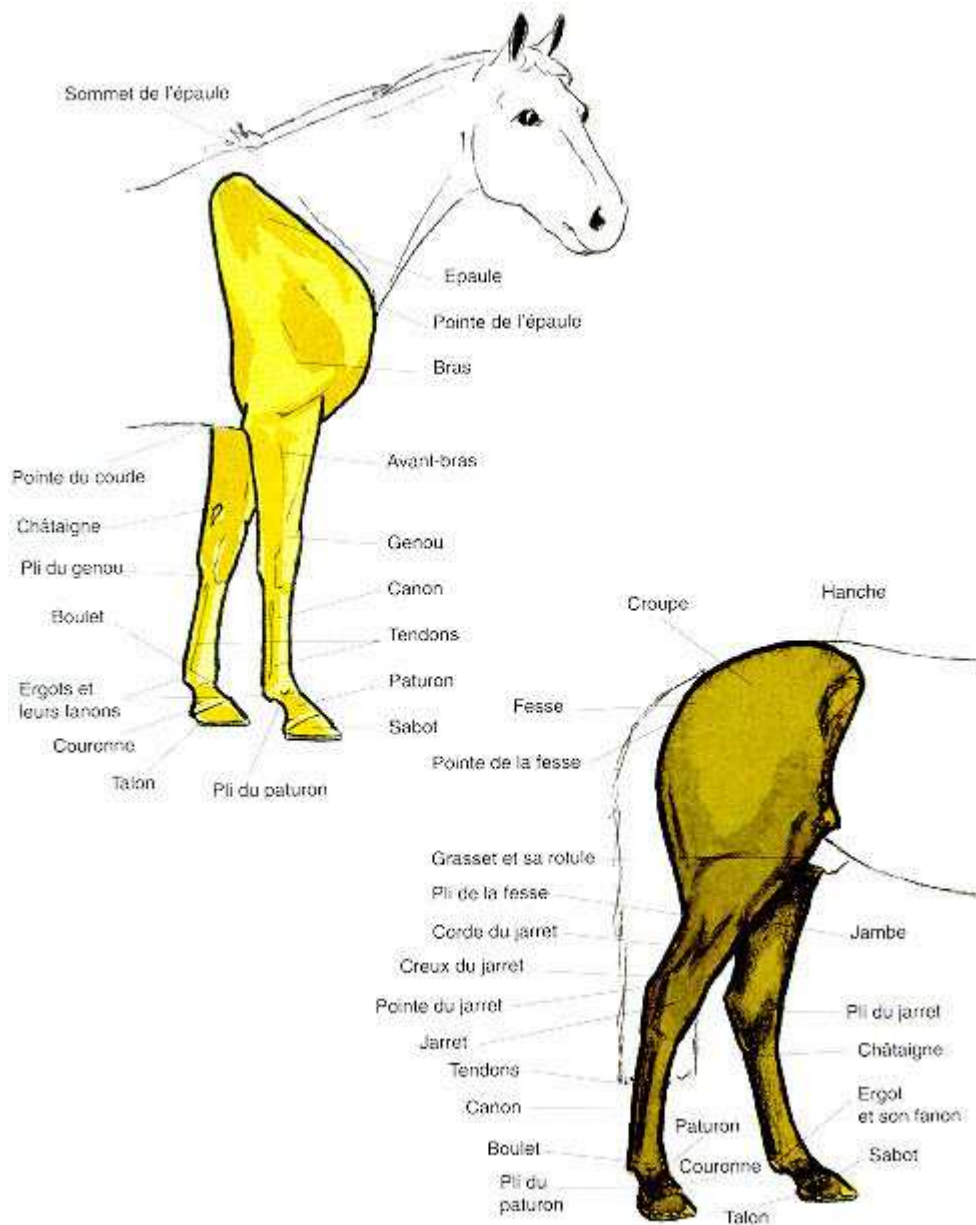
- ✓ Généralités sur le squelette et les muscles
- ✓ Les boiteries
- ✓ Critères d'appréciation de l'état du pied et de la ferrure
- ✓ L'alimentation et l'abreuvement
- ✓ Instinct et comportement de l'équidé au box et en prairie

II. LE CORPS DU CHEVAL

1. Les parties de la tête



2. Les parties des membres





3. L'appareil locomoteur

L'appareil locomoteur est constitué d'os reliés entre eux par les articulations et mobilisés par les muscles (Lavauzelle).

Le squelette.

Le squelette correspond à l'ensemble des os qui compose la charpente d'un vertébré.

L'os est constitué de tissus vivants. Le périoste est une membrane fibreuse qui protège les os. Les cartilages articulaires se situent à chaque extrémité des os.

Les os peuvent être:

- ✓ longs (canons...)
- ✓ courts (vertèbres, os du carpe ...)
- ✓ plats (omoplate, certains os du crâne ...)

Le squelette est composé de différentes parties qui peuvent être classées en fonction du rôle qu'elles ont:

- ✓ La colonne vertébrale ou encore appelé rachis transmet l'impulsion qui provient des membres postérieurs.
- ✓ Les ceintures scapulaire (épaules) et pelvienne (hanches) lient les membres (antérieurs et postérieurs) au rachis.
- ✓ La tête, les membres antérieurs et postérieurs sont appelés "extrémités". Ils ont pour rôle d'assurer l'équilibre, la locomotion.

Les os sont mis en relation entre eux par les articulations. Celles-ci sont faites du liquide synovial qui lui est contenu dans une enveloppe étanche, la capsule articulaire.

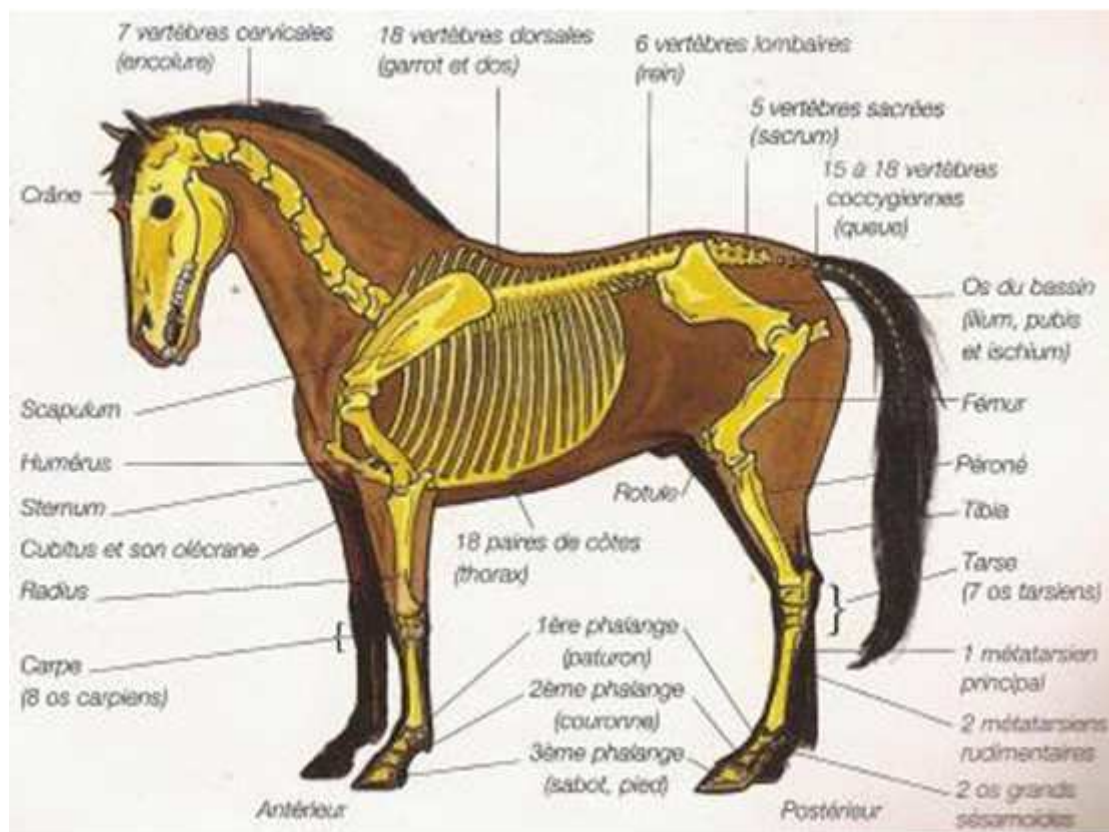
De ce fait, presque tous les os du squelette peuvent ainsi être mis en mouvement les uns par rapport aux autres.

Ce qu'il faut retenir:

- ✓ La définition du squelette (C'est la charpente osseuse de l'équidé).

On y distingue:

- ✓ La tête du cheval
- ✓ La colonne vertébrale qui est composée de vertèbres. Il y a 7 cervicales, 18 dorsales, 6 lombaires, 5 sacrées et 15 à 18 coccygiennes.
- ✓ Le thorax (composé de 18 paires de côtes).
- ✓ Les membres





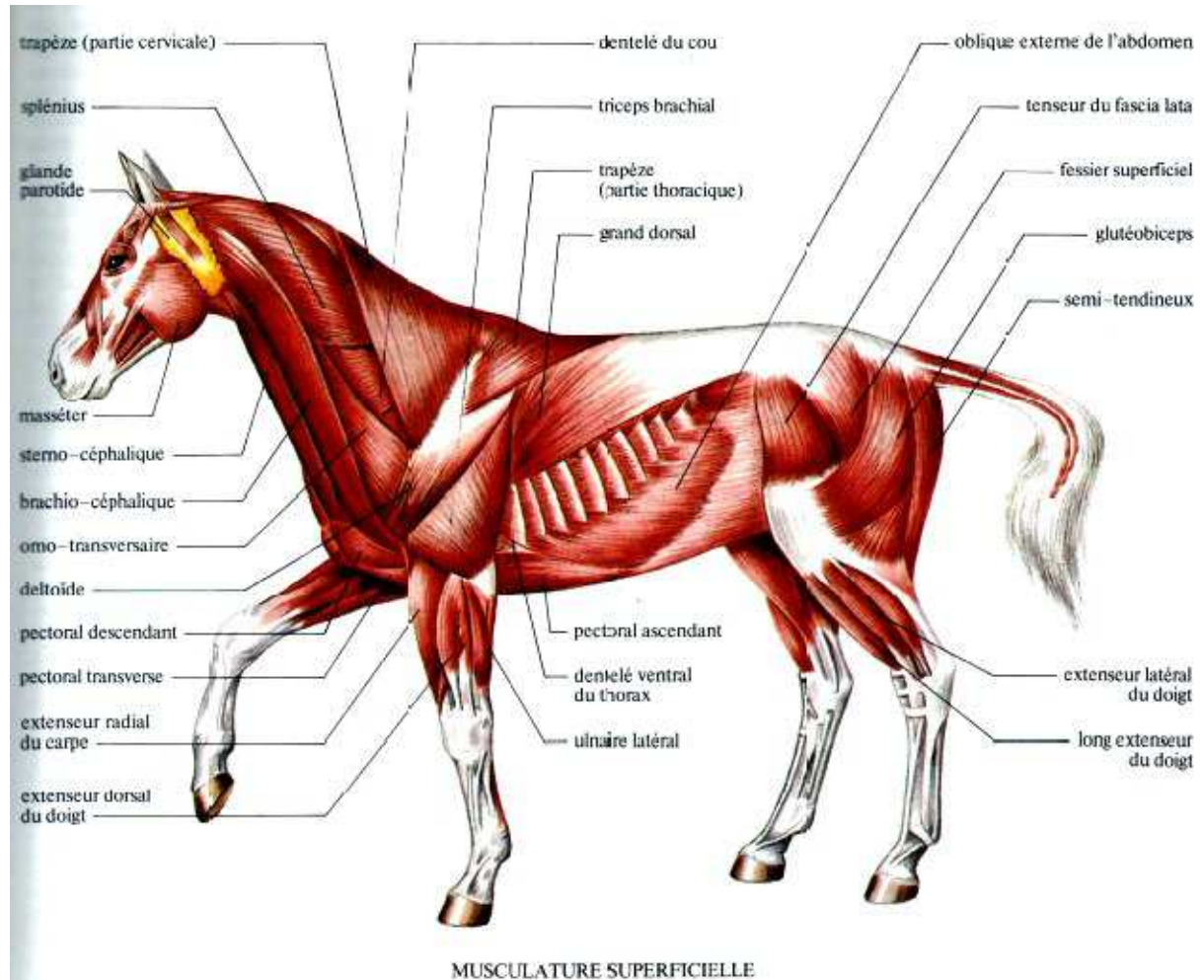
Les muscles

Il convient de distinguer plusieurs types de muscles:

- Les muscles lisses ou encore appelés viscéraux dont la contraction est involontaire et inconsciente (ex. : muscles du tube digestif, des bronches, des parois artérielles...). Ils assurent le fonctionnement interne du corps (respiration, flux sanguin, digestion ...)
- Les muscles striés ou squelettiques, dont la contraction est volontaire, et qui assurent les mouvements (locomotion).
- Il y a aussi le muscle cardiaque (le myocarde) qui lui fait une exception: Il s'agit d'un muscle viscéral strié dont la contraction est involontaire, inconsciente et automatique. Le rythme cardiaque (c'est à dire le nombre de battements par minute) varie en fonction de l'effort fait par le cheval, de son état de santé, de la température ambiante, etc...

Les muscles qui assurent la locomotion peuvent-être:

- ✓ Rotateurs : Muscles qui font pivoter un segment par rapport à l'axe du corps ou par rapport à lui-même.
- ✓ Abducteurs : Muscles qui écartent un segment de l'axe du corps.
- ✓ Adducteurs : Muscles qui ramènent un segment vers l'axe du corps.
- ✓ Fléchisseurs ou abaisseurs : Muscles qui rapprochent un segment par rapport à l'axe du corps.
- ✓ Extenseurs ou releveurs : Muscles qui éloignent un segment par rapport à l'axe du corps.



II. LES ALLURES

1. Le pas

Le pas est l'allure naturelle du cheval la plus lente. C'est une allure symétrique, marchée, à 4 temps. Il y a quatre battues équidistantes. (6/7 km par heure environ, soit 110 mètres/minute)

Son mécanisme: postérieur droit / antérieur droit / postérieur gauche / antérieur gauche.



2. Le trot

Contrairement au pas, le trot est une allure sautée, à deux temps égaux, symétrique. Le cheval se déplace ainsi par bipèdes diagonaux. L'antérieur avec le postérieur opposé. Entre chaque posés des bipèdes il y a une phase projection. La vitesse moyenne de cette allure est d'environ 14/15 km/h, soit 240 mètres à la minute.

Son mécanisme: bipède diagonal droit (antérieur droit + postérieur gauche) / projection / bipède diagonal gauche (antérieur gauche + postérieur gauche) / projection.



3. Le galop

Le Galop est l'allure la plus rapide chez le cheval (20/30 km par heure soit 400 mètres/minute mais les chevaux de course peuvent atteindre les 60 km/h). C'est une allure basculée et dissymétrique, à trois temps inégaux suivis d'une phase de projection. On distingue deux galops: le galop à gauche et le galop à droite.

Galop à gauche: postérieur droit / diagonal droit / antérieur gauche / projection.

Galop à droite: postérieur gauche / diagonal gauche / antérieur droit / projection.



Galop à droite (tout est inversé pour le galop à gauche).

Un cheval galope à juste (ou qu'il est sur le bon pied) lorsqu'il galope du côté où il tourne, sinon, on dit qu'il galope à faux ou qu'il est sur le mauvais pied. On dit qu'un cheval est désuni lorsqu'il galope à gauche des antérieurs et à droite des postérieurs, ou inversement.

En tournant à gauche, le cheval galope naturellement à gauche, et inversement lorsqu'il tourne à droite.

4. Le mécanisme du départ au Galop

Le cheval peut se mettre progressivement au galop en allongeant le trot. Mais il peut prendre directement le galop à partir du pas ou même de l'arrêt.

Départ au galop à droite:

- ✓ Premier temps: Le postérieur gauche est posée au sol, les autres pieds ne touchent pas le sol.



- ✓ Deuxième temps: Le bipède diagonal gauche vient se posé au sol (antérieur gauche, postérieur droit). Le cheval est un court instant sur trois pieds.
- ✓ Troisième temps: L'antérieur droit vient se poser au sol, et il s'en suit une période de projection où tous les membres se replient.
- ✓ Ensuite, retour au premier temps avec le postérieur gauche à l'appui, et ainsi de suite....

Quand un cheval galope à gauche, on voit que le latéral gauche (antérieur et postérieur gauches) qui prend de l'avance sur le latéral droit.

5. Les Allures Défectueuses

Ces allures sont souvent la conséquence d'une souffrance ou d'une mauvaise utilisation du cheval.

L'amble: Avancée du bipède latéral droit, appui du bipède latéral gauche.

Le Traquenard: Dissociation des bipèdes diagonaux, anticipation du postérieur gauche lors du poser du bipède diagonal droit, dissociation du bipède diagonal droit.

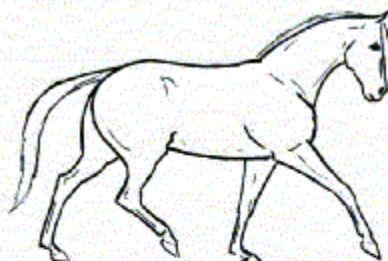
L'aubin: L'aubin est une allure où l'avant-main galope et l'arrière-main trotte ou inversement.

Le Galop à 4 temps: Dissociation du bipède diagonal (2ème temps dédoublé), anticipation d'un postérieur ou d'un antérieur lors du poser du bipède diagonal.

Le Galop Désuni: Le cheval galope à droite des antérieurs tandis que ses postérieurs galopent à gauche ou inversement. Il arrive aux chevaux de changer de pied des antérieurs tout en restant du même côté des postérieurs. Il est indispensable que le cavalier sente lorsque son cheval galope désuni de façon à le corriger au plus vite.

L'amble

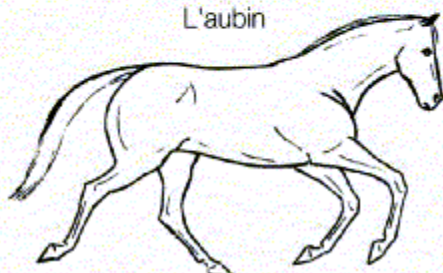
Avancée du bipède latéral droit
Appui du bipède latéral gauche



Le traquenard



L'aubin



Aubin du devant. Trot des postérieurs. Galop des antérieurs

Trot décausé ou trot désuni: dissociation des bipèdes diagonaux
Ici anticipation du postérieur gauche lors du poser du bipède diagonal droit. Dissociation du bipède diagonal droit

Le galop désuni

(Poser d'un bipède latéral au deuxième temps,
au lieu d'un bipède diagonal)



Aubin du derrière. Galop des postérieurs. Trot des antérieurs

Galop à droite des postérieurs. Galop à gauche des antérieurs
Poser du bipède latéral gauche

Le galop à 4 temps

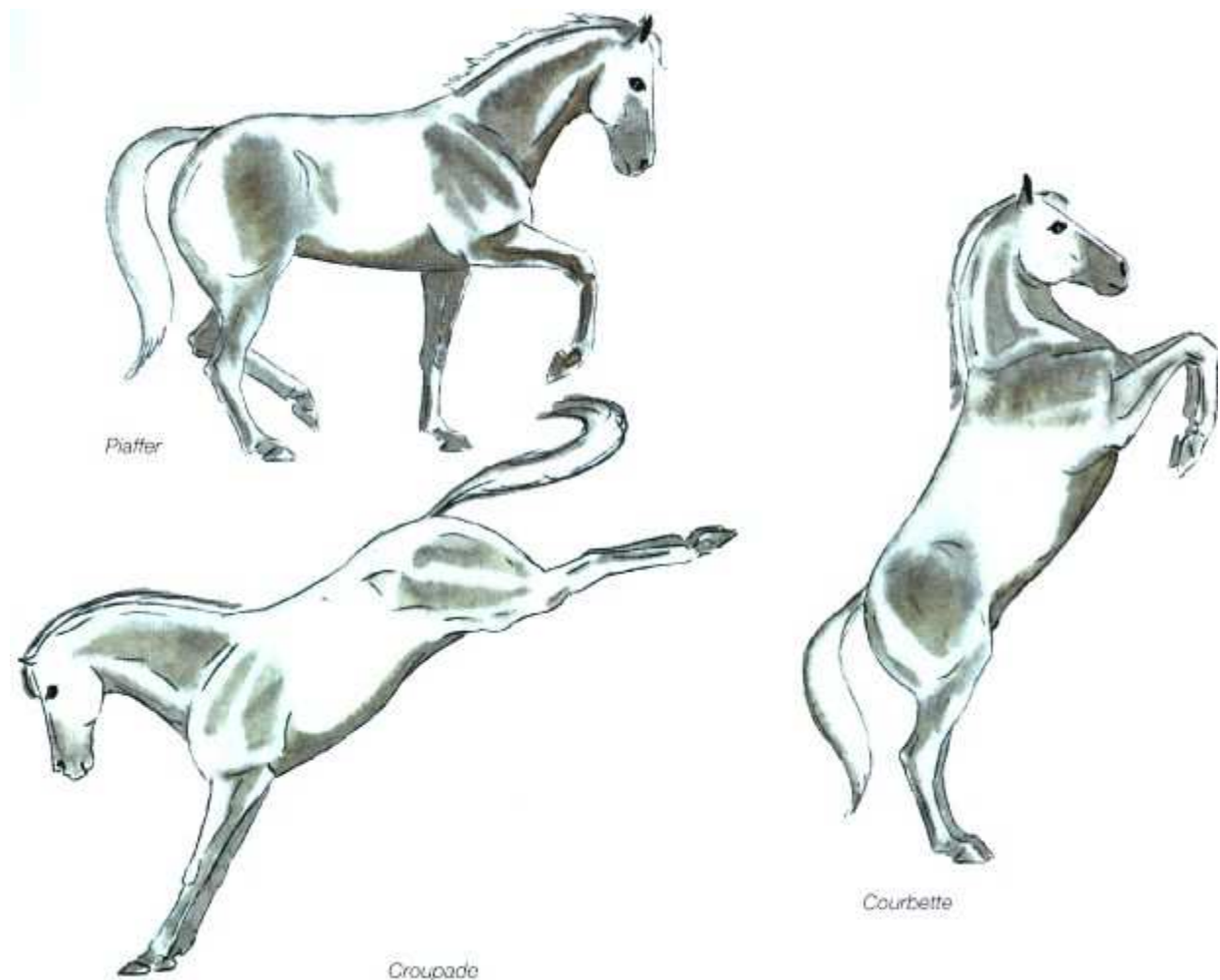
Galop à quatre temps d'un galop lent
Dissociation du bipède diagonal
(deuxième temps dédoublé)
Anticipation d'un postérieur
ou d'un antérieur lors du poser
du bipède diagonal.



Galop à gauche des postérieurs. Galop à droite des antérieurs
Poser du bipède latéral droit

6. Les allures Artificielles et Mouvements sur place:

Ces allures sont acquises par le dressage. Les mouvements naturels sont le cabrer et la ruade. Le piaffer, la courbette et la croupade sont acquises par le dressage.



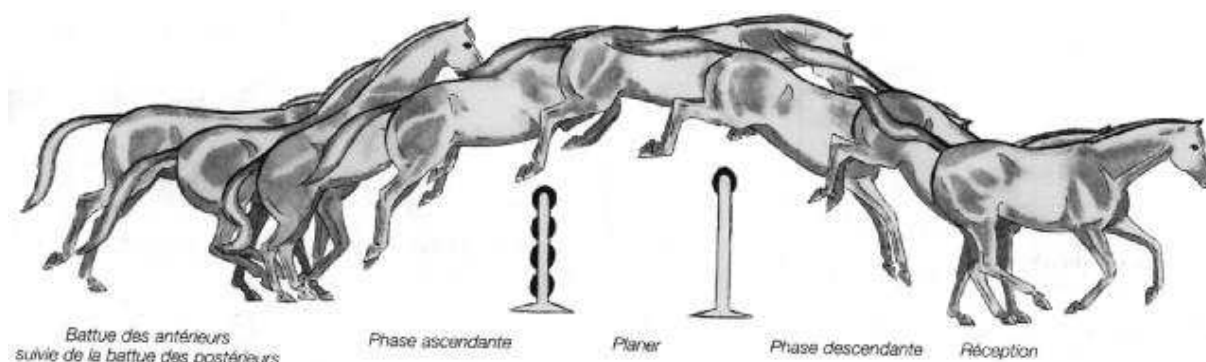
7. Le Saut:

Le mécanisme du saut:

Le saut comprend plusieurs phases:

- ✓ La battue d'appel, (Battue des antérieures).

- ✓ la phase ascendante, (Battue des postérieurs prise d'élan pour quitter le sol).
- ✓ le planer.
- ✓ la phase descendante.
- ✓ et la réception avec reprise de contact avec le sol.



8. Qualité des allures

Nous avons vu précédemment qu'il existe des caractéristiques bien spécifiques à chaque allure, ainsi que des allures défectueuses qu'il convient d'éviter.

Dans un second temps, nous allons aborder la notion de qualité des allures. Ainsi, par exemple en dressage, la qualité des allures du cheval est notée et particulièrement observée.

A ce stade, il convient de savoir que l'impulsion (revoir la théorie du degré précédent) est essentielle pour avoir une bonne allure ainsi qu'un cheval équilibré et tendu.

Pour reconnaître une bonne allure, on utilise des termes spécifiques:

- ✓ **Se juger:** Un cheval se juge quand l'empreinte laissée par ses antérieurs est couverte par celle de ses postérieurs. Cette attitude est l'attitude correcte que l'on recherche au minimum au niveau du travail d'un cheval.
- ✓ **Se méjuger :** Un cheval se méjuge quand l'empreinte laissée par ses antérieurs est devancée par celle de ses postérieurs. Cela prouve que le cheval engage ses postérieurs.



- ✓ **Se déjuger** : Un cheval se déjuge quand l'empreinte des postérieurs ne dépasse pas celle des antérieurs. C'est un manque d'impulsion qui doit être corrigé par le travail.



- ✓ **Raser le tapis**: On dit d'un cheval qu'il rase le tapis lorsque il lève insuffisamment les antérieurs.
- ✓ **Trousser**: On dit d'un cheval qu'il trousse lorsqu'il lève trop les antérieurs inutilement.
- ✓ **Billarder**: On dit qu'un cheval billarde lorsque ses antérieurs partent vers l'extérieur à partir du genou quand il marche.
- ✓ **Bercer**: On dit d'un cheval qu'il se berce quand il balance son corps latéralement au trot et au galop.
- ✓ **Forger**: On dit d'un cheval qu'il forge quand les fers des postérieurs viennent toucher les fers antérieurs quand il trotte ou il galope.

9. Variations dans une allure

Au niveau du travail du cheval sur le plat, il existe des variations de vitesse dans chaque allure.

De la plus lente à la plus rapide, on distingue:

- ✓ Au pas: le pas rassemblé, le pas moyen et le pas allongé.
- ✓ Au trot: le trot rassemblé, le trot de travail, le trot moyen et le trot allongé.



- ✓ Au galop: le galop rassemblé, le galop de travail, le galop moyen et le galop allongé.

Ces variations dans l'allure ne concernent pas seulement la vitesse mais l'attitude générale, l'équilibre du cheval et l'amplitude de ses foulées. L'amplitude est le terrain couvert par le déplacement des membres du cheval au cours d'une foulée. L'amplitude est spécifique à chaque.

Dans les allures rassemblées, le cheval se grandit son angle tête / encolure se ferme par une avance de la nuque, et mal par un recul du bout du nez. La base de l'encolure s'élève, l'encolure s'arrondit, le chanfrein se rapproche de la verticale et la flexion des articulations est prononcée. L'allure est plus courte et active. Dans ces allures le cheval gagne en élévation et perd en amplitude.

Dans les allures de travail, la flexion des articulations est moins prononcée. Elles sont intermédiaires entre les allures rassemblées et les allures moyennes.

Dans les allures moyennes ou allongées le cheval s'étend, son angle tête / encolure s'ouvre légèrement et l'amplitude des foulées augmente c'est à-dire que votre monture couvre plus de terrain en une foulée. Elles sont intermédiaires entre les allures de travail et les allures allongées.

Dans les allures rapides, le cheval couvre le plus de terrain possible, l'encolure s'allonge et le chanfrein se porte en avant de la verticale.

Les variations dans une même allure se nomment: une transition dans l'allure.

III. LES BOITERIES

Une boiterie peut être due à une infirmité, une blessure ou une gêne momentanée. Lorsqu'un cheval se met à boiter, il réduit alors la force et la durée de l'appui du membre douloureux et son poids se reporte sur un autre membre pour le soulager. Cela entraîne une irrégularité de la locomotion. Il existe principalement deux formes de boiterie:

- ✓ **La boiterie à chaud:** Elle apparaît seulement après un certain temps de travail;



- ✓ **La boiterie à froid:** Elle apparaît dès la sortie du box ou en début de travail.

Les causes des boiteries sont cependant très variées: Douleur à un membre, un sabot, tension ou douleur musculaire, raideur, douleur dorsale. Lorsque la boiterie est due à une lésion du squelette, des articulations ou des pieds, elle est en règle générale plus accentuée en terrain dur, par contre si elle est due à une lésion musculaire ou tendineuse, elle est plus accentuée en terrain très souple.

En fonction de l'intensité de la boiterie, on dit que le cheval "feinte" ou est gênée quand elle est légère, on dit qu'il "boite" «quand elle est plus marquée, et qu'il "boite bas», quand elle est très marquée.

Comment déceler une boiterie ?

- ✓ Il faut observer le cheval évoluer en terrain plat et uniforme, en ligne droite de face, de dos et de profil, au pas et au trot.
- ✓ Quand l'antérieur est boiteux, alors le cheval lève la tête au moment de l'appui du membre douloureux, et la rabaisse en accentuant le mouvement pendant l'appui du membre sain.
- ✓ Lorsqu'un postérieur est boiteux, alors le membre douloureux reste plus longtemps au soutien, sa démarche est réduite ce qui entraîne une perte d'amplitude.
- ✓ Une boiterie d'un antérieur se voit, celle d'un postérieur s'entend.

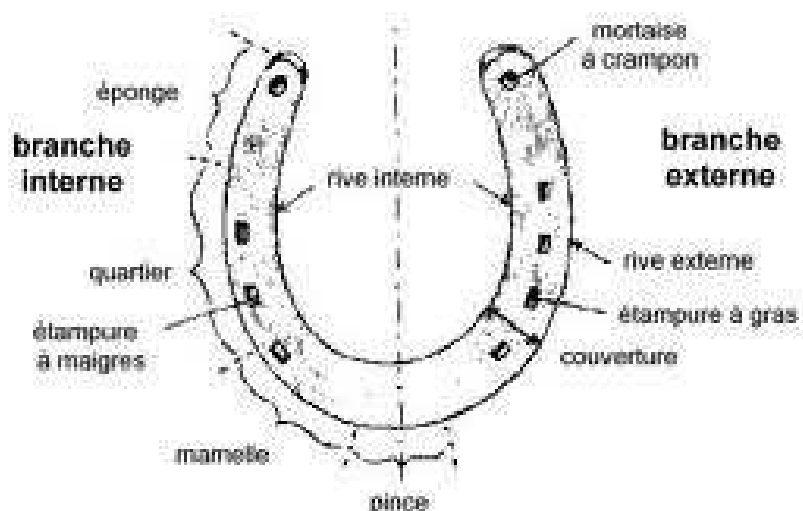
Comment localiser une boiterie ?

- ✓ Il convient de comparer le membre boiteux avec le membre sain pour constater d'éventuelles chaleurs, déformations et réaction de douleur à la palpation. Examinez les articulations inférieures, les tendons et les pieds.
- ✓ Pour les articulations comme les tendons, passez la main dessus en alternant membre sain, membre douloureux pour voir s'il y a une sensibilité particulière ou une chaleur localisée.

- ✓ Pour le pied, tâtez les parois, vérifiez l'état de la sole et de la fourchette, regardez s'il n'y a pas de corps étranger (clou, caillou...).

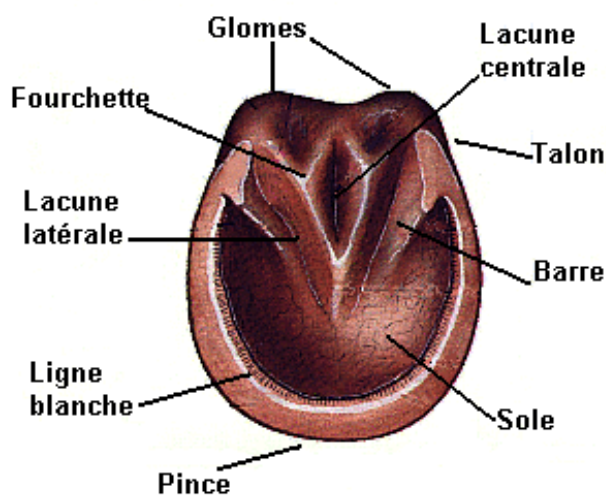
IV. LE PIED & LA FERRURE

1. Le fer



Le rôle du fer est d'amortir les chocs reçus par le sabot. Chaque cheval doit avoir une ferrure adaptée à ses pieds, voire pas de ferrure du tout.

2. Le sabot





3. Critères d'appréciation de l'état du pied et de la ferrure

Quand le cheval vit en liberté, la corne du sabot s'use proportionnellement à sa croissance.

En revanche, lorsqu'il est au travail, l'usure de la corne est amplifiée. Il convient dans ce cas de protéger la surface plantaire par la ferrure. Ainsi la ferrure a pour but de conserver au pied son intégrité, sa forme et ses fonctions. Pour cela elle doit être bien adaptée au sabot du cheval.

4. Les parties du fer

Le fer, comme le sabot, se divise en 4 parties: pince, mamelles, quartiers, éponges. Par ailleurs, le fer a plusieurs dimensions:

- ✓ Sa largeur : Elle correspond à la largeur du pied, distance entre le quartier interne et le quartier externe.
- ✓ Sa longueur : Distance comprise entre la pince et la ligne transversale reliant les 2 éponges.
- ✓ Son périmètre : Distance d'une éponge à l'autre.
- ✓ Sa pointure : Numéro de série donné au fer d'après le périmètre.

5. Deux bipèdes

- ✓ **Fer antérieur:** Forme plutôt arrondie, aussi large que long, de branches égales, avec une couverture plus importante en pince qu'en mamelle et des éponges arrondies pour éviter les atteintes.
- ✓ **Fer postérieur:** Forme plutôt ovale, plus épais et plus couvert en pince.

6. Fers orthopédiques

Il existe des fers particuliers spécifiquement étudiés pour les sabots défectueux ou pour compenser des irrégularités d'allures ou des maladies du pied.

- ✓ **Fers couverts:** moins épais, ils protègent tout ou partie du sabot (pieds sensibles, plats ou fourbus);



- ✓ **Fers à éponges réunies:** fers à planche, destinés à fournir un bon appui à la fourchette afin de soulager l'appui des talons;
- ✓ **Fers épais ou nourris:** plus épais, atténuent les chocs (pieds sensibles).

7. Anatomie et rôle du pied

Le sabot est une partie du cheval qui est très complexe. Il agit comme un organe et assume certaines fonctions d'une grande importance pour la santé et le bien-être du cheval.

Il est donc très important d'en assurer un bon fonctionnement. Mettre des fers mal ajustés ou usés, ou bien mal entretenir les sabots des chevaux peut avoir des effets négatifs sur le physique du cheval et est même à la base de plusieurs problèmes de boiterie.

Le rôle du pied

Le pied est une partie primordiale chez le cheval parce qu'il assure des fonctions capitales : il a un rôle amortisseur (Ce rôle est assuré par la fourchette, qui en touchant aux 2/3 le sol et en " écrasant " les glomes, les chocs sont amortis et, par conséquent ne se répercutent pas sur les membres du cheval), il a également un rôle de soutien et d'appui (que ce soit en mouvement ou à l'arrêt).

V. L'ALIMENTATION DU CHEVAL

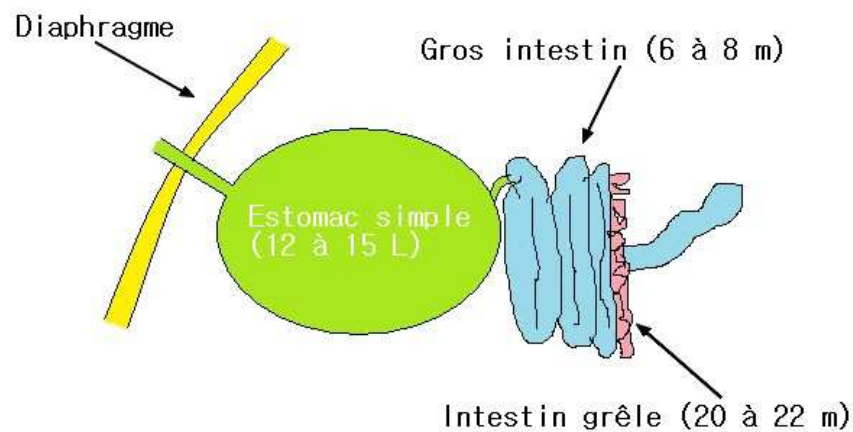
Le cheval est un herbivore, qui ne rumine pas. Il ne peut pas non plus vomir, c'est pour cela qu'il convient de fractionner ses repas en 3 à 5 fois par jour. Son estomac, est un des plus petits chez les herbivores (12 à 15 L). Le grignotage de la paille, qui sert entre autre de lest intestinal ainsi que la multiplicité des repas, préviennent les problèmes de digestion. Par ailleurs il faut que l'alimentation soit correctement adaptée à l'activité de chaque cheval, à sa taille, à son âge et doit être bien équilibrée.

La ration journalière, correspond à la quantité d'aliments distribués dans la journée.

Afin de ne pas perturber le cycle de la digestion, il convient d'éviter dans la mesure du possible de faire travailler un cheval dans l'heure qui suit la distribution de nourriture.

Poids moyen d'un cheval: 400 kg.

Schéma de l'appareil digestif d'un cheval:



Les aliments

Ils sont classés en deux grandes familles:

Les fourrages

On en distingue deux sortes:

Le foin: Herbes coupées, séchées qui proviennent de prairies naturelles ou artificielles (ex.: avoine, luzerne, trèfle...) dont la couleur est vert foncé;



La paille: Tiges coupées et séchées qui proviennent des graminées (essentiellement des céréales dont les grains ont été ôtés).

Les céréales

L'avoine : Grains blancs ou noirs distribués entiers, aplatis, concassés ou germés.





L'orge : Grains jaunes et durs distribués aplatis, concassés ou détrempés.

Le maïs : Gros grains jaunes distribués entiers, concassés ou détrempés.



Les aliments complets

Ils se présentent sous différentes formes (floconnés ou en granulés), et sont élaborés industriellement à base de produits naturels (céréales broyées) auxquels se rajoutent, au gré du fabricant, d'autres aliments (tourteaux de soja, farines diverses, ...).

En fonction des concentrés et des fourrages qui la composent, la ration d'un cheval devra être complétée par l'apport de sels minéraux et de vitamines.

Les aliments de substitution et les friandises se rajoutent partiellement à la ration.



Ration journalière:

C'est la quantité moyenne de nourriture nécessaire à un cheval par jour. Elle varie avec l'âge, la taille, et du cheval, mais aussi avec le travail qui lui est demandé et la température.

Pour un cheval de selle de 160 cm pesant environ 400 kg il faut en moyenne 4 kilos de foin, 4 kilos de paille, et 4 kilos d'avoine. La ration est distribuée de manière régulière au moins trois fois par jour, ou mieux en un plus grand nombre de repas parce que le cheval a un petit estomac, et qu'il ne peut absorber que peu de nourriture à la fois. Le repas du soir devra être le plus abondant.

L'eau

Les écuries peuvent être équipées d'abreuvoirs automatiques. Ceci présente l'avantage de permettre aux chevaux d'avoir de l'eau propre et de boire à volonté. Ainsi, ils peuvent boire souvent et par petites quantités. Si ces abreuvoirs sont pratiques, il est cependant essentiel d'en vérifier quotidiennement le bon fonctionnement, la propreté et de les nettoyer complètement. Un cheval boit, selon son activité et la température extérieure, environ 20 à 40 litres d'eau par jour. S'il est abreuvé au seau, il faut lui donner de l'eau suffisamment et fréquemment et vérifier régulièrement que l'eau est propre.

Lorsqu'il s'agit d'eau très fraîche et après le travail, ne laissez pas votre cheval boire abondamment en une seule fois. Pour "couper l'eau" : répartissez des brins de paille propre à la surface de l'eau ; le cheval pinçant les lèvres pour aspirer l'eau sera gêné par ces brins et ne pourra donc pas boire trop vite. N'oubliez pas de retirer ces brins dès que vous n'aurez plus besoin de couper l'eau.



VI. COMPORTEMENTS DU CHEVAL

A l'état sauvage, le cheval ne vit jamais seul mais fait partie d'un groupe hiérarchisé où chacun occupe une place précise. Le groupe, animé par un instinct de communauté, est protégé par l'étalon dominant. On comprend donc que le cheval soit inquiet lorsqu'il est seul et qu'il rechigne à se séparer de son groupe.

De tous temps, les chevaux libres ont été pourchassés par les grands carnassiers avides de leur chair. Le cheval doit sa survie à la rapidité de sa fuite. Même domestiqué, il reste craintif et s'enfuit lorsque, surpris, il se croit agressé. Dans sa fuite, il lancera éventuellement une ruade pour retarder son adversaire.

Pour ces raisons, il faut éviter de surprendre un cheval par derrière. Attaché, il peut céder à la panique et tenter de se libérer en « tirant au renard » de toutes ses forces. Pour s'imposer au sein du groupe, les chevaux libres se livrent à des attitudes d'intimidation. Lorsque deux sujets s'affrontent, le moins agressif se soumet en s'éloignant. Dans un espace restreint, le plus faible des deux ne peut s'éloigner pour montrer sa soumission, ce qui explique que les bagarres dégénèrent. Le sujet dominant pense que le dominé continue à lui tenir tête, puisqu'il ne s'éloigne pas.

A l'écurie

Seul dans son box, le cheval a tendance à s'ennuyer, surtout s'il ne peut s'occuper à grignoter sa litière. Il contracte parfois des vices comme le tic de l'ours (balancement incessant de l'encolure) ou le tic à l'appui (il prend appui avec sa mâchoire supérieure pour avaler de l'air). Les chevaux vivant continuellement en box sont attachés à leur écurie et sont contents d'y revenir après une sortie.

Au travail, il faut inculquer au cheval la notion du bien et du mal avec une récompense ou une correction immédiatement après son action. L'intonation de la voix a plus d'effet que les mors prononcés. Ne confondez pas une cabriole de gaieté et une manifestation d'agressivité. En sortant du box, le travail doit être



précédé de quelques minutes de détente. Pour obtenir des résultats, contentez-vous de peu et récompensez beaucoup : caresses, friandises et retour à l'écurie une fois la difficulté résolue. Le dressage en douceur n'exclut pas la fermeté.

En Liberté

Le cheval remis en liberté cherche à reprendre sa place dans la hiérarchie du groupe, en utilisant un véritable code d'attitudes et de manifestations d'agressivité, cela surtout au moment de la distribution de nourriture. Il est sans cesse aux aguets, ce qui explique qu'il rechigne parfois à se laisser attraper. En pâture, il broute environ la moitié du temps, de jour comme de nuit. Il se couche peu et dort allongé pendant de courtes périodes de quelques minutes. Par contre, il somnole debout pendant de longues périodes, surtout lorsqu'il fait chaud. La mise au pré périodique rééquilibre mentalement le cheval en le replongeant dans son milieu naturel.

VII. EMBOUCHURES & ENNASURES

Les embouchures sont l'ensemble des mors existants.

Les ennasures désignent tous les harnachements servant à diriger un cheval sans mors. Voici une brève présentation des plus courants:

1. Les embouchures

Les mors "simples"



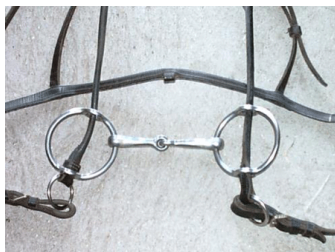
Mors simple ou "chantilly"

Mors à olives



Mors à aiguilles Mors Verdun

Ces mors sont les plus simples qui existent. Ils n'ont pas d'effet particulier, hormis un effet encadrant sur les côtés pour le mors à aiguilles & le mors Verdun.



Mors Pessoa

Mors Baucher

Mors releveur

Mors 4 anneaux

Ces mors ont un effet sur la nuque, ils sont délicats d'utilisation et sont souvent utilisés pour empêcher les chevaux de se mettre trop sur les épaules.



Mors recouverts de cuir de caoutchouc et de résine.

Ils sont utilisés généralement avec les jeunes chevaux ou les chevaux à la bouche sensible.

Les mors à gourmette:



Pelham



Mors espagnol ou Goyo-aga

A cause de l'action de la gourmette, ces mors peuvent être durs dans des mains inexpérimentées. Ils doivent être utilisés ponctuellement et/ ou dans des cas très précis. Ils sont souvent utilisés à tort pour des chevaux qui ont tendance à embarquer ou à accélérer de trop.



Mors L'hotte Mors Saumur

Ces deux mors sont des mors de bride, qui sont conjugués avec un mors à olive et placés sur une bride. Ainsi le cheval a 2 mors dans la bouche. Utilisé uniquement par de très bons cavaliers, la bride est intéressante pour gagner en finesse et en précision.

Simple brisure, double brisure, mors droit & passage de langue

La brisure est la sorte de "cassure" que l'on observe souvent au milieu du mors. Elle sert à briser le mors en deux afin qu'il épouse au mieux la forme de la langue et du palais du cheval. Certains chevaux seront plus à l'aise avec un mors double brisure, d'autres avec un mors droit. Il faut juste s'assurer que le mors choisit convient au cheval, n'oublions pas que chaque cheval est différent!



Simple brisure

droit

double brisure

Mors avec ou sans passage de langue?

Les mors à gourmette sont souvent sans brisure au centre. Cependant, on peut améliorer le confort du cheval avec un passage de langue.



Pas de passage de langue, le mors est presque droit



Avec passage de langue, on voit au centre que le mors est bombé

2. Les Ennasures:

Hackamores:



Avec le hackamore, il n'y a pas de mors dans la bouche du cheval. Ce système reste sévère, il faut faire attention à bien l'ajuster car réglé trop bas il peut comprimer les naseaux et le système respiratoire. Mal utilisé il peut provoquer des blessures graves, allant jusqu'à une fracture de l'os du chanfrein.

Licols drisses (alias licol éthologique)



Créé pour être utilisé avec une seule main, le licol drisse est trop souvent mal ajusté et/ou mal utilisé. La corde ne doit pas être trop fine, sous peine de créer de grosses pressions au niveau des nœuds. Il peut cependant être une excellente solution pour un cheval bien éduqué à ce type de monte.

Bitless & Side pull

Le side pull



Son utilisation se rapproche de celle du hackamore ou du filet habituel, sauf qu'il agit uniquement sur la musrolle, donc sur le chanfrein. Il faut être très vigilant quant à son ajustement.



Le bitless

Basé sur un système de coulissement, le bitless agit sur la nuque et sur le chanfrein. Tous les chevaux ne sont pas réceptifs à cette ennasure, à utiliser avec parcimonie, comme tout autre harnachement!



VIII. LES PROTECTIONS

1. LES BANDES DE REPOS

Les bandes de repos sont généralement destinées à maintenir et à soulager les tendons après un effort intensif. Il est possible d'ajouter un gel apaisant et rafraichissant que l'on applique sur les tendons avant de mettre les bandes.

On peut aussi utiliser les bandes de repos lorsque le cheval a une mauvaise circulation sanguine car celles-ci réduisent l'engorgement des membres.

Elles sont aussi utilisées pour soigner certaines blessures (entorses...)

Les bandes de repos sont destinées pour le cheval au repos (au box, marcher au pas). Il ne faut surtout pas les utiliser sur le cheval au travail ou au paddock.

Les bandes de repos sont posés par paires sur les membres antérieurs, postérieurs ou les deux à la fois. Elles sont à poser sur des membres secs et propres et par-dessus un carré de flanelle propre de coton entourant le membre depuis le boulet jusqu'au genou ou jarret. Les flanelles destinées au postérieurs sont plus longues que celles destinées aux antérieurs (canon antérieurs plus courts).

Avant de poser les bandes de repos, bien vérifier que celles-ci sont bien roulées et que le velcro est dans le bon sens.

Pour poser une bande de repos sur l'antérieur droit, il faut commencer par l'entourer par une flanelle. Il faut la poser de façon à ce qu'elle soit parfaitement plate, sans plis qui puissent comprimer les tendons. Les extrémités des flanelles se rejoignent sur le devant du membre (sur le canon et pas sur les tendons). Vous maintenez le coton avec la main gauche sans le serrer excessivement pour ne pas comprimer les tendons, puis avec la main droite, vous posez l'extrémité de la bande au milieu du canon de façon à ce qu'elle déroule en tournant de l'avant vers l'arrière. Faites un tour complet pour immobiliser la flanelle.

Ensuite, vous descendez régulièrement vers le boulet, d'environ 2 à 3 centimètre à chaque tour, en veillant à ce que la bande soit sur son plat et que le

bord supérieur reste toujours parallèle au tour précédent. Continuez jusqu'à inclure les boulets, puis remontez vers le genou du cheval. Lorsque la bande est correctement mise, le velcro se situe sur le côté externe du membre juste sous le genou et se ferme vers l'arrière

Mettre les bandes est un exercice difficile: trop serrées ou avec des plis elles peuvent faire boiter le cheval, trop lâches elles sont inutiles. Le plus important, c'est l'entraînement!!! Entraînez-vous sous l'œil de votre moniteur, rien ne vaut l'expérience dans la pose de bandes.

2. Les protections de travail

Il existe deux types de guêtres: ouvertes et fermées. Les guêtres ouvertes sont généralement utilisées pour l'obstacle et les guêtres fermées pour le cross. On les met aux antérieurs, même s'il arrive de voir des guêtres pour les postérieurs.

Les guêtres ouvertes protègent les tendons et les guêtres fermées protègent les tendons, la face interne du boulet ainsi que le canon en entier.



Guêtres ouvertes



guêtres fermées



protèges-boulets.

Les protèges boulets se placent sur les postérieurs, ils protègent les faces internes et externes du boulet.

Les cloches se mettent généralement aux antérieurs. Il a deux types de cloches: fermées et ouvertes (qui sont plus faciles à poser). Elles protègent les glomes, le bourelet périoplrique et la couronne.



Guêtre fermée + cloche

Il existe aussi des bandes dites de polo, qui sont épaisses et qui s'enroulent autour des membres. Leur pose est assez délicate car il ne faut pas faire de pli et ne pas gêner les articulations (genou, jarret, boulet). On les place aussi bien aux antérieurs qu'aux postérieurs.

On peut aussi mettre des bandes de travail, mais elles sont encore plus difficiles à poser que les bandes de polo car elles sont élastiques !!

Les bandes protègent le canon, les tendons ainsi que le boulet.



Bandes de travail



Bandes de Polo

Toutes les protections doivent avoir leurs fermetures bouclées à l'extérieur et dirigées vers l'arrière !!

IX. LES CRAMPONS MOBILES

Utilité: Les crampons mobiles sont des accessoires métalliques, de forme arrondie ou carrée, qui se vissent dans les mortaises prévues à cet effet à l'extrémité des fers. Ils donnent une adhérence parfaite sur un sol glissant comme une prairie un terrain en herbe ou boueux. Les crampons mobiles réduisent les risques de chute grâce à une meilleure adhérence.

Les crampons se mettent juste avant l'épreuve de CSO, CCE ou autre et s'enlèvent juste après. Pour un cheval, les crampons sont au nombre de huit. Mais si vous ne disposez que de quatre crampons, placez-les coté extérieur du pied, là où ils sont plus efficaces.

Montage: Pour mettre les crampons, nettoyez d'abord les mortaises en enlevant la terre ou le sable qui les bouchent jusqu'à ce que le filetage soit visible. Pour cela, utilisez un clou neuf de fer à cheval ou la pointe de votre cure-pied. Vérifier le nettoyage en utilisant le taraud de la clé à crampon. Celui-ci doit pouvoir tourner facilement dans le pas à vis.



La veille du concours, garnissez les mortaises avec un coton imbibé de graisse ou mettez des bouchons spécifiques. Ainsi avant l'épreuve vous n'aurez plus qu'à retirer les cotons et à visser les crampons



Vissez le crampon suffisamment avec la clé de façon à ce qu'il ne tombe pas en compétition mais pas trop fort pour que vous pouvez le dévisser après la compétition. Vérifier que le crampon ne soulève pas le fer. Et surtout enlever les crampons, juste après l'épreuve !

Précautions: Prévoyez des cloches et une bavette pour le concours. Il est préférable de ne pas laisser votre cheval muni de crampons sur un terrain dur (parking, pavé) car ils modifient les aplombs du cheval et peuvent causer des boiteries.



X. PRESENTER UN CHEVAL OU UN PONEY

Lorsque vous présentez votre monture pour apprécier son modèle et ses allures, vous devez le faire dans certaines conditions. Vous devez la présenter propre et si possible toilettée. Mettez-lui un filet et prévoyez un aide muni d'une chambrière ou d'une longue cravache pour éventuellement la faire avancer.

La présentation se fait de profil par rapport aux observateurs (à 6 mètres environ) à l'arrêt puis au pas et au trot.

1. La présentation à l'arrêt

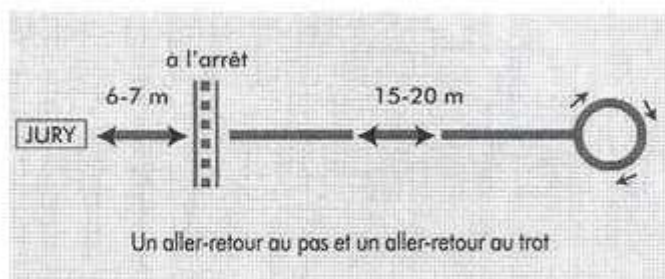
Choisissez un sol plat, ferme et non glissant, gardez votre monture dans une attitude naturelle sans lui imposer de contrainte, en vous plaçant de face loin de sa tête. Arrêtez-la, côté « hors crinière », les membres décalés de façon à ce qu'on puisse les voir séparément.

2. La présentation au pas et au trot

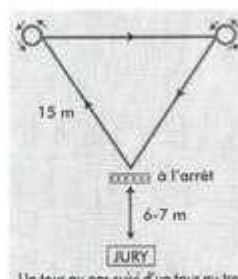
Faites marcher votre cheval ou votre poney d'un pas actif à votre hauteur, pour que l'on puisse juger du tracé des pistes des antérieurs et des postérieurs d'après l'ampleur et la souplesse du geste.

Puis faites-le trotter droit, d'une manière régulière en courant à côté de lui franchement (méfiez-vous des bonds de gaieté). Faites-le tourner en restant du côté extérieur.





Présentation en ligne droite



Présentation en
triangle

XI. OBSTACLES DE SAUT & DE CROSS

Il existe de très nombreux types d'obstacles différents. Voici les plus courants:

1. Obstacles de saut:

Les obstacles de saut sont composés de barres, de chandeliers et parfois de sous-bassements.

Obstacles simples:



Le vertical ou droit est composé de plusieurs barres superposées les unes aux autres.

A gauche un vertical sans sous bassement, à droite un vertical avec un sous bassement qui le rend plus impressionnant.



Le croisillon : Ce sera souvent le premier obstacle que vous sauterez. C'est le plus simple, il est utilisé pour vous apprendre à réussir à arriver droit et bien au milieu de l'obstacle.



Les palanques sont ces sortes de planches qui servent de barres. Elles sont très légères et tombent donc plus facilement!



Composé de briques légères (en bois), **le mur** est un obstacle très impressionnant pour les chevaux!

Obstacles larges



L'oxer est composé de 4 chandeliers et de plusieurs barres. Quand la barre de devant est moins haute que la barre de derrière, on dit qu'il s'agit d'un oxer montant. Si les 2 barres sont à la même hauteur, on parle d'un oxer carré.



L'oxer polonais est un oxer avec les barres en travers.



La barre de spa est un obstacle très large, composé d'au moins 3 barres parallèles (donc 6 chandeliers).

Rivières et bidets



Le bidet est une sorte de bassin que l'on saute soit seule, soit sous un obstacle. On parle alors de vertical sur bidet ou d'oxer sur bidet.



La rivière est un obstacle très large et très impressionnant. Parfois il y a une barre au-dessus, on parle alors de rivière barrée.

2. Obstacles de cross: Contre bas & contre haut



Contre-haut



Contre-bas



Lorsqu'il y a plusieurs contre-haut ou plusieurs contre-bas à suivre, on parle de piano.

Troncs & stères



Comme son nom l'indique **le tronc** est un tronc d'arbre, plus ou moins haut, plus ou moins large, il peut être très impressionnant!

La stère est un empilement de
buches maintenues entre elles.



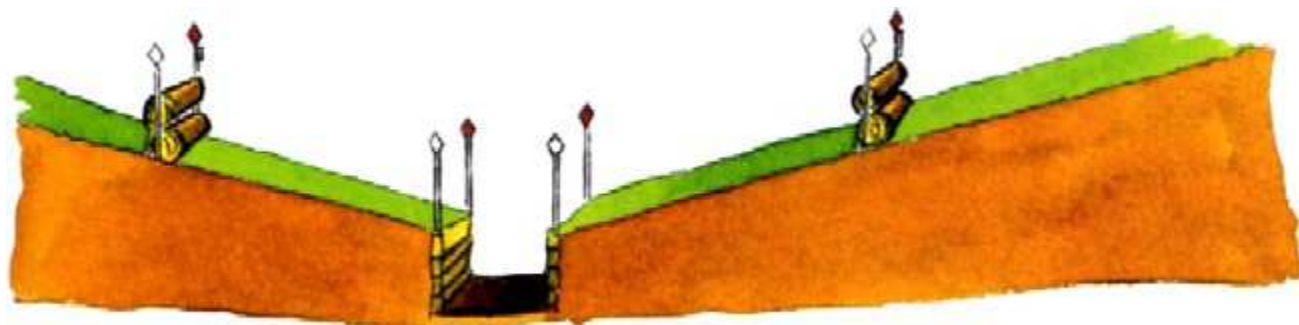
Bull finch

Le bull finch est un tronc avec une
petite haie au-dessus.

Fossés, trous et coffin

Fossé ou trou, c'est la même chose!





Coffin

Le coffin est un obstacle très compliqué à gérer! En descente, un 1er obstacle, suivi d'un trou puis d'une montée avec un second obstacle.



XII. PRATIQUE:

Voici ce que vous devez être capable d'effectuer pendant le passage du 1^{er} degré CSO:

Au pas

Etre capable de contrôler la vitesse: L'efficacité des aides naturelles ou artificielles.

L'emploi des aides, jambes et mains, commence à devenir plus subtile.

Il s'agit de moduler la vitesse. Exemple: le pas compté dans lequel le cheval ralenti au minimum jusqu'à être presque arrêté, vers le pas allongé, à la limite du trot. On parle alors de transition montante et descendante intra-allure (dans une même allure). La discrétion dans l'emploi des aides naturelles est maintenant incontournable. Il n'est plus question de ralentir le pas en montant les mains vers le ciel ou en exagérant le mouvement du buste vers l'arrière. Les coups de talons dans les côtes du cheval sont à bannir absolument! Nous voulons voir au contraire une pression des doigts sur les rênes tenues à pleine main, d'une longueur permettant un contact souple et constant, les jambes maintiennent l'impulsion pour que le cheval ne vienne pas «s'éteindre». La place de la jambe se trouve derrière la sangle.

Le contrôle de la vitesse favorise l'apprentissage de la mesure, de la justesse et de l'emploi des aides. En clair, le cavalier apprend à percevoir ce que fait le cheval et adapte ses actions en agissant, cédant ou résistant pour obtenir exactement le mouvement souhaité. On appelle également cela le tact équestre.

Le cavalier devra percevoir le rythme. Lorsque l'on parle de rythme, on parle de cadence (définition: c'est la mesure régulière que le cheval observe dans le posé de ses membres au sein d'une même allure).

Etre capable de déplacer les hanches: Pouvoir déplacer les hanches de son cheval c'est être capable de dissocier (séparer) ses aides (c'est l'indépendance des aides, c'est à dire l'autonomie des différentes parties du corps) et de



coordonner ses aides, c'est donc l'accord des aides (c'est la capacité du cavalier à coordonner de façon précise et efficace l'action de plusieurs aides pour obtenir un mouvement juste).

Pour déplacer les hanches sur un cercle et en ligne droite, le cheval doit garder son rachis (colonne vertébrale) droit.

Placer des aides pour un déplacement des hanches vers la gauche:

- ✓ Action des mains:
 - Rêne régulatrice gauche (extérieure) pour empêcher le cheval de se tordre (l'encolure) à droite
 - Légère rêne d'ouverture droite (intérieure) pour garder le cheval sur le cercle ou la piste
- ✓ Action du corps:
 - Le cavalier regarde dans la direction où il souhaite aller donc vers la gauche
- ✓ Action des jambes:
 - Jambe droite isolée (intérieure) pour déplacer les hanches vers la gauche par une action discontinue en arrière de la sangle, perpendiculairement au flanc du cheval et en rythme avec la cadence de l'allure. Ce qui entraîne l'engagement et le croisement du postérieur droit en avant du postérieur gauche.
 - Jambe gauche d'impulsion (extérieure) qui garde le cheval dans l'impulsion: c'est l'énergie, naturelle ou acquise par le travail, dont dispose le cheval et qui lui permet de se porter en avant.

Etre capable d'inverser et d'enchaîner des courbes serrées: Le changement de direction sur le plat signifie qu'il est possible d'imaginer un enchaînement de toutes les figures de manège, avec ou sans changement de main (le jour de l'examen, il y a une reprise à effectuer). Nous sommes donc en plein apprentissage de l'incurvation(c'est la flexion latérale du rachis).

Placer des aides pour incurver son cheval à droite:



- ✓ Action des mains:
 - Rêne régulatrice gauche (extérieure) pour canaliser les épaules du cheval pour qu'il n'agrandisse pas le cercle et pour régulariser la vitesse et le pli de l'encolure.
- ✓ Légère rêne d'ouverture droite (intérieure) pour garder le bout du nez vers la droite et garder les épaules sur le cercle.

Ces deux actions nous rappellent qu'il s'agit du couloir de rênes qui agit sur la trajectoire des épaules.

- ✓ Action des jambes:
 - Jambe gauche isolée (intérieure) pour garder les hanches sur le cercle et empêcher qu'elles ne dérapent.
 - Jambe droite d'incurvation (intérieure): le cheval doit se pousser sous l'action de la jambe qui se situe à la sangle et qui empêche le cheval de se coucher sur le cercle.

Au trot

Etre capable de rechercher son équilibre assis: C'est le développement de l'assiette, c'est la qualité qui permet au cavalier de conserver son équilibre en toute circonstance quel que soit les réactions de son cheval et de sentir les réactions provenant du dos et de l'arrière main.

C'est un travail fastidieux et douloureux que l'on obtient grâce aux séances de mise en selle sans étrier. On demande au cavalier une souplesse au niveau du bassin et du rein.

Souplesse = flexibilité des articulations

Décontraction = relâchement des muscles inutiles

Fixité = absence de tout mouvement inutile ou involontaire

Toutes ces exigences, souplesse, décontraction et fixité, permettent au cavalier d'avoir du lien avec son cheval.



Lien = capacité du cavalier à accompagner les différents mouvements du cheval en restant en harmonie avec celui-ci, sans modifier l'intention des contacts, mains, jambes et assiette.

Etre capable de rechercher son équilibre au trot enlevé lors des variations de vitesse et changement de direction : L'apprentissage du trot enlevé est théoriquement acquis, donc nous avons un cavalier souple, délier, trottant avec son ventre et non avec des fesses, en rythme avec le cheval, sans mouvement parasite, c'est à dire jambes fixes, mains fixes et tête sortie des épaules.

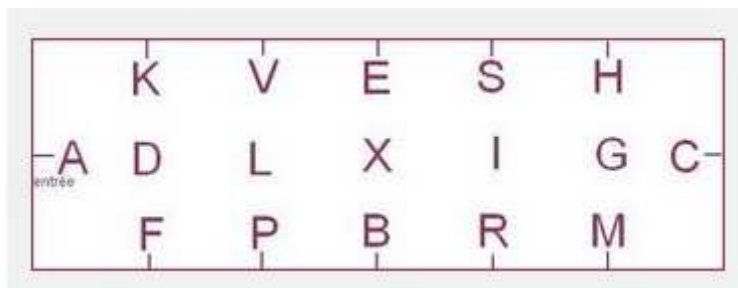
Le cavalier doit découvrir qu'il peut réguler la vitesse de l'allure (le trot) en accélérant ou en ralentissant les deux temps du trot enlevé, volontairement, ceci pour allonger, ralentir ou cadencer le trot de sa monture.

Nous venons de voir le trot enlevé dans les variations de vitesse, maintenant voyons ce que l'on veut obtenir dans les changements de direction. Tout changement de direction peut engendrer un déséquilibre de la part du cheval mais aussi du cavalier. On demande donc au cavalier d'anticiper le tracé à suivre permettant d'éviter ces soucis de déséquilibre. Souvent, le cavalier a tendance à se pencher vers l'intérieur du virage afin de compenser la force qui l'attire vers l'extérieur, il faut donc prendre conscience du maintien de son buste même au trot enlevé lors d'une courbe.

Etre capable de contrôler la vitesse : C'est à ce niveau-là que l'on commence à obtenir des transitions intra-allure de plus en plus rapprochées. Par ce biais, les cavaliers acquièrent les premières sensations de ce qui sera plus tard un véritable allongement du trot.

Les cavaliers doivent apprendre à gérer l'impulsion par l'engagement des postérieurs sous la masse, ce qui nous servira pour tout déplacement de hanches, et plus tard, la mise sur la main du cheval.

Etre capable d'inverser et d'enchaîner des courbes larges: Apprendre à gérer et à utiliser l'espace de la carrière de dressage, se familiariser avec les lettres du manège et de la carrière (les mêmes).



Au galop

Etre capable de stabiliser son équilibre sur les étriers: Tout d'abord en exécutant des transitions montantes et descendantes inter-allures. Le cavalier doit rester stable lorsqu'il est en équilibre sur les étriers, les fesses doivent rester proches du siège de la selle, sans se rasseoir, sans pencher exagérément le haut du corps vers l'avant, les jambes restent à la sangle, rênes courtes et posées sur l'encolure à mi-hauteur, en regardant droit devant.

Etre capable de conserver cette position sur un enchaînement de courbes et de barres au sol (préparation à l'enchaînement de sauts).

Etre capable de galoper assis en rythme: L'équilibre au galop assis doit être acquis. L'objectif à atteindre est maintenant d'accompagner doucement les 3 temps du galop en laissant fonctionner son bassin d'arrière vers l'avant. La position du cavalier se verticalise (se redresse), les jambes restent tombantes sans appui exagéré sur les étriers. Le cavalier, grâce à son assiette, doit commencer à sentir le rythme et le mécanisme du galop, savoir compter les foulées, sentir les posers successifs des membres à l'intérieur de chaque foulée de galop.

Etre capable de partir au galop du pas sur le bon pied: Cela signifie que les aides du départ au galop sont maîtrisées.

Rappel du départ au galop à gauche:

- ✓ Aides de préparation:
 - Cheval dynamique au pas



- Rêne gauche légèrement d'ouverture (intérieure) pour libérer l'épaule gauche
 - Rêne droite régulatrice (extérieure) pour réguler la vitesse et le pli de l'encolure
 - Jambe droite isolée (extérieure) pour retenir les hanches
 - Poids du corps sur la fesse extérieure toujours pour libérer l'épaule gauche (intérieure)
- ✓ Aides d'exécution:
- Jambe d'impulsion gauche à la sangle pour demander le départ

A la suite de cette demande, le cheval est au galop à gauche (donc antérieur gauche devant par rapport à l'autre). Le cavalier va devoir apprendre très rapidement et discrètement à vérifier s'il est à juste ou à faux pour pouvoir intervenir. Il suffit de baisser les yeux, car le cavalier doit rester stable sur ses deux fesses (galop assis) et le buste vertical.

Attention ! Le cavalier ne doit pas devancer le départ au galop avec ses épaules mais il doit suivre la première foulée avec son bassin. Puis, si les aides du départ sont correctement préparées, le départ pourra s'effectuer à un endroit précis donc à une lettre.

Etre capable de contrôler la vitesse: On peut contrôler la vitesse en la ralentissant, mais assis en l'accélérant. Bien sûr, cet exercice se fait en équilibre sur les étriers, en suspension Le cavalier doit prendre conscience qu'il est maître de la vitesse (donc du train de galop): galop de travail sur le plat, galop moyen correspondant à celui d'un CSO et galop allongé, plus soutenu pour le cross.

Le cavalier doit ralentir le galop en fermant les doigts sur les rênes et en redressant le haut du corps. Les jambes, par leur action à la sangle, contribuent à restaurer l'équilibre du cheval donc ralentir plus facilement, donc les cavaliers vont prendre conscience qu'il leur est possible, après avoir maîtrisé leur propre équilibre, d'intervenir sur celui du cheval (les jambes n'ont pas qu'une action impulsive).



Etre capable de conduire sur des courbes larges: Diriger sa monture au galop comporte une difficulté pour le cavalier: savoir s'il aborde la courbe en galopant sur le bon pied. Donc là, nous continuons à développer l'assiette du cavalier, c'est à dire en ressentant s'il est au bon galop (à juste ou à faux). Cela favorisera l'apprentissage (plus tard) du contre-galop (c'est un galop à faux, mais souhaité). Le jour de l'examen, un départ au galop à faux, immédiatement corrigé, ne fait pas baisser la note finale car le jury constate que l'erreur a été perçue et corrigée. Il remarque aussi que le cavalier ne subit pas la reprise.

Au saut

Etre capable de rechercher son équilibre sur les étriers en enchaînant des sauts isolés:

Nous venons de voir précédemment l'équilibre sur les étriers au galop, le principe est donc le même, mais en plus nous demandons au cavalier de fléchir les articulations des hanches, des genoux et des chevilles pour encaisser les sauts. On peut aussi mettre à l'épreuve l'équilibre du cavalier en lui faisant déchausser les étriers. Cela développe le liant (voir définition) et la fixité du cavalier pour ne pas chuter à la réception d'un saut ou d'une désobéissance imprévue.

Etre capable de contrôler l'allure et la vitesse en enchaînant des sauts isolés: Le cavalier débute toujours par un grand cercle au galop sur lequel il instaure la vitesse de l'allure qu'il devra contrôler du premier au dernier obstacle, à l'abord et à réception de chaque saut. Cette mise en situation peut comporter des lignes considérées comme un enchaînement de sauts isolés dès qu'il y a plus de deux foulées entre chaque saut.

Le hunter est la meilleure discipline pour travailler le contrôle de la vitesse en demandant des transitions descendantes entre les sauts jusqu'à l'arrêt ou en abordant un obstacle au galop puis le second au trot. Bien sûr, cela se fera d'abord sur des barres au sol. La côte (hauteur) des obstacles ne dépasse pas les 80 cm.



Etre capable de conduire sur des courbes larges: Conduire sur le plat ou à l'obstacle relève des mêmes compétences. Il faut anticiper pour gérer la courbe suivante et acquérir la précision nécessaire pour aborder l'obstacle perpendiculairement et en son milieu. A la sortie du virage, le cheval doit se situer exactement en face de la barre à franchir.

La reconnaissance du parcours se fait à pied pour visualiser le parcours dans son ensemble et donc les courbes à exécuter. L'aide la plus précieuse pour obtenir un parcours bien tracé, dit « propre » est le regard !