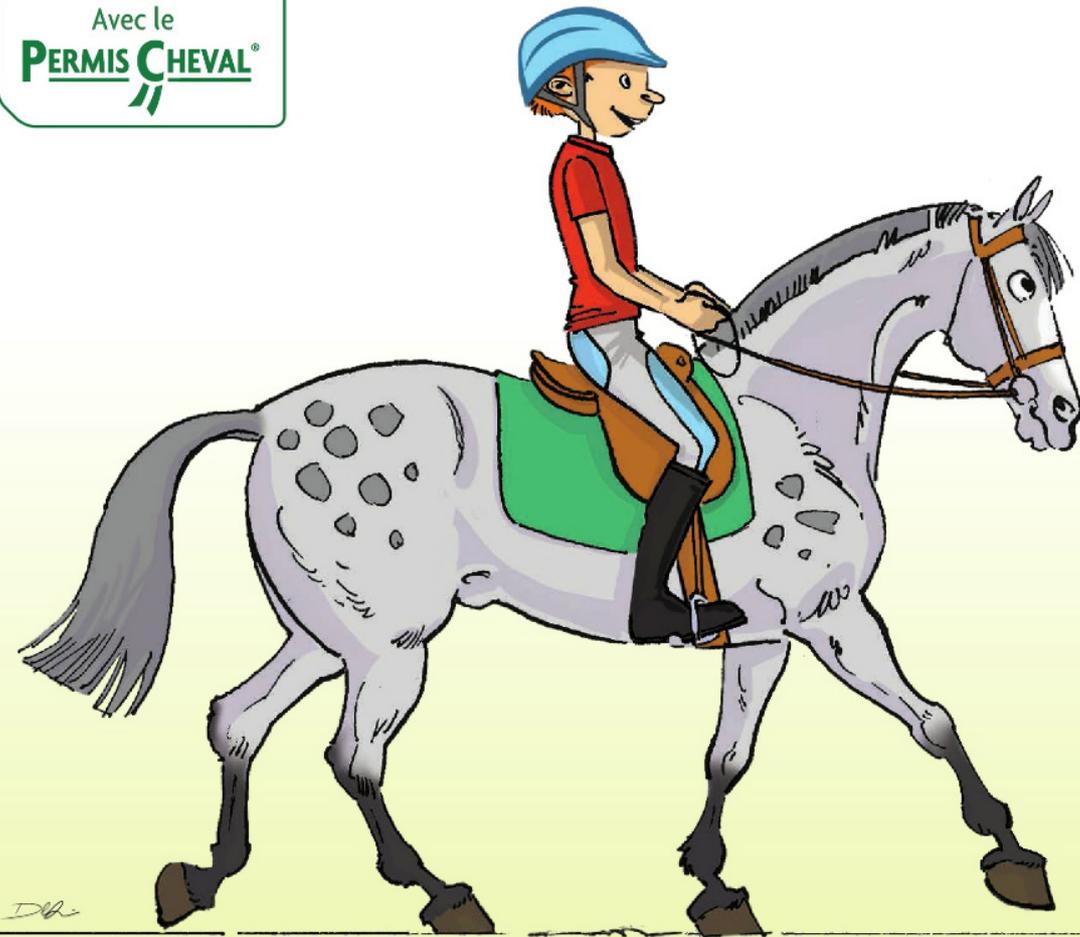




FÉDÉRATION FRANÇAISE
D'ÉQUITATION

Avec le
PERMIS CHEVAL®



GUIDE FÉDÉRAL

GALOP®

4

PRÉPARER ET RÉUSSIR SON GALOP® 4

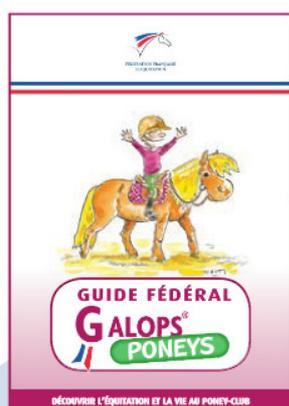


FÉDÉRATION FRANÇAISE D'ÉQUITATION
EDITIONS FFE

vos guides fédéraux

Objectif **GALOP**[®]

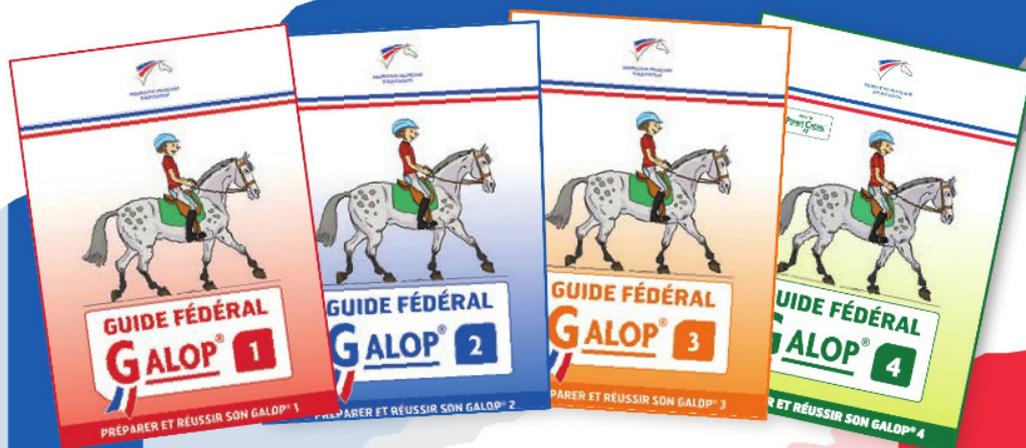
Les Galops[®] fédéraux proposent au cavalier et à l'enseignant un programme de formation structuré. Les Guides Galops[®] accompagnent le cavalier et son enseignant dans le parcours de formation qui permet de devenir cavalier et homme ou femme de cheval accompli(e).



LES 6 CHAPITRES :

- ▶ Poney de Bronze
- ▶ Poney d'Argent
- ▶ Poney d'Or
- ▶ Galop[®] de Bronze
- ▶ Galop[®] d'Argent
- ▶ Galop[®] d'Or

Spécial **ENFANTS**



LES 6 CHAPITRES :

- ▶ Connaissances générales
- ▶ Connaissance du cheval
- ▶ S'occuper du cheval
- ▶ Pratique équestre à pied
- ▶ Pratique équestre à cheval
- ▶ Passer son Galop[®]

Avec le **PERMIS CHEVAL**[®] dans le Galop[®] 4

collection disciplines



Les Guides fédéraux des disciplines et des activités s'adressent aux cavaliers et aux enseignants qui veulent découvrir une spécialité ou se perfectionner. Ils comportent des outils utiles pour s'approprier facilement l'activité.

LES 5 CHAPITRES :

- ▶ Présentation
- ▶ Débuter l'activité
- ▶ Participer à des compétitions
- ▶ Organiser des compétitions
- ▶ Participer à l'encadrement

Avec des fiches séances

Voir **ffe.com**

Boutique en ligne
pour passer vos commandes.



FÉDÉRATION FRANÇAISE D'ÉQUITATION - FFE.COM

Sommaire

Charte fédérale du cavalier.....	4
Le projet éducatif de la FFE.....	4
Préface.....	5
Introduction.....	5
Programme officiel du Galop® 4.....	6

1 Connaissances générales..... 7

Les règles de sécurité.....	8
Les mors usuels.....	10

2 Connaissance du cheval..... 11

Veiller au bien-être des chevaux.....	12
Le mécanisme du galop.....	14
Les 13 robes de base.....	16
L'identification du cheval.....	18
Les besoins alimentaires du cheval.....	20
Les principaux types d'aliments.....	22
Les principaux aliments à éviter.....	23
Les soins périodiques.....	24
Les principales normes physiologiques.....	25
Les signes de maladie.....	26

3 S'occuper du cheval..... 27

Mettre et enlever des protections.....	28
Mettre et enlever couverture ou chemise.....	31
Inspecter et soigner les membres.....	32

4 Pratique équestre à pied..... 33

Pratiquer à pied.....	34
Trotter en main.....	34
Faire reculer le cheval à distance et le faire venir vers soi.....	36
Franchir des passages délicats au pas.....	37
Marcher en main avec le contact.....	38
Obtenir des flexions latérales de l'encolure.....	40

5 Pratique équestre à cheval..... 41

Bien communiquer avec son cheval.....	42
Le contact.....	44
Diriger sur des courbes avec un pli intérieur.....	46
Contrôler la vitesse.....	47
Premières notions sur l'équilibre du cheval.....	50
Combiner ses aides.....	50
Conserver une bonne posture dans des situations de déséquilibre.....	54
Enchaîner un parcours de sauts isolés.....	58

6 Passer son Galop® 4..... 61

30 objectifs de séances pour le brevet de cavalier.....	62
Fiche d'auto-évaluation.....	66
Questionnaires à choix multiples.....	68
Exemples de protocoles de validation du Galop®4.....	74

7 Permis cheval..... 79

CONNAISSANCES GÉNÉRALES.....	80
Choisir sa sortie en fonction de ses possibilités.....	80
Se comporter en cavalier responsable.....	82
Les points de vigilance.....	83
Les règles de circulation à cheval.....	84
Définir son itinéraire.....	85
S'OCCUPER DU CHEVAL.....	86
Préparer son cheval.....	86
Gérer l'effort de son cheval.....	86
Soins pendant et après la sortie.....	86
PRATIQUE ÉQUESTRE.....	88
Se préparer et préparer son matériel.....	88
Nouer la longe autour du cou.....	89
Faire une halte.....	90
Circuler à cheval.....	91
Gérer les incidents et les accidents.....	92
Conduite à tenir au retour.....	93
Index.....	94
Références.....	97
Programme officiel du Galop® 5.....	99



CHARTRE FÉDÉRALE DU CAVALIER

JE RESPECTE MON CHEVAL

- ▶ Je cherche à le connaître et à le comprendre.
- ▶ Je prends le temps de m'occuper de lui.
- ▶ J'apprends à le soigner pour sa santé et son bien-être.
- ▶ J'agis avec calme et cohérence.
- ▶ Je respecte son intégrité physique.

JE RESPECTE LES AUTRES ET L'ENVIRONNEMENT

- ▶ Je suis courtois envers mon enseignant, les autres cavaliers, mon entourage et toutes les personnes que je côtoie.
- ▶ Je respecte les règles de mon club, les règles du jeu et les règles de sécurité à pied comme à cheval.
- ▶ Je respecte les autres usagers et les règles de circulation lorsque je me promène à cheval.
- ▶ Je respecte la nature, j'économise l'eau et l'énergie. Je limite et je trie mes déchets.
- ▶ Je respecte le matériel que j'utilise et je le range.

JE RESPECTE LES VALEURS DU SPORT

- ▶ Je prends en compte objectivement mon niveau.
- ▶ Je m'entraîne régulièrement pour progresser.
- ▶ Je respecte le règlement, les arbitres, le jury et les autres concurrents.
- ▶ Je refuse le dopage.
- ▶ Je suis fair-play en toutes circonstances.

PROJET ÉDUCATIF DE LA FFE

FAVORISER

une vie en société dans le respect des autres, de la vie animale et du milieu naturel.

DONNER

le goût de l'acquisition et de la transmission des savoirs.

PROMOUVOIR

les bienfaits des activités physiques et sportives.

DÉVELOPPER

le goût de l'effort et des satisfactions qu'il donne.

VALORISER

l'engagement et le sens des responsabilités.



Préface

Le Galop®4 est le brevet de cavalier qui vous permet de conclure les acquis progressifs des trois premiers Galops®.

Il concrétise la fin du cycle de formation initiale à l'équitation.

Il comprend en option le « **Permis Cheval** » qui apporte les bases nécessaires pour aller à cheval en extérieur et sur la voie publique en sécurité.

Les Galops® 5 à 7 vous permettront de vous perfectionner en développant votre capacité à contribuer à la formation de votre cheval.

Les Galops® sont un beau parcours de formation qui offre le cadre progressif pour se former, se perfectionner et former son cheval.

Bons galops.

Serge Lecomte

Président de la Fédération Française d'Équitation

Les 7 chapitres de votre Guide Fédéral Galop®4

Le chapitre **Connaissances générales** présente les principales règles de sécurité et les mors les plus courants.

Le chapitre **Connaissance du cheval** est centré sur le bien-être des chevaux, de leur alimentation aux soins à leur apporter en passant par le repérage des signes de maladie. Il détaille le mécanisme du galop et tout ce qui concerne l'identification, avec un rappel complet des principales robes de base.

Le chapitre **S'occuper du cheval** est centré sur les protections de travail, de transport et d'écurie avec un chapitre sur l'inspection et les soins des membres.

Le chapitre **Pratique équestre à pied** propose de nouvelles situations à pied avec votre cheval : déplacements et exercices de communication à distance.

Le chapitre **Pratique équestre à cheval** résume les principes de base de l'équitation, communication, contact, contrôle de la direction, de la vitesse, de l'équilibre sur le plat, en terrain varié et à l'obstacle.

Le chapitre **Passer son Galop®4** comporte les outils d'auto-évaluation qui permettent de réussir son examen.

Le chapitre **Permis Cheval** rassemble les conseils utiles pour circuler à cheval en sécurité dans les environnements variés qu'offrent les sorties en extérieur, dont celle au programme de votre Galop®4.

PROGRAMME OFFICIEL DU GALOP® 4

Conduite, contrôle et saut

Le Galop® 4 se compose de la partie spécifique du Galop® 4, plus de la partie commune à tous les Galops® 4.

Dans le respect de la charte du cavalier de la FFE :

- ▶ Équiper un cheval ou un poney pour le travail et le transport et soigner les membres.
- ▶ A pied : réaliser en main un parcours incluant des embûches simples avec des contrats d'allures et de tracé.
- ▶ En selle :
 - Évoluer aux 3 allures assis ou en équilibre sur ses étriers en contrôlant la vitesse et la direction avec ou sans un contact avec la bouche du cheval ou du poney.
 - Adopter une posture juste dans les différentes situations aux 3 allures, en extérieur et sur des sauts.
 - Déplacer les épaules et les hanches au pas et partir au galop du pas sur le bon pied en ligne droite.
 - Enchaîner un parcours de 8 à 10 obstacles isolés à environ 70 cm.
 - Enchaîner avec précision des mouvements simples aux 3 allures et varier l'amplitude au trot enlevé et au galop.
 - Effectuer une analyse de sa prestation à cheval.

CONNAISSANCES GÉNÉRALES

- ▶ Décrire la posture du cavalier à cheval à l'obstacle.
- ▶ Nommer et reconnaître les mors de filet usuels.
- ▶ Expliquer l'accord des aides.
- ▶ Expliquer les règles de sécurité à appliquer en aire de travail et à l'extérieur.
- ▶ Expliquer ce qu'est un pli et l'incurvation.

CONNAISSANCE DU CHEVAL

- ▶ Expliquer comment veiller au bien-être des chevaux.
- ▶ Procéder à une identification de base : déterminer sur un cheval ou un poney: son sexe, sa robe, ses marques, ses épis.
- ▶ Nommer les différentes parties du livret signalétique : carte d'identité + carnet de santé.
- ▶ Citer et expliquer les soins périodiques obligatoires – vaccination– et recommandés –vermifugation, soins dentaires...
- ▶ Citer les principales normes physiologiques du cheval : température, rythme cardiaque.
- ▶ Identifier les signes de maladie : prostration, agitation, comportement inhabituel, inappétence, jetage, etc.
- ▶ Expliquer le mécanisme du galop à droite et à gauche et les reconnaître.
- ▶ Décrire les besoins du cheval en fourrages, concentrés et minéraux.
- ▶ Savoir reconnaître les grandes familles d'aliments à distribuer : fourrages, concentrés et compléments minéraux.
- ▶ Savoir reconnaître les principaux aliments à éviter : les végétaux toxiques et les contaminants alimentaires.

S'OCCUPER DU CHEVAL

- ▶ Mettre et enlever des protections de travail : protège-boulets, guêtres et cloches.
- ▶ Mettre et enlever des protections de transport.
- ▶ Inspecter et soigner les membres avant et après le travail.

PRATIQUE ÉQUESTRE À PIED

- ▶ Marcher en main quelques foulées en conservant un contact moelleux et permanent sur les deux rênes.
- ▶ Faire reculer son cheval ou son poney en restant à distance.
- ▶ Faire venir le cheval vers soi.
- ▶ Obtenir une flexion latérale de l'encolure des deux côtés.
- ▶ Trotter en main sur des lignes droites et des courbes larges.
- ▶ Franchir des embûches simples au pas : type flaques, bâches, plans inclinés, pont de van ou de camion...

PRATIQUE ÉQUESTRE À CHEVAL

- ▶ Trotter enlevé dans une bonne posture lors de changements de direction ou d'amplitude.
- ▶ Être stable en équilibre sur ses étriers au galop et sur des dispositifs de sauts rapprochés à environ 80 cm.
- ▶ Trotter, galoper et enchaîner des mouvements simples assis dans une bonne posture.
- ▶ Prendre et conserver un contact permanent et moelleux avec la bouche de son cheval ou de son poney aux trois allures.
- ▶ Pouvoir à volonté évoluer sans contact avec la bouche de son cheval ou son poney aux trois allures.
- ▶ Partir au galop du pas sur le bon pied en ligne droite.
- ▶ Varier la vitesse (l'amplitude) au trot enlevé et au galop.
- ▶ Maintenir une vitesse régulière sur un enchaînement de courbes et lignes droites au galop.
- ▶ Diriger sur des courbes aux trois allures avec un pli interne.
- ▶ Déplacer les épaules de son cheval d'un quart de tour au pas.
- ▶ Déplacer les hanches de son cheval d'un quart de tour au pas.
- ▶ Contrôler l'allure, la vitesse et la direction sur un enchaînement de sauts isolés à environ 70 cm.
- ▶ Contrôler l'allure, la vitesse et la direction en terrain varié.
- ➔ Réaliser une reprise combinée ou une reprise de dressage et un parcours de CSO de niveau Club 4 ou de hunter Galop® 4 ou épreuve Poney équivalente.
- ➔ Effectuer une sortie en extérieur aux trois allures.



1

Connaissances générales

LE GALOP® 4 EST LE BREVET DE CAVALIER.

LE PREMIER CHAPITRE RÉCAPITULE LES RÈGLES DE SÉCURITÉ À APPLIQUER AUPRÈS DES CHEVAUX ET À CHEVAL, AU MANÈGE, COMME EN EXTÉRIEUR.

À SAVOIR ET À APPLIQUER.

IL COMPORTE AUSSI LA PRÉSENTATION DES MORS LES PLUS COURANTS.

Les règles de sécurité	8
Les mors usuels	10



Prendre sa licence fédérale permet de bénéficier d'une assurance pour tous les accidents qui pourraient survenir en action d'équitation et pour couvrir sa responsabilité civile vis-à-vis des tiers.

La licence permet au cavalier de passer ses Galops®, de participer à des compétitions et de bénéficier d'avantages dont des assurances complémentaires à prix préférentiel.



Tenue

A cheval, le port du casque est obligatoire.

Une tenue adaptée permet de se protéger à cheval comme aux écuries : chaussures couvrantes - bottes ou boots et chaps - vêtements couvrants, non flottants, gants...

Priorité

En manège ou en carrière, la priorité va au cavalier qui évolue à l'allure la plus rapide. A allures égales, la priorité doit être laissée au cavalier qui évolue piste à main gauche, comme en compétition.

Les règles de sécurité

Des conseils de sécurité signalés par un picto casque vous ont indiqué depuis le Galop® 1 les principales règles de sécurité à appliquer en permanence.

Rappel de l'essentiel.

► AUTOUR DU CHEVAL



Le cheval est un animal puissant en général paisible, mais il peut avoir des réactions vives qu'il faut savoir anticiper.

- Éviter de le surprendre : le prévenir quand on l'aborde, penser qu'il a des zones aveugles...
- Veiller à rester à distance de sécurité, notamment quand on le mène en main, quand on le lâche au pré ou dans un grand espace, quand on passe derrière lui ou dans un groupe de chevaux...
- Éviter de lui faire peur : ne pas courir vers lui, ne pas jouer à proximité, ne pas passer à côté en vélo, éviter les trottinettes, les rollers, les ballons, tenir les chiens en laisse, débiter la douche avec précaution...
- Éviter de lui faire mal par inadvertance, quand on le panse ou qu'on lui cure les pieds.
- Veiller à ne jamais mettre un doigt, ni une main, dans une boucle de longe ou de rênes.

► AUX ÉCURIES

Les écuries contiennent des outils, des stocks et des engins agricoles qui nécessitent des précautions.

- Respecter les interdictions d'accès aux locaux techniques, aux pharmacies...
- Ranger au fur et à mesure tous objets : pelles, fourches, râteliers... Ne jamais les diriger ni vers quelqu'un, ni vers un cheval.
- Ne pas fumer. Ne pas faire de feu pour éviter tout risque d'incendie.
- Évoluer avec précaution dans les espaces de stockage. Les ballots entassés peuvent tomber. Ne jamais jouer dans la paille, ni dans le foin.
- Refermer les portes et les barrières après son passage.

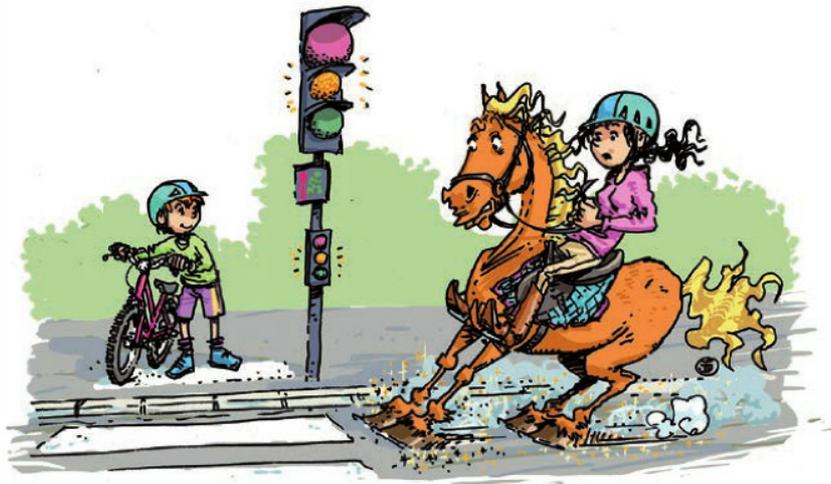
▶ À CHEVAL

Les bonnes pratiques permettent de se protéger et de respecter l'espace de sécurité des autres cavaliers.

- ▶ Le port du casque aux normes réglementaires est obligatoire, dès que l'on se prépare à se mettre en selle.
- ▶ Avoir des chaussures et une tenue adaptées. Éviter bijoux et vêtements flottants. Attacher les chevaux longs.
- ▶ Respecter les règles de prudence au montoir.
- ▶ Maintenir son cheval à distance des autres, au montoir et en groupe.
- ▶ Regarder où l'on va et où vont les autres pour anticiper ses déplacements.
- ▶ Respecter les règles de priorité au manège et dans la carrière.
- ▶ Demander l'autorisation avant d'entrer dans un espace où évoluent des cavaliers.
- ▶ S'immobiliser en cas d'incident.

▶ EN EXTÉRIEUR

En extérieur, il est nécessaire de prendre en compte le partage de l'espace public avec les autres usagers.



Les cavaliers doivent respecter le code de la route qui s'applique aux véhicules quand ils sont à cheval et aux piétons, quand ils sont à pied.

- ▶ Être capable de monter et descendre seul du cheval en toutes circonstances.
- ▶ Respecter le code de la route.
- ▶ Respecter le balisage des chemins.
- ▶ Repasser au pas quand on croise des piétons, vélos, voitures ou d'autres chevaux.
- ▶ Toujours partir accompagné. Prendre un téléphone. Prévenir quand on part en précisant quand on compte revenir.
- ▶ Adapter l'allure en fonction du terrain et de ses compétences.
- ▶ Conserver l'ordre et les distances : ni trop près, ni trop loin.
- ▶ Faire passer les informations aux autres cavaliers jusqu'au dernier de la file, vers l'avant ou l'arrière : branche, trou, changements d'allures...
- ▶ Ne pas laisser son cheval arracher les rênes pour brouter.



Chemin obligatoire pour les cavaliers



Fin de chemin obligatoire pour les cavaliers



Attention : passage de cavaliers



- ▶ Dans le domaine public, il faut respecter le code de la route, le code forestier, le code rural, le code des voies navigables et les règlements des réserves naturelles et des espaces protégés.
- ▶ Même dans les allées cavalières, les piétons restent prioritaires.
- ▶ Voir le **Guide Fédéral Permis Cheval** page 79 pour en savoir plus.



A Canon droit



B Canon à simple brisure



C Canon à double brisure



1 Mors simple ou Chantilly



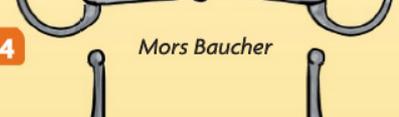
2 Mors à olives



3 Mors Verdun



4 Mors Baucher



5 Mors à aiguilles

Lexique

Le **FILET**, que l'on appelle aussi bridon, désigne usuellement le harnachement avec ou sans le mors.

Le **MORS DE FILET** désigne un mors simple.

Les mors usuels

Le mors est la pièce articulée, le plus souvent métallique, qui est placée dans la bouche du cheval pour le conduire au moyen des rênes. Il comprend une partie centrale, le canon, et des anneaux de chaque côté.

Le mors est retenu par les montants du filet ajustés pour qu'il soit en contact avec la commissure des lèvres. Dans la bouche, il porte sur les barres et la langue.

► LE CANON

Il existe 3 principaux types de canons. **A** Le canon droit est d'une seule pièce. **B** Le canon à simple brisure, le plus courant, comporte une articulation simple en son milieu. **C** Le canon à double brisure comporte une articulation double en son milieu. Les canons brisés s'adaptent à la forme bombée de la langue. Ils ont une action plus douce que les canons droits.

Plus le canon du mors est gros, plus son action est douce.

La principale matière utilisée pour les canons est l'acier. Il en existe aussi en cuivre, en caoutchouc, en cuir et en résine.

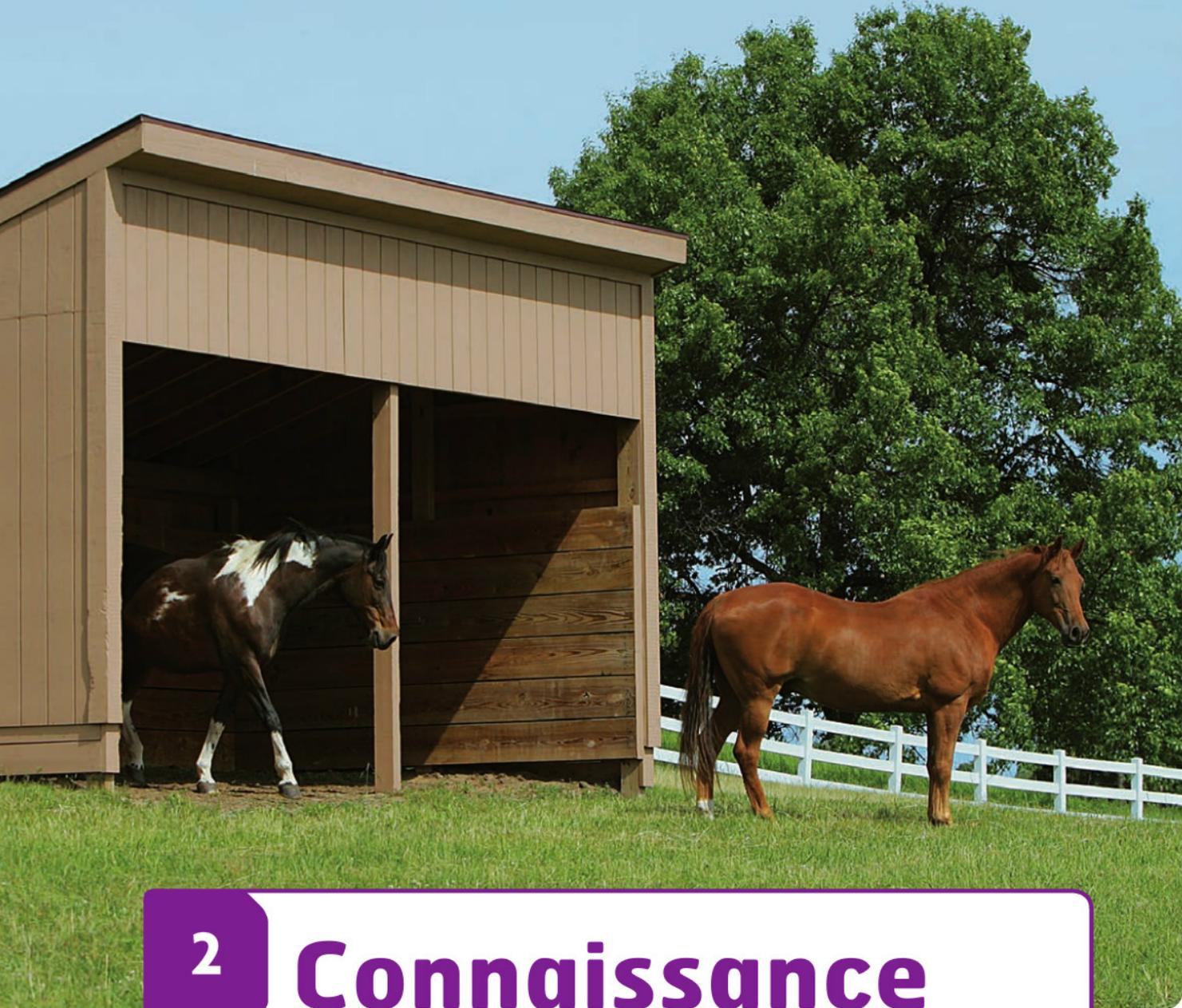
► LES ANNEAUX

Les anneaux peuvent avoir différentes formes. Leur forme a une influence sur leur action et détermine le nom du mors. Les principaux sont :

- 1** le **mors simple** ou **Chantilly**, de forme ronde, dont les anneaux coulissent librement,
- 2** le **mors à olives** dont les anneaux comportent deux parties allongées en forme d'olive, de chaque côté de la bouche,
- 3** le **mors Verdun** dont les anneaux sont en forme de D,
- 4** le **mors Baucher** qui a deux anneaux de chaque côté : un petit, en haut, pour fixer les montants du filet et un plus grand, en bas, pour fixer les rênes,
- 5** le **mors à aiguilles** dont les anneaux comportent deux branches verticales.



- Le mors doit être adapté à la bouche du cheval par son type, sa taille, sa matière et la grosseur de ses canons qui doivent correspondre à la morphologie, à la sensibilité et au niveau de dressage du cheval.
- Le mors doit être adapté au niveau du cavalier qui doit veiller à l'utiliser avec tact.
- Les montants du filet doivent être bien réglés de façon à positionner le mors à sa juste place, ni trop haut, ni trop bas.
- Le mors doit systématiquement être rincé après usage.
- Rênes et montants doivent être en bon état et régulièrement entretenus.



2

Connaissance du cheval

LE CHAPITRE S'OUVRE SUR LES PRINCIPES À RESPECTER POUR BIEN TRAITER LE CHEVAL. IL SE POURSUIT AVEC L'EXPLICATION DU MÉCANISME DU GALOP. IL RÉCAPITULE ENSUITE TOUT CE QU'IL FAUT SAVOIR SUR L'IDENTIFICATION DU CHEVAL, SON ALIMENTATION ET SA SANTÉ.

Veiller au bien-être des chevaux.....	12
Le mécanisme du galop.....	14
Les 13 robes de base.....	16
L'identification du cheval.....	18
Les besoins alimentaires du cheval.....	20
Les principaux types d'aliments.....	22
Les principaux aliments à éviter.....	23
Les soins périodiques.....	24
Les principales normes physiologiques.....	25
Les signes de maladie.....	26



Le cheval grignote toute la journée.



Être un cavalier responsable, c'est s'interdire tout dopage et toute brutalité.

La FFE et la FEI détaillent dans leurs règlements de compétition nationaux et internationaux les règles de lutte contre le dopage et les brutalités.

Des brochures pédagogiques permettent au cavalier de se renseigner pour connaître les bonnes pratiques résumées dans la charte du cavalier FFE qui figure en page 3.



L'affiche **J'aime mon cheval** est téléchargeable sur le site www.ffe.com dans l'espace Cavalier à la page www.ffe.com/cavalier.

Veiller au bien-être des chevaux



Les chevaux ont besoin de contacts avec leurs congénères

Veiller au bien-être des chevaux, c'est leur offrir des conditions de vie qui respectent leurs besoins vitaux, leur mode de vie et leur comportement.

Cela exige de bien se former pour mettre en oeuvre les bonnes pratiques, à pied et à cheval, d'exercer une surveillance régulière et d'être capable de détecter les problèmes que le cheval peut avoir.

Résumé des points de vigilance essentiels.

► BESOINS VITAUX

- Une alimentation variée, en quantité suffisante avec de l'herbe ou du foin.
- De l'eau propre à volonté.
- Un lieu de vie sain : prairies entretenues avec des abris, écuries aérées, lumineuses avec des litières propres.

► MODE DE VIE

- La possibilité de bouger.
- Une vue dégagée sur l'environnement.
- Des contacts avec ses congénères.

► SANTÉ

- Un pansage et un entretien des pieds réguliers.
- Les soins périodiques nécessaires, vaccins, vermifuges, dentiste...
- Des soins attentifs en cas de blessure ou de maladie.

► ACTIVITÉS

- Des cavaliers respectueux.
- Du travail bien organisé.
- Du matériel adapté bien entretenu et de bons sols.

J'AIME MON CHEVAL



EXTRAIT DE LA CHARTE DU CAVALIER

- ▶ JE CHERCHE À LE CONNAÎTRE ET À LE COMPRENDRE.
- ▶ JE PRENDS LE TEMPS DE M'OCCUPER DE LUI.
- ▶ J'APPRENDS À LE SOIGNER POUR SA SANTÉ ET SON BIEN-ÊTRE.
- ▶ J'AGIS AVEC CALME ET COHÉRENCE.
- ▶ JE RESPECTE SON INTÉGRITÉ PHYSIQUE ET JE VEILLE À SON MORAL.



Galoper sur le pied gauche quand on tourne à gauche ou sur le droit quand on tourne à droite, c'est galoper sur le « bon pied ».

Galoper sur le pied opposé à la courbe, c'est galoper « à faux. »

NB : Mécanisme du pas et du trot Galop® 3 p27. Allures défectueuses Galop® 6.

Le mécanisme du galop

Le galop est une allure qui se déroule suivant le principe : poser d'un postérieur, d'un diagonal puis d'un antérieur. Il présente deux mécanismes différents, selon que le cheval galope à gauche ou à droite. En général, le cheval galope à droite quand il tourne à droite et à gauche quand il tourne à gauche.

► CARACTÉRISTIQUES

Le galop est l'allure à laquelle le cheval peut aller le plus vite. Sa vitesse moyenne est d'une vingtaine de kilomètres heure.

En course, la vitesse de pointe est de l'ordre de 60 km/h, soit 1 000 mètres par minute. Avec le dressage, le cheval peut aussi galoper quasiment sur place.

Le galop est une allure sautée, basculée et dissymétrique. Il a 3 temps inégaux sur le rythme 1-2-3 // 1-2-3...

► LE GALOP À DROITE



AU SOL :
EN L'AIR :

Postérieur gauche
Antérieur droit / Diagonal gauche

Diagonal gauche
Diagonal droit

► LE GALOP À GAUCHE



AU SOL :
EN L'AIR :

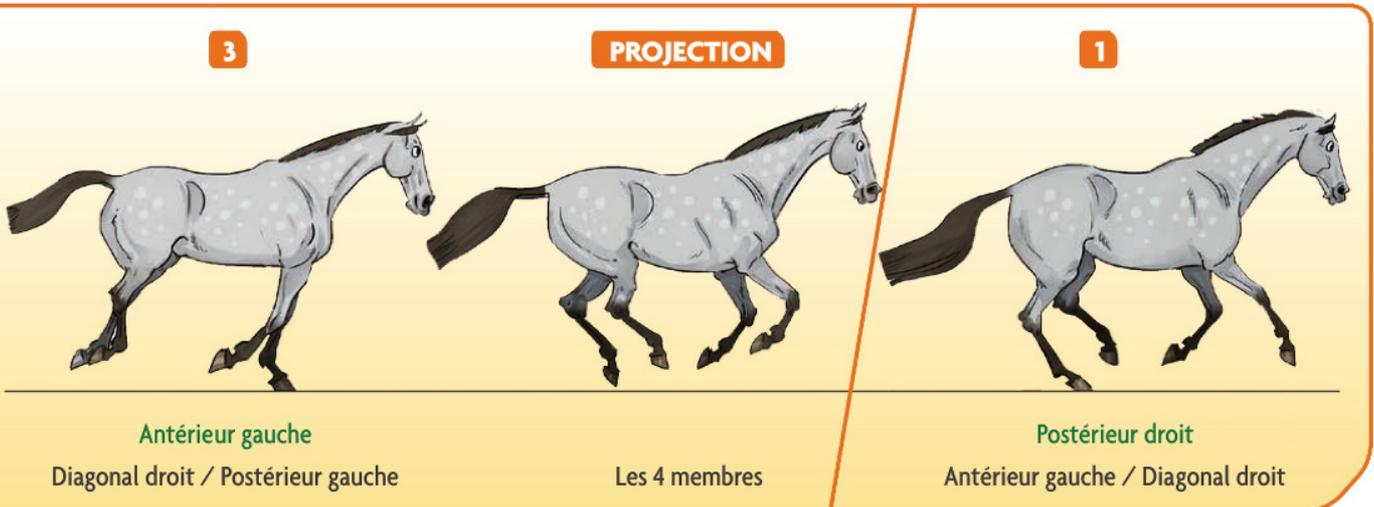
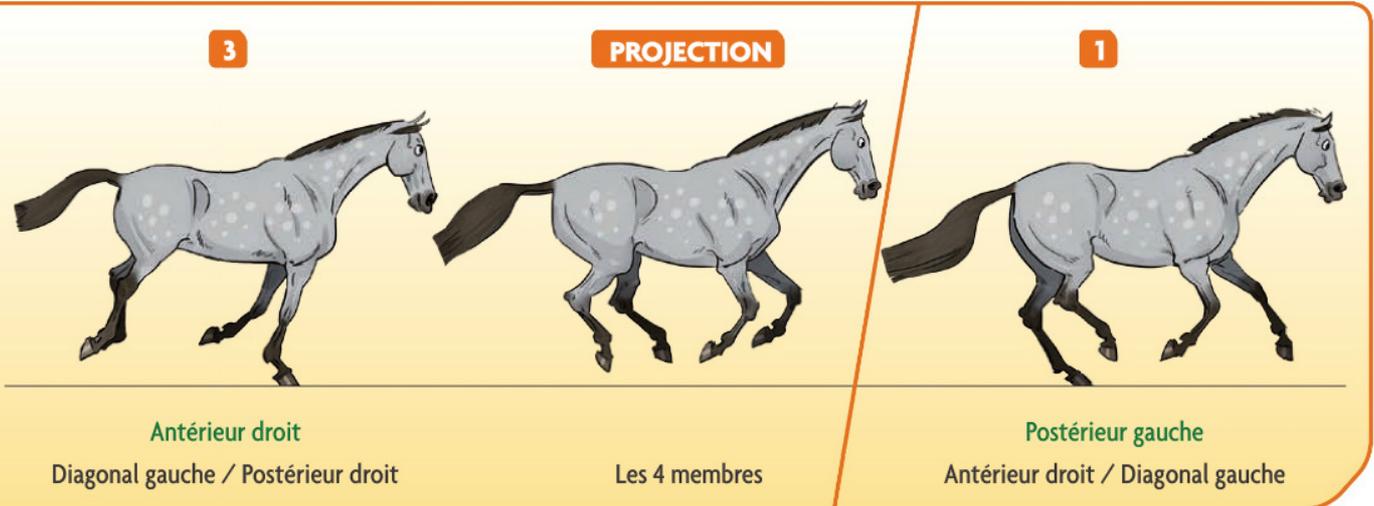
Postérieur droit
Antérieur gauche / Diagonal droit

Diagonal droit
Diagonal gauche



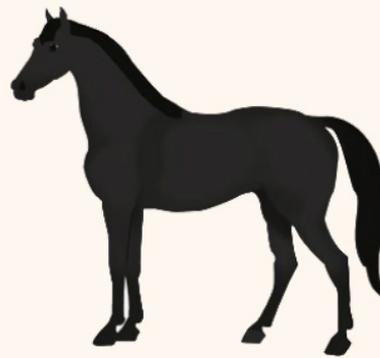
À retenir

- ➔ LE GALOP EST UNE ALLURE SAUTÉE, BASCULÉE, DISSYMÉTRIQUE EN 3 TEMPS INÉGAUX.
- ➔ SON RYTHME EST 1-2-3 // 1-2-3...
- ➔ L'ORDRE DE POSER DES MEMBRES EST POSTÉRIEUR - DIAGONAL - ANTÉRIEUR.
- ➔ DANS LE GALOP À DROITE, L'ANTÉRIEUR DROIT EST CELUI QUI S'AVANCE LE PLUS.
- ➔ DANS LE GALOP À GAUCHE, L'ANTÉRIEUR GAUCHE EST CELUI QUI S'AVANCE LE PLUS.
- ➔ LE CHEVAL QUI GALOPE SUR LE BON PIED, GALOPE SUR LE PIED INTÉRIEUR.

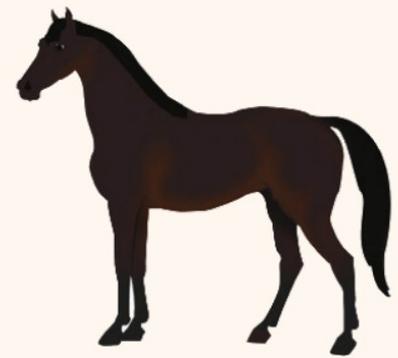


► LA FAMILLE DES NOIRS

Crins noirs
Poils noirs



Noir



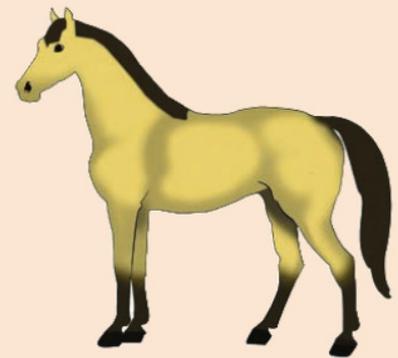
Noir pangaré

► LA FAMILLE DES BAIS

Crins noirs
Poils autres que noirs



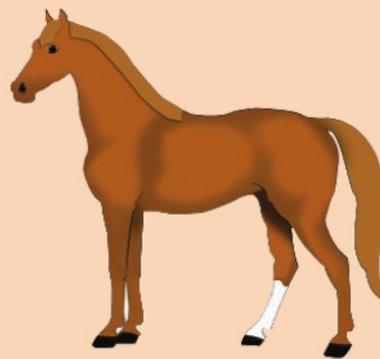
Bai



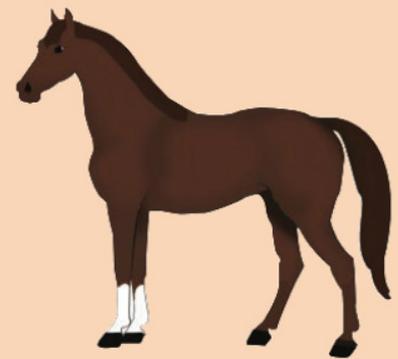
Isabelle

► LA FAMILLE DES ALEZANS

Crins fauves
Poils fauves



Alezan



Alezan brûlé

► LES AUTRES ROBES DE BASE

Crins variés
Poils variés



Blanc



Crème

Les 13 robes de base

Les 4 familles de robes de base sont le bai, l'alezan, le noir et les autres robes.

Les familles des alezans, des bais et des autres ont été présentées dans les Guides Fédéraux Galop® 1 p 22, Galop® 2 p 26, Galop® 3 p 22.

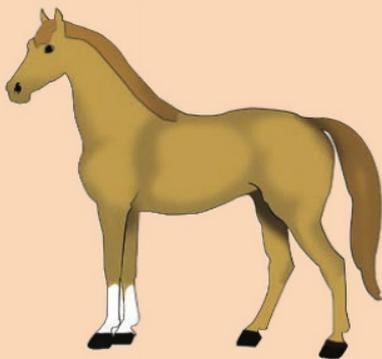
La famille des noirs comporte le noir et le noir pangaré qui a des poils ou reflets roux bien visibles en été.



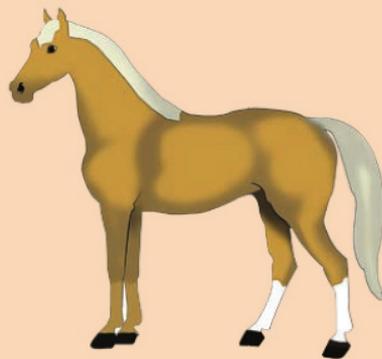
Souris

À retenir

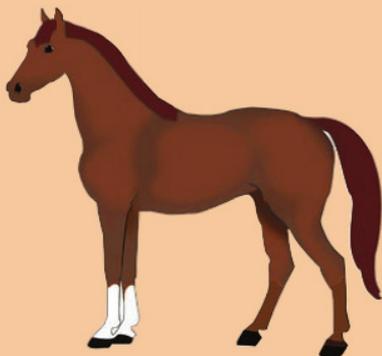
- ➔ LES FAMILLES DE ROBES DE BASE SONT LES NOIRS, LES BAIS, LES ALEZANS ET LES AUTRES ROBES.
- ➔ LE NOIR PANGARÉ EST LA SEULE VARIANTE DE LA FAMILLE DES NOIRS.
- ➔ LES CHEVAUX À GRANDES TACHES SONT PIE, À PETITES, TACHETÉS.



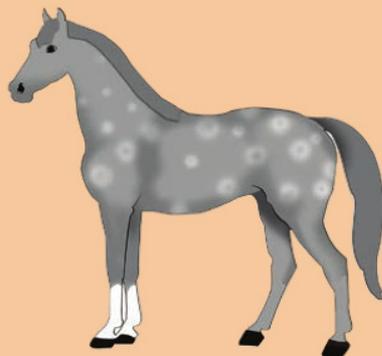
Café-au-lait



Palomino



Chocolat



Gris



Chevaux tachetés

Quand la robe de base comporte des petites taches, le cheval est tacheté. Il existe des alezans tachetés, des bais tachetés, des noirs tachetés.



Noir tacheté

Chevaux pie

Quand la robe de base comporte de grandes taches blanches, le cheval est pie. Il existe des alezans pie, des bais pie, des noirs pie...



Bai pie

Aide-mémoire

LES 13 ROBES EN 13 LETTRES

NP = Noir et noir Pangaré

BIS = Bai Isabelle et Souris

ABCP = Alezan, alezan Brûlé,

Café-au-lait et Palomino

BCCG = Blanc, Crème, Chocolat

et Gris.

Soit : NP + BIS + ABCP + BCCG

MÉMOTECHNIQUE

4 phrases pour mémoriser la typologie des robes de base :

- ▶ Robe de Base devait être Non Partante, NP.
- ▶ En fait, elle avait le N°13 BIS.
- ▶ Elle a très bien sauté le triple, A, B, C du Parcours, ABCP.
- ▶ Robe de Base a réussi un Bon Classement, Concours Gagnant, BCCG.



Le signalement du poulain est relevé sous la mère. Les gris ne naissent jamais gris.



- ▶ L'habitude de castrer les jeunes chevaux est ancienne. Le but est de rendre le cheval plus facile à utiliser.
- ▶ Le mot hongre vient de Hongrie, où cette pratique s'est d'abord développée.
- ▶ On emploie le terme entier pour désigner les mâles et le terme étalon pour les entiers reproducteurs.
- ▶ Le marquage est une pratique qui consiste à appliquer le signe distinctif de la race ou de l'élevage le plus souvent sur la cuisse gauche.



Marque d'élevage sur la cuisse

L'identification du cheval

L'identification, c'est le relevé du signalement, l'implantation d'un transpondeur électronique, l'immatriculation dans le fichier central, l'édition du document d'identification et de la carte d'immatriculation réglementaires.

▶ LE SIGNALEMENT

Le signalement consiste à relever en 4 étapes les caractéristiques naturelles du cheval qui rendent chaque individu unique : sexe, robe, marques et épis.

LE SEXE

L'anatomie des organes génitaux permet d'identifier le sexe :

- ▶ la femelle a des mamelles entre les postérieurs et une vulve sous la queue.
- ▶ le mâle a une verge dans un fourreau et 2 testicules entre les postérieurs.
- ▶ le hongre est un cheval mâle qui a été castré, c'est-à-dire privé de moyens de se reproduire par ablation des testicules.

LA ROBE

La détermination de la robe se fait en 4 étapes, par référence à la nomenclature de l'Ifce, Institut français du cheval et de l'équitation.

- 1 On détermine quelle est la robe de base. Voir page précédente.
- 2 On vérifie s'il y a des mélanges de poils.
- 3 On identifie les panachures, c'est-à-dire les taches blanches qui font que la robe est pie ou tachetée.
- 4 On relève les adjonctions, par exemple raie de mulet, zébrures...

LES MARQUES

Le signalement précise l'emplacement et la forme des marques blanches, en-têtes et listes sur la tête, et balzanes sur les membres. Il détaille aussi les marques sur le corps, comme taches ou cicatrices définitives.

LES ÉPIS

La dernière étape du signalement consiste à relever les épis en notant leur forme et leur emplacement sur le corps.

Voir aussi **Guide Fédéral Galop®3** p 23.



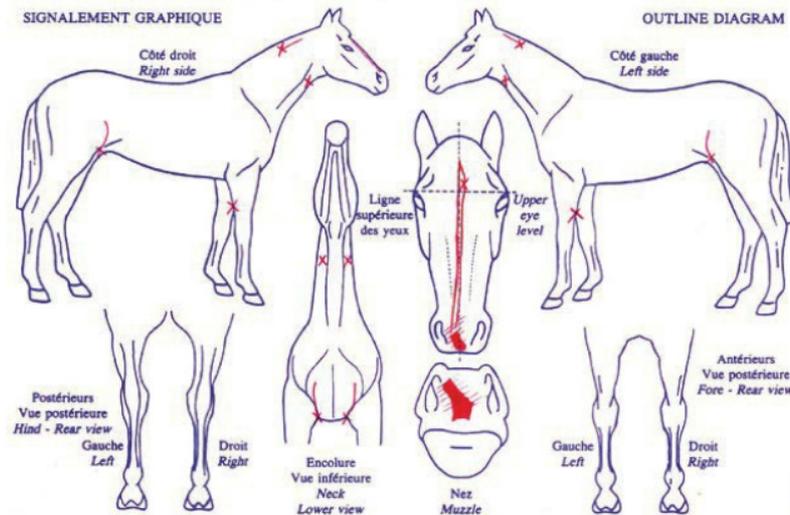
Balzanes



Zébrures



Épis sur le front



Le signalage graphique des marques et des épis, quand il y en a, complète la description textuelle du signalement.



La puce est très petite. Le lecteur permet d'afficher le numéro du cheval



La couleur de la couverture du document d'identification change chaque année.

► LA POSE DU TRANSPONDEUR

Le transpondeur électronique, qu'on appelle couramment puce, comporte un numéro unique, c'est-à-dire attribué à un seul animal. Il se lit avec un lecteur de puce. Gros comme un grain de riz, il est implanté avec une seringue, dans la partie supérieure gauche de l'encolure.

► L'ENREGISTREMENT SIRE

À réception du signalement et du numéro de transpondeur, l'Ifce enregistre l'équidé dans son fichier central SIRE, Système d'Information Relatif aux Equidés, avec un numéro SIRE différent du numéro de transpondeur.

Le numéro SIRE est unique, c'est-à-dire attribué à un seul équidé. L'identification se termine par l'édition d'un document d'identification et d'une carte d'immatriculation.

LE DOCUMENT D'IDENTIFICATION

Le document d'identification est un livret qui doit être conservé sur le lieu d'hébergement du cheval et qui doit le suivre.

- C'est une carte d'identité qui comporte le nom, la date de naissance, la race, les origines, le signalement de l'équidé et ses numéros.
- C'est un document sanitaire qui comporte les vaccinations, les contrôles de médication, les traitements médicamenteux et les visas des déplacements.

LA CARTE D'IMMATRICULATION

La carte d'immatriculation comporte les références principales d'identité du cheval et le nom de son ou de ses propriétaires enregistrés au SIRE.

DÉMATÉRIALISATION

En optant pour la dématérialisation, le propriétaire d'un équidé dispose d'une carte d'immatriculation web accessible depuis son espace personnel.

À retenir

- ➔ LE SIGNALLEMENT RELÈVE LE SEXE, LA ROBE, LES MARQUES ET LES ÉPIS.
- ➔ LE DOCUMENT D'IDENTIFICATION EST À LA FOIS UN JUSTIFICATIF D'IDENTITÉ ET UN DOCUMENT SANITAIRE.
- ➔ IL DOIT SUIVRE LE CHEVAL QUAND IL QUITTE SON SITE HABITUEL D'HÉBERGEMENT.
- ➔ LA PUCE OU TRANSPONDEUR ÉLECTRONIQUE COMPORTE UN NUMÉRO UNIQUE QUI IDENTIFIE CHAQUE ANIMAL.

PRÉSENTATION

CONNAISSANCES GÉNÉRALES

CONNAISSANCE DU CHEVAL

S'OCCUPER DU CHEVAL

PRATIQUE ÉQUESTRE À PIED

PRATIQUE ÉQUESTRE À CHEVAL

PASSER SON GALOP 4



Dans une température ambiante comprise entre 0 et 20°, le cheval conserve, sans apport d'eau, sa température corporelle normale qui est de 37°5 environ.

Au-dessus, il perd de l'eau qui, en s'évaporant, lui permet de se refroidir.

L'homme a des seuils très différents. C'est seulement entre 27 et 29° qu'il conserve sa température corporelle sans régulation.



Granulés et céréales sont des aliments dits concentrés.



Exemples de besoins en eau pour un cheval au box d'environ 500 kg.

	TEMPÉRATURE AMBIANTE	LITRES PAR JOUR
SANS EXERCICE	20°	25 l
	30°	50 l
AVEC EXERCICE MODÉRÉ	20°	40 l
	30°	80 l

Rappel : un seau = environ 10 litres

Les besoins alimentaires du cheval

Le régime alimentaire du cheval comporte 5 types d'apports : l'eau, les facteurs d'énergie que sont les lipides & les glucides, les protéines, les minéraux et les vitamines.

Les excès et les carences sont les deux ennemis des régimes alimentaires, dont l'idéal est une ration équilibrée.



Le cheval est naturellement mieux adapté au froid que l'homme.

► EAU

L'eau est vitale. La quantité dont le cheval a besoin varie en fonction de la température ambiante, de l'intensité de son activité et de l'alimentation.

Le cheval peut perdre de grandes quantités d'eau pour réguler sa température, soit en raison de la chaleur ambiante, soit à cause de ses activités.

Il lui faut alors boire pour compenser.

Par ailleurs, il peut ingérer plus ou moins d'eau en mangeant : l'herbe contient 80% d'eau alors que les aliments concentrés ou les fourrages n'en contiennent que 10 à 20%.

Dans tous les cas, le cheval doit avoir régulièrement accès à de l'eau propre.

► GLUCIDES ET LIPIDES

Les glucides, ou sucres, et les lipides, ou graisses, contenus dans les aliments sont le « carburant » énergétique du cheval.

Ils lui permettent de couvrir ses dépenses liées à ses fonctions vitales, circulation sanguine, respiration, digestion... et à ses activités physiques.

Quand le cheval ne tire pas assez d'énergie de son alimentation, il est obligé de puiser dans ses réserves corporelles, gras ou muscle.

► PROTÉINES

Les protéines servent à construire de nouveaux tissus : muscles, os, cartilages, etc.

Les besoins en protéines sont particulièrement élevés chez les poulinières pour assurer le développement du poulain et chez les chevaux en cours de croissance.

► MINÉRAUX



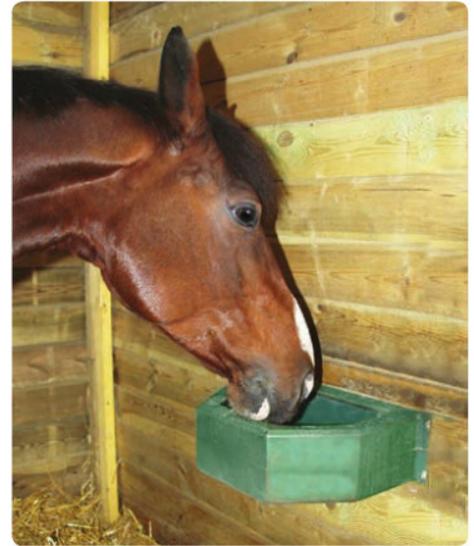
La pierre à sel contient du sodium. Elle favorise l'hydratation du cheval.

Le calcium, le phosphore, le sodium, le magnésium et le potassium sont les principaux minéraux dont le cheval a besoin. Le calcium est primordial pour la construction des os, des dents et pour assurer la bonne contraction des muscles.

Les oligo-éléments sont des minéraux dont le cheval a un besoin indispensable, même si c'est en très petite quantité, comme le cuivre, le zinc, le fer ou le sélénium.

► VITAMINES

Comme l'homme, le cheval a besoin de vitamines dans son alimentation. Le rôle des vitamines se perçoit surtout par l'effet de leur carence.



Veiller à la propreté de la mangeoire avant de donner une nouvelle ration.

Lexique

LIPIDES : corps gras non solubles dans l'eau, très présents dans le lait et les graines.

GLUCIDES : sucres que l'on trouve sous forme d'amidon, principalement dans les céréales.

PROTÉINES : acides aminés contenus notamment dans les fourrages de bonne qualité.

À retenir

- ➔ LES 5 TYPES D'APPORTS ALIMENTAIRES DU CHEVAL SONT :
 - L'EAU
 - LES GLUCIDES ET LES LIPIDES
 - LES PROTÉINES
 - LES MINÉRAUX
 - LES VITAMINES
- ➔ LE CHEVAL A BESOIN DE BOIRE BEAUCOUP.
- ➔ L'APPORT PRINCIPAL D'ÉNERGIE SE FAIT PAR LES GLUCIDES ET LES LIPIDES.



L'herbe et le foin sont les aliments de base du cheval.



Qualité des fourrages

La valeur nutritionnelle d'un fourrage sec est très variable en fonction des espèces végétales qui le constituent, du lieu de production, du stade de la récolte et du mode de conservation. Le foin se donne usuellement avant les granulés ou les céréales.

Céréales

Les aliments traditionnels, orge et avoine, se donnent aplatis, germés ou entiers.

Transformation des fourrages en énergie

Dans son tube digestif, le cheval héberge des milliards de micro-organismes très variés : protozoaires, bactéries, champignons microscopiques qui transforment les fourrages en nutriments dont l'organisme du cheval peut bénéficier.

Les principaux types d'aliments

Les principaux types d'aliments sont les fourrages et les aliments concentrés. S'y ajoutent les compléments minéraux et vitaminés ou CMV.

► FOURRAGES

Les fourrages sont les aliments principaux des chevaux. Ils se présentent sous forme humide comme l'herbe ou sont proposés sous forme sèche, comme le foin. Ils apportent une bonne partie de l'énergie dont le cheval a besoin.

► ALIMENTS CONCENTRÉS

Les aliments concentrés sont les céréales, principalement orge, avoine... ou des aliments préparés par des fabricants à partir de mélanges de fibres, céréales, tourteaux, fourrages, etc... Conditionnés en granulés ou en floconnés, ils complètent l'apport des fourrages.

Quand les besoins alimentaires sont très élevés, comme chez les poulinières, les chevaux en croissance ou les chevaux qui ont une activité physique importante, l'apport d'aliments concentrés peut être nécessaire.

Les concentrés sont riches en énergie car ils contiennent de grandes quantités de glucides et ils peuvent également contenir beaucoup de protéines.

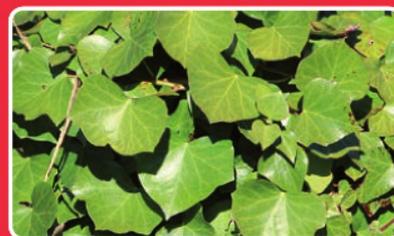
► CMV

Les compléments minéraux & vitaminiques ou CMV se présentent sous différentes formes : pierres ou blocs à lécher, poudres, granulés, liquides, etc. La plus courante est la pierre à sel.

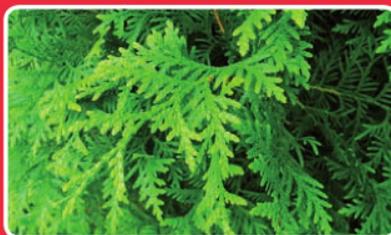
Principales plantes toxiques



LAURIER ROSE



LIERRE



THUYA



IF

Les principaux aliments à éviter

Les aliments dangereux et les plantes toxiques sont à proscrire pour tous les chevaux. Il faut aussi éviter les aliments dopants pour les chevaux qui font de la compétition.

▶ ALIMENTS DANGEREUX

Le cheval ne peut pas vomir. Le pain mou ou mouillé peut faire des bouchons intestinaux mortels. Les pommes entières peuvent causer un étranglement. Ce sont 2 aliments à proscrire sous ces formes.

Les aliments en mauvais état, présentant des moisissures ou des souillures ne doivent pas être donnés aux chevaux. Il faut veiller à nettoyer les mangeoires et ne pas donner à manger sur des sols souillés.

▶ PLANTES TOXIQUES

Les plantes toxiques les plus courantes sont illustrées en pied de ces pages : laurier rose, lierre, millepertuis, buis, colchiques, thuya, if, datura, coquelicots et cytise.

Ces végétaux n'attirent pas particulièrement le cheval, mais s'il a faim et s'il n'a rien d'autre à proximité, il peut en ingérer.

▶ ALIMENTS DOPANTS

Certains aliments contiennent des molécules qui figurent sur la liste des produits dopants, comme le cacao, l'arachide ou certains bonbons.

Un cheval qui a ingéré ce type de produit ne peut plus faire de compétition jusqu'à ce que les molécules interdites soient éliminées de son organisme.

Éviter les contaminations accidentelles, notamment avec des récipients ou des boxes contenant des résidus médicamenteux.



Anti-dopage

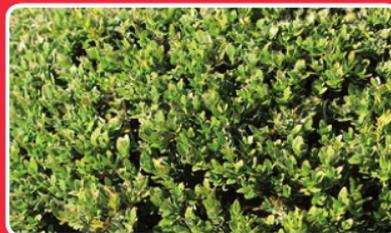
Les bonnes pratiques et les règles à respecter pour éviter le dopage sont détaillées dans des guides que l'on peut trouver sur le site Internet de la FFE, comme « **Un couple sain pour un sport propre** » ou « **Guide de bonnes pratiques à l'écurie.** »

À retenir

- LES PRINCIPALES FAMILLES D'ALIMENTS SONT LES FOURRAGES ET LES CONCENTRÉS.
- LES CMV SONT DES COMPLÉMENTS MINÉRAUX ET VITAMINIQUES.
- LES PRINCIPAUX ALIMENTS À ÉVITER SONT LES ALIMENTS DANGEREUX, LES PLANTES TOXIQUES ET LES ALIMENTS DOPANTS.
- LES PLANTES TOXIQUES LES PLUS COURANTES SONT : LAURIER ROSE, LIERRE, MILLEPERTUIS, BUIS, COLCHIQUES, THUYA, IF, DATURA, COQUELICOTS ET CYTISE.



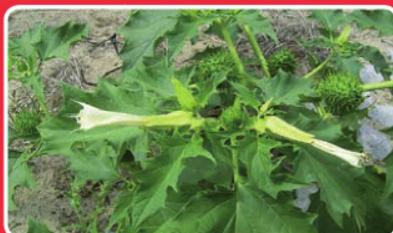
MILLEPERTUIS



BUIS



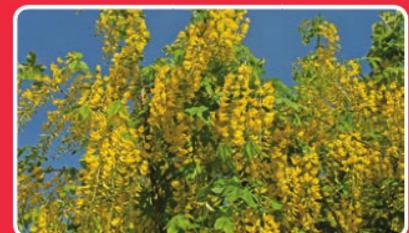
COLCHIQUES



DATURA



COQUELICOTS



CYTISE



Chaque vaccin est spécifique à la prévention d'une maladie.



Prise de température



Administration d'un vermifuge par voie buccale.



Le dentiste peut utiliser un écarteur de mâchoire pour soigner les dents.

Les soins périodiques

Un cheval a besoin de soins préventifs réguliers. En dehors de toute blessure ou problème de santé, les principaux soins nécessaires sont les vaccins, les vermifuges et les soins dentaires.



Le vétérinaire est le professionnel de la santé du cheval

► VACCINS

Les vaccins se font par injection. Le vaccin contre la grippe équine, maladie virale très contagieuse, est obligatoire dans la plupart des départements pour participer aux rassemblements de chevaux : concours, foires et salons.

Des obligations peuvent s'ajouter en cas d'épizooties.

Les vaccins contre le tétanos et la rhino-pneumonie sont recommandés.

La périodicité doit être conforme à la réglementation.

► VERMIFUGES

Les vermifuges ont une action spécifique pour détruire les parasites intestinaux. Ils s'administrent sous forme de pâte, de granulés, de poudre ou par sonde en cas d'infection très importante. La dose dépend du poids du cheval et de son mode de vie, au pré ou au boxe et de la fréquence d'administration.

► SOINS DENTAIRES

Les dents des chevaux poussent en croissance continue tout au long de leur vie à un rythme variable, selon leur régime alimentaire.

Les dents s'usent en biais et il se forme des crêtes dentaires ou surdents.

Cela peut occasionner des comportements de défense liés à la douleur quand le cheval est monté.

Cela peut aussi gêner la mastication ou blesser l'intérieur de la bouche. La conséquence est que le cheval s'alimente mal et perd de l'état. De plus, l'insuffisance de mastication peut entraîner des coliques.

Il faut faire contrôler les dents du cheval régulièrement par un dentiste équin. Le contrôle doit être au minimum annuel chez les chevaux d'âge.

Les principales normes physiologiques

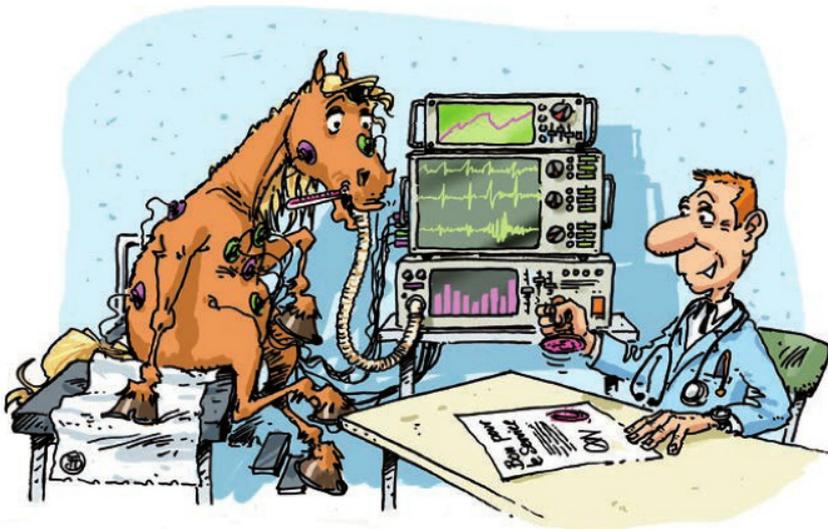
Au repos, le cheval a des normes physiologiques qui permettent de contribuer à évaluer son état de santé. Elles peuvent varier légèrement d'un individu à l'autre.

Les principales normes physiologiques chez le cheval au repos sont les suivantes :

	NORMES PHYSILOGIQUES	MODE DE CONTRÔLE
TEMPÉRATURE CORPORELLE	Entre 37°3 et 38°	Thermomètre rectal
RYTHME CARDIAQUE	De 25 à 45 pulsations par minute	Stéthoscope ou pouls
FRÉQUENCE RESPIRATOIRE	Entre 7 et 15 mouvements par minute	Stéthoscope ou naseaux

Tout écart par rapport aux normes physiologiques est un indicateur à prendre au sérieux. Il doit alerter sur la santé du cheval.

En compétition d'endurance et de TREC, on considère que la récupération du cheval est bonne s'il a un rythme cardiaque de 64 pulsations / minute maximum un quart d'heure après l'effort.



Vaccins et vermifuges ont des protocoles d'utilisation qui conditionnent leur efficacité. Cela va de la manière de les appliquer à la périodicité des traitements et des rappels. Le vétérinaire valide les vaccinations en apposant dans le document d'identification l'étiquette des vaccins administrés, la date, son tampon et sa signature. La périodicité des rappels de vaccin est précisée dans les règlements pour les chevaux qui font de la compétition.



Certains chevaux conservent de petites dents de lait non tombées lors de la croissance. Ces dents situées devant les molaires sont appelées dents de loup ou de cochon. Elles provoquent une gêne au contact du mors lors des tournants. Il faut les faire retirer.

Les tics sont des comportements répétitifs, signes de mal-être ou de mauvaises habitudes du cheval. Dans le tic à l'ours, il se balance de droite à gauche. Dans le tic à l'appui, il appuie ses dents sur un support fixe en avalant de l'air.

Le tic et la tique

La tique est un parasite courant des animaux domestiques. Elle n'a rien à voir avec un tic.

À retenir

- ➔ LES PRINCIPAUX SOINS PÉRIODIQUES SONT LES VACCINS, LES VERMIFUGES ET LES SOINS DENTAIRES.
- ➔ LES NORMES PHYSILOGIQUES D'UN CHEVAL AU REPOS SONT :
 - ▶ TEMPÉRATURE CORPORELLE DE 37°3 À 38°
 - ▶ RYTHME CARDIAQUE DE 25 À 45 PULSATIONS PAR MINUTE.
 - ▶ FRÉQUENCE RESPIRATOIRE DE 7 À 15 MOUVEMENTS PAR MINUTE.



Les maladies les plus courantes chez le cheval sont :

- ▶ les **coliques**, agitation ou prostration dues à des douleurs digestives,
- ▶ la **boiterie**, irrégularité de la locomotion due à des douleurs ou blessures,
- ▶ la **toux**, le **rhume**, le **jetage** résultant de problèmes respiratoires,
- ▶ le **coup de sang** qui provoque sudation, prostration, contraction de tout le corps et difficulté à uriner.



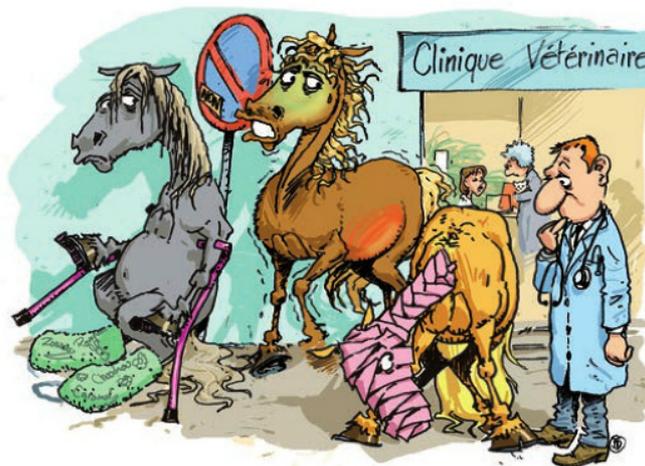
Un cheval en coliques a tendance à se coucher et à se rouler.

À retenir

- ➔ LES PRINCIPAUX SIGNES PHYSIOLOGIQUES INQUIÉTANTS SONT LES ÉCOULEMENTS ANORMAUX, L'HYPERSENSIBILITÉ DES MEMBRES, LES PROBLÈMES D'EXCRÉTION, LES BLESSURES ET LES PERTURBATIONS DE L'ÉTAT GÉNÉRAL.
- ➔ LES PRINCIPAUX CHANGEMENTS DE COMPORTEMENT QUI DOIVENT ALERTER SONT L'ABATTEMENT, LA SUREXCITATION ET LE CHANGEMENT DU COMPORTEMENT ALIMENTAIRE.
- ➔ LES PROBLÈMES DE SANTÉ LES PLUS COURANTS CHEZ LES CHEVAUX SONT LES COLIQUES, LES BOITIERIES, LES PROBLÈMES RESPIRATOIRES ET LES COUPS DE SANG.

Les signes de maladie

Les principaux signes de maladie sont des symptômes physiologiques anormaux et des modifications du comportement habituel.



Il faut observer chaque cheval pour connaître ses normes et son comportement habituels.

Dès qu'on remarque un changement significatif ou une anomalie, il faut alerter le responsable des écuries.

▶ SYMPTÔMES PHYSIOLOGIQUES

- ▶ **Écoulements anormaux** : le cheval a les yeux gonflés, qui coulent ou fermés, les naseaux ou les gencives enflés, avec un écoulement nasal ou jetage.
- ▶ **Hypersensibilité des membres** : les membres sont anormalement chauds, gonflés, douloureux. Le cheval est raide, boîte et se déplace avec difficulté.
- ▶ **Problèmes d'excrétion** : les crottins sont mous, secs, malodorants ou absents. Le cheval urine trop, trop peu ou se campe en urinant avec difficulté.
- ▶ **Blessures** : le cheval présente des plaies, atteintes, croûtes ou boutons.
- ▶ **Problèmes respiratoires** : le cheval émet des sons tels que grognements ou râles. Sa respiration est bruyante et saccadée. Il tousse.
- ▶ **État général** :
 - Le cheval maigrit ou prend beaucoup de poids.
 - Il a le poil terne ou il perd ses poils.
 - Il transpire à l'excès ou il tremble.

▶ MODIFICATIONS DU COMPORTEMENT

- ▶ **Abattement** : apathique, prostré, sans énergie, le cheval reste immobile et semble se désintéresser de tout.
- ▶ **Surexcitation** : agité, ne tenant pas en place, le cheval tourne dans son boxe, met sa litière en désordre, gratte du pied, se roule, se regarde les flancs, se couche et se relève fréquemment.
- ▶ **Comportement alimentaire** : le cheval cesse, partiellement ou totalement, de manger ou de boire.



3

S'occuper du cheval

LE CHAPITRE MONTRE COMMENT METTRE ET ENLEVER DES PROTECTIONS DE TRAVAIL, DE TRANSPORT OU D'ÉCURIE.

IL EXPLIQUE COMMENT INSPECTER ET SOIGNER LES MEMBRES, AVANT ET APRÈS LE TRAVAIL.

Mettre et enlever des protections	28
Mettre et enlever couverture ou chemise	31
Inspecter et soigner les membres	32

Mettre et enlever des protections

Les membres sont spécialement exposés et leur intégrité est essentielle. C'est la raison pour laquelle on met des protections de travail ou de transport.

Les protections sont souples ou rigides, en textile, en cuir ou en matières synthétiques. Les protections des membres se ferment à l'extérieur par des boucles ou des bandes agrippantes, toujours de l'avant vers l'arrière « dans le sens du vent. » Elles doivent être ajustées pour bien tenir, mais sans serrer. Elles s'enlèvent en défaisant les fermetures.

Il faut éviter de surprendre le cheval en les mettant et en les enlevant. Il faut veiller à ce qu'elles soient propres et à ce que le cheval soit propre avant de les mettre pour éviter toute blessure, notamment par frottement de sable.

► METTRE ET ENLEVER DES GUÊTRES



Les guêtres antérieures et postérieures protègent les canons, les tendons et les boulets. Elles peuvent être ouvertes à l'avant et ne protéger que les tendons ou être complètement enveloppantes. Dans ce cas, on dit qu'elles sont fermées.

Il faut veiller à les positionner pour qu'elles se calent sur le boulet sans descendre plus bas au cours du travail.

Elles se retirent avec précaution en défaisant les fermetures.

► METTRE ET ENLEVER DES PROTÈGE-BOULETS



Les protège-boulets permettent d'éviter les coups sur les boulets. Ils se mettent seulement sur les postérieurs.

Ils se positionnent au milieu du canon.

Ensuite, on les fait glisser jusqu'au boulet. Puis on vérifie qu'ils ne sont pas trop serrés.

Ils se retirent avec précaution en défaisant les fermetures.

► **METTRE DES CLOCHES**



Les cloches se mettent le plus souvent aux antérieurs mais aussi aux postérieurs pour le travail et le transport. Elles permettent de protéger couronne et sabot.

Il existe un modèle totalement fermé qui est élastique. Il faut retourner la cloche, prendre l'antérieur, passer l'anneau autour du paturon, puis la remettre dans le bon sens pour qu'elle recouvre le pied.

Il existe un modèle avec fermeture. On place la cloche autour du paturon et on boucle la fermeture à l'extérieur et vers l'arrière, puis on la descend sur le sabot.

► **ENLEVER DES CLOCHES**



Les cloches s'enlèvent avec précaution. On retire les cloches à fermeture en les ouvrant. Les cloches fermées se retirent en prenant le pied, puis en faisant glisser la cloche sur le sabot avec les 2 mains en s'appuyant si besoin sur son genou.

On les remet dans le bon sens pour les ranger par paires.



- Il faut mettre des bottes ou des boots pour se protéger les pieds.
- Il faut toujours se tenir sur ses pieds pour se déplacer si le cheval bouge.
- On peut mettre des gants pour s'occuper des pieds.



Guêtre ouverte



Guêtre fermée



Guêtres, protège-boulets et cloches ont des tailles variables qui permettent de choisir des protections adaptées à la morphologie de chaque cheval.



1

La protection est présentée derrière le membre...



2

...puis on ferme la fixation centrale, avant de fermer celle du bas.



3

Celle du haut se ferme en dernier.



Les protections des antérieurs sont moins hautes que celles des postérieurs.

► PROTECTIONS DE TRANSPORT

Les principales protections de transport couvrent les membres. S'y ajoutent les protections de nuque, et de queue.

METTRE ET ENLEVER LES PROTECTIONS DES MEMBRES

Les protections des antérieurs vont des genoux aux glomes, celles des postérieurs des jarrets aux glomes. On reconnaît les protections des antérieurs parce qu'elles sont moins hautes que celles des postérieurs.

On présente la protection devant le membre. On fixe la fermeture du milieu puis on ferme jusqu'au pied. On ferme les fixations du haut en dernier, quand le cheval est sorti de l'écurie et prêt à embarquer. Comme la protection engonce le cheval qui peut avoir un mouvement réflexe pour se dégager de ce qu'il perçoit comme une gêne, il faut être très vigilant tant qu'il n'est pas habitué.

Les protections des membres s'enlèvent en dé faisant les fermetures de haut en bas.

METTRE ET ENLEVER LE PROTÈGE-QUEUE



Le protège-queue se positionne à la base de la queue en enveloppant soigneusement les crins. Ensuite, on passe les attaches sous la queue et on les fixe de haut en bas. Faire l'inverse pour l'enlever.

► ENSUITE

Une fois les protections enlevées, il faut vérifier les membres. En cas d'atteintes ou d'irritations visibles, prévenir le responsable des écuries.

Toutes les protections sont à nettoyer et à faire sécher après usage avant de les ranger.

À retenir

- ➔ IL FAUT VEILLER À CE QUE LES PROTECTIONS SOIENT PROPRES AVANT DE LES METTRE À UN CHEVAL PANSÉ.
- ➔ ELLES SE FERMENT VERS L'ARRIÈRE.
- ➔ ON FERME DANS L'ORDRE LA FIXATION DU MILIEU, PUIS CELLE DU BAS ET ON FINIT PAR CELLE DU HAUT.
- ➔ ELLES SE MANIPULENT AVEC PRÉCAUTION SANS SURPRENDRE LE CHEVAL.
- ➔ ELLES DOIVENT ÊTRE AJUSTÉES SANS COMPRIMER.
- ➔ LES PROTECTIONS DES ANTÉRIEURS SONT MOINS HAUTES QUE CELLES DES POSTÉRIEURS.

Mettre et enlever une couverture ou une chemise

METTRE UNE COUVERTURE OU UNE CHEMISE



1 Se placer à gauche en veillant à ne pas surprendre le cheval. Poser la couverture pliée en 3 sur le milieu du dos du cheval.



2 Déplier la couverture sur le dos du cheval, vers l'avant, puis vers l'arrière. Vérifier qu'elle est bien en place avec la couture du milieu sur la ligne du dos.



3 Attacher les boucles ou les passants en commençant par l'avant.



4 Fixer les sangles sous le ventre en les croisant.



5 Terminer en attachant les fixations sous les cuisses et éventuellement sous la queue.

ENLEVER UNE COUVERTURE OU UNE CHEMISE



6 Défaire les boucles de l'arrière vers l'avant. Replier l'arrière de la couverture sur le dos du cheval.



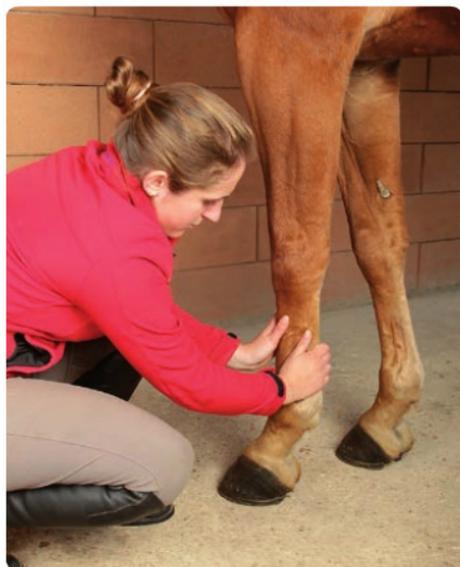
7 Replier l'avant de la couverture sur le dos du cheval.



8 Prendre la couverture pliée et la ranger.

À retenir

- ➔ VEILLER À NE PAS SURPRENDRE LE CHEVAL ET À ÉVITER LES GESTES BRUSQUES.
- ➔ VÉRIFIER QUE LA COUTURE EST BIEN AU MILIEU DU DOS.
- ➔ LA FERMETURE AVANT SE FERME EN PREMIER ET S'ENLÈVE EN DERNIER.
- ➔ FERMER LES SOUS-CUISSSES AVANT DE FIXER LES SANGLES SOUS LE VENTRE EN LES CROISANT.
- ➔ AJUSTER LES SANGLES SANS LES SERRER.
- ➔ ENLEVER LA COUVERTURE OU LA CHEMISE EN DÉFAISANT LES FIXATIONS DE L'ARRIÈRE VERS L'AVANT.



Inspection des tendons, à la recherche de chaleurs ou d'engorgements



Inspection des sabots, à la recherche de chaleurs.

Inspecter et soigner les membres

Les membres peuvent subir des atteintes au cours des activités pratiquées et lors des déplacements. Il est nécessaire de les inspecter avant et après le travail, avant et après le transport.

► INSPECTER

L'inspection des membres commence par la vérification qu'il n'y a ni blessure, ni écorchure sur les membres.

Ensuite, on passe les mains sur les tendons pour vérifier qu'il n'y a ni chaleur anormale, ni engorgement suspect.

Puis on vérifie que le sabot ne présente pas de chaleur anormale et que les fers, s'il y en a, sont bien fixés.

► SOIGNER

On brosse les membres et on cure les pieds avant et après le travail.

Après le travail, il faut doucher les membres s'ils sont couverts de boue ou de sable pour bien les nettoyer ou si les tendons ont besoin d'être refroidis et massés. La douche des membres de bas en haut active la circulation sanguine et favorise l'élimination des toxines. Cela facilite la récupération et prévient des affections comme engorgement ou tendinite.

Si on détecte une atteinte, un saignement, il faut prévenir le responsable de l'écurie qui jugera s'il faut appeler le vétérinaire.

Les plaies peu profondes et peu étendues se soignent de la manière suivante :

- 1 se laver soigneusement les mains .
- 2 nettoyer la plaie à l'eau puis projeter un spray ou passer une compresse stérile imbibée d'un produit désinfectant sans alcool.
- 3 terminer éventuellement avec une pommade cicatrisante.

Lexique

ATTEINTE : petite blessure sur un membre.

ENGORGEMENT : accumulation de sécrétions dans un tissu ou un organe. Chez le cheval, le mot s'utilise pour un membre gonflé.

À retenir

- L'INSPECTION DES MEMBRES SE FAIT AVANT D'ALLER MONTER, LORS DU PANSAGE, ET APRÈS LE TRAVAIL.
- IL FAUT VÉRIFIER QU'IL N'Y A NI ATTEINTE, NI ENGORGEMENT NI CHALEUR .
- S'IL Y EN A, IL FAUT PRÉVENIR LE RESPONSABLE DE L'ÉCURIE.
- LES PLAIES SE SOIGNENT EN LES NETTOYANT AVEC DES MAINS PROPRES, PUIS EN LES DÉSINFECTANT AVANT DE METTRE SI BESOIN UNE POMMADE CICATRISANTE.



4

Pratique équestre à pied

LE CHAPITRE PROPOSE DE NOUVELLES SITUATIONS À PIED AVEC VOTRE CHEVAL POUR DES DÉPLACEMENTS PLUS FACILES ET POUR UNE MEILLEURE COMMUNICATION AVEC LUI.

Pratiquer à pied.....	34
Trotter en main.....	34
Faire reculer le cheval à distance et le faire venir vers soi.....	36
Franchir des passages délicats au pas.....	37
Marcher en main avec le contact.....	38
Obtenir des flexions latérales de l'encolure.....	40

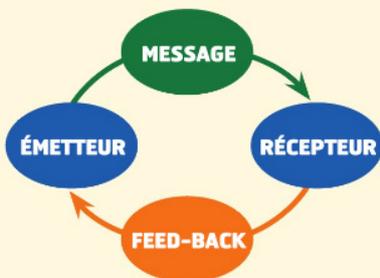
Communication

« La certitude d'avoir été compris n'existe jamais pour le cavalier qui n'est pas obéi. »

Général Decarpentry (1878-1956)
Équitation académique (1949)

La communication est bonne quand le message envoyé par un émetteur est bien reçu par le récepteur. Cela se vérifie par le message en retour du récepteur qu'on appelle feed-back.

D'où le schéma de base de la communication :



Quand on n'obtient pas la réponse souhaitée du cheval, il faut se demander si :

- ▶ la demande a été correctement exprimée
- ▶ elle est bien parvenue au cheval,
- ▶ le cheval en connaît la signification
- ▶ il est en mesure d'y donner suite.



- ▶ La tenue adéquate pour le travail à pied comporte des chaussures protectrices, bottes ou boots, et des gants. Pas d'éperons.
- ▶ Il faut veiller à ne pas risquer d'enfermer les doigts ou la main dans une boucle de longe.

Pratiquer à pied

Les exercices de manipulation à pied sont importants pour faciliter la gestion du cheval au quotidien.

Ils contribuent à une meilleure pratique à cheval.

▶ OBJECTIFS

Faire reculer le cheval, le faire venir vers soi, franchir des passages délicats... visent à développer la compréhension et la confiance cavalier cheval pour évoluer ensemble dans de bonnes conditions.

Marcher en main avec le contact ou obtenir des flexions latérales de l'encolure ont pour but de créer une bonne communication cavalier cheval et de faciliter le travail monté.

Cela exige que les demandes soient bien effectuées et bien comprises pour qu'elles soient exécutées, ce qui permet des évolutions aisées en toutes circonstances.

▶ CODES

La communication avec le cheval suppose des codes communs, clairs, bien identifiés, utilisés systématiquement, au bon moment et avec la bonne intensité.

Si le cheval connaît déjà le code et qu'il est attentif, il suffit de l'utiliser correctement pour obtenir la réponse souhaitée.

Si le cheval ne le connaît pas, il faut le lui apprendre en associant toujours le même code à la même demande. Progressivement, la plus légère indication provoque la réponse souhaitée.

▶ AIDES

Le langage corporel est essentiel. Le message passe par la tonicité ou le relâchement et l'orientation du corps, la direction du regard, les gestes...

Le cavalier les utilise pour communiquer ses demandes au cheval et il prend des renseignements en les observant chez le cheval.

Le cavalier s'aide aussi des codes sonores, paroles, sons...

Trotter en main

Faire trotter son cheval en main peut se faire avec le cheval en filet ou en licol, en se plaçant à droite ou à gauche de son épaule.

Les exemples sont donnés pour un cavalier se tenant à gauche.

DEMANDE

Le cavalier accélère à côté du cheval d'un pas énergique et communique son envie de se porter en avant à son cheval, tout en avançant sa main et en indiquant la direction vers l'avant par un contact léger sur la longe ou les rênes. Il peut s'aider d'une demande vocale incitative comme « Trotte. »



Le cavalier maintient le cheval à une distance suffisante pour faire respecter son espace personnel.



A l'intérieur de la courbe, le cavalier parcourt moins de distance que le cheval. Il doit ralentir.

LIGNES DROITES

Pour trotter en ligne droite, le cavalier court à côté du cheval en dirigeant son regard au loin vers le point qu'il veut rejoindre. Il veille à ce que le cheval maintienne un trot actif et régulier et qu'il reste à son niveau, à une distance suffisante.

COURBES LARGES

Le cavalier prend des repères et visualise le tracé souhaité. Positionné au niveau de l'épaule, il effectue des courbes en demandant au cheval d'aller à droite ou à gauche. Le cavalier fait tourner le cheval vers la gauche en se dirigeant lui-même vers la gauche, au besoin en ramenant sa main vers lui.

Pour le faire tourner vers la droite, il se dirige vers la droite, en poussant l'épaule, au besoin, en tendant son bras vers la droite.

SOLUTIONS

Le cheval ne s'active pas : recapter son attention, par exemple en effectuant quelques transitions rapprochées, avant de renouveler la demande.

Le cheval ne prend pas le trot ou ralentit : avancer de manière plus tonique et s'aider de la voix.

Au besoin, augmenter l'action de la main vers l'avant sur la longe ou les rênes. Renforcer éventuellement par l'action de la cravache ou d'un stick sur l'épaule.

Le cheval accélère et tend à dépasser son cavalier : se redresser pour lui demander de ralentir en disant « Oh ! Oh ! » et agir sur la longe ou les rênes par des actions discontinues.

Le cheval cherche à emmener le cavalier : l'arrêter en le faisant pivoter pour qu'il se retrouve face à soi.

ENSUITE

Dès que le cheval répond correctement à la demande, céder, c'est-à-dire, cesser de demander. En cas de difficulté, récompenser toute progression par une caresse ou un temps de repos.



Travail de base

La pratique à pied est un travail de base pour toutes les utilisations du cheval.

Par exemple, il faut savoir faire marcher et trotter son cheval en main pour le présenter à un vétérinaire afin de vérifier sa locomotion.

Plusieurs disciplines comportent des phases à pied.

En endurance, en randonnée, en pony-games, le cavalier est amené à marcher ou à courir à côté de son poney ou de son cheval.

Le showmanship est une discipline western de présentation de travail à pied.

À retenir

- ➔ LA PRATIQUE À PIED AMÉLIORE LA COMMUNICATION CAVALIER-CHEVAL.
- ➔ LA PREMIÈRE AIDE EST CELLE DU CORPS ASSOCIÉE OU NON À LA VOIX. VIENNENT ENSUITE LES MAINS ET ÉVENTUELLEMENT STICK OU CRAVACHE.
- ➔ LE CAVALIER DEMANDE À SON CHEVAL DE TROTTER EN SE METTANT À MARCHER ÉNERGIQUEMENT, PUIS À COURIR À CÔTÉ DE LUI.
- ➔ IL LUI DEMANDE DE TOURNER EN PRENANT LA DIRECTION SOUHAITÉE.
- ➔ LE CAVALIER DOIT RÉCOMPENSER TOUT PROGRÈS PAR DES CARESSES, DES PAROLES OU UN TEMPS DE REPOS.



Il faut que le cheval connaisse le code pour reculer à la demande.



Quand le cheval a compris, il s'avance dès qu'on lui dit « Viens »

Faire reculer le cheval à distance et le faire venir à soi

► FAIRE RECULER À DISTANCE



PRÉPARATION

Le cheval est en licol avec une longe de 3 m minimum. Il est à l'arrêt. Le cavalier est face à son cheval à environ un mètre, la longe détendue dans la main.

DEMANDE

Le cavalier capte l'attention du cheval. Il se grandit. Il tend son bras vers la tête du cheval et fait une légère oscillation horizontale avec la longe en disant « Recule. » Il le laisse reculer jusqu'à ce que la longe soit tendue.

SOLUTIONS

Le cheval ne recule pas :

Agir avec une intensité progressive si besoin pour :

- refaire la demande avec un peu plus d'intensité
- s'aider en tapant le sol avec ses pieds
- s'aider en tapant le sol avec une cravache ou un stick.
- s'avancer vers le cheval ou lui toucher l'épaule avec stick ou cravache.

► FAIRE VENIR VERS SOI

PRÉPARATION

Pour faire venir le cheval vers lui, le cavalier se place à 3 m environ devant le cheval en tenant le bout de la longe.

DEMANDE

Il capte l'attention du cheval, recule ses épaules et lui demande de venir en lui disant par exemple « Viens » et en exerçant, si besoin, une tension légère et progressive sur la longe.

SOLUTIONS

Le cheval n'avance pas : rester sur une tension constante et attendre plusieurs secondes qu'il avance.

Le cheval se bloque : se déplacer légèrement de côté pour lui demander de faire de même. Dès que le cheval lève un antérieur pour faire un pas de côté, en profiter pour le faire venir vers l'avant.

Le cheval se précipite vers le cavalier et devient envahissant : faire respecter son espace personnel et maintenir le cheval à distance.



Les chevaux n'ont pas tous la crainte des mêmes passages qui peuvent être identifiés comme délicats.

Ce qui est important, c'est que le cavalier soit attentif à l'état émotionnel de son cheval pour savoir s'il est en confiance ou s'il est inquiet.

**À retenir**

- ➔ LES POINTS CLÉ POUR FAIRE RECULER OU VENIR LE CHEVAL SONT DE COMMENCER PAR CAPTER SON ATTENTION, PUIS D'EFFECTUER LA DEMANDE AVEC ÉNERGIE, CONVICTION ET CLARTÉ.
- ➔ POUR FAIRE RECULER LE CHEVAL, LE CAVALIER SE GRANDIT, TEND UN BRAS, DIT « RECULE » ET FAIT UN LÉGER MOUVEMENT HORIZONTAL AVEC LA LONGE.
- ➔ POUR FAIRE VENIR LE CHEVAL VERS LUI, LE CAVALIER RECULE SES ÉPAULES ET DIT « VIENS. » IL PEUT EXERCER UNE LÉGÈRE TENSION SUR LA LONGE.

Franchir des passages délicats au pas

OBJECTIF

Certains passages, flaques d'eau, bâches, ponts de van ou de camion, gués, passerelles... sont parfois délicats à franchir pour certains chevaux, notamment les jeunes.

Apprendre à gérer ces franchissements développe la capacité du cavalier à percevoir les émotions du cheval pour anticiper ses réactions, apprendre à les gérer et lui donner confiance. Cela participe à la sécurité du cavalier.

PRÉPARATION

Le cheval est tenu en longe ou en licol. Dès qu'une crainte a été identifiée, prendre le temps de montrer au cheval ce qui l'inquiète en lui parlant d'une voix rassurante.

DEMANDE

Le cavalier se dirige avec précision vers le passage délicat. Il met en confiance le cheval en lui parlant pour le rassurer.

À retenir

- ➔ FACE À UN PASSAGE SUPPOSÉ DÉLICAT, LE CAVALIER EST TRÈS ATTENTIF AUX ÉMOTIONS DE SON CHEVAL.
- ➔ IL LUI TRANSMET SA CONFIANCE EN SE DIRIGEANT LUI-MÊME D'UN PAS DÉCIDÉ VERS LE CENTRE DU PASSAGE À FRANCHIR.
- ➔ IL PEUT L'ENCOURAGER PAR LA VOIX OU EN LE CARESSANT.



Cravache et stick

Le cheval ne doit pas avoir peur de la cravache ni du stick qui sont des aides et non des châtiments.

Pour cela, il faut l'habituer à être touché et caressé par la cravache.

Il faut ensuite utiliser la cravache, exactement au moment voulu, comme indicateur pour désigner une direction, un mouvement...

Revenir à l'étape précédente d'habituation si besoin.

Quand la cravache renforce l'indication de la jambe, l'utiliser en association immédiate pour que le cheval fasse bien le lien.

.....

SOLUTIONS

Le cheval se bloque :

- ▶ Le remettre en confiance
- ▶ Le laisser tendre son encolure, voire flairer l'objet ou le sol.
- ▶ Passer devant lui.
- ▶ Lui faire suivre un autre cheval.

Le cheval cherche à éviter le passage :

- ▶ L'empêcher d'aller de côté ou de faire demi-tour en l'immobilisant face au passage.
- ▶ Si besoin, lui faire faire demi-tour et le représenter en lui donnant confiance par la voix.

Face aux blocages, revenir au plus simple pour recommencer la progression depuis le point où cela se passait bien.

Demander pas à pas et récompenser tout essai dans la bonne direction.

ENSUITE

Quand le cheval a franchi la difficulté, le récompenser par une caresse ou un temps de repos.

Marcher en main avec le contact

OBJECTIF

Cet exercice permet au cavalier d'améliorer la disponibilité du cheval et d'affiner la qualité du contact qu'il entretient avec lui par l'intermédiaire des rênes.

L'exercice peut se faire en se plaçant à droite ou à gauche. Les exemples sont donnés pour un cavalier se tenant à gauche.



PRÉPARATION

Les rênes sont posées sur l'encolure du cheval.

Le cavalier se positionne au niveau de l'épaule de son cheval.

La rêne gauche est tenue dans la main gauche à une trentaine de centimètres du mors.

La rêne droite est tenue dans la main droite, à gauche de l'encolure en la faisant passer devant le garrot.

La cravache est tenue le long de l'épaule du cheval.

Le cheval est arrêté, l'encolure et la tête droites.

DEMANDE

Le cavalier prend un contact léger. Par l'ordre vocal « Marche », il demande à son cheval de prendre le pas et il se met lui-même en mouvement. Il marche à côté de son cheval, près de lui, à la hauteur ou légèrement en avant de son épaule.

Pour accélérer ou augmenter l'activité, le cavalier fait un appel de langue, si besoin suivi d'une indication de la cravache.

Pour ralentir ou arrêter son cheval, le cavalier recule ses épaules et, si besoin, augmente la tension des rênes en fermant ses doigts sur les rênes ajustées.

Le cavalier doit pouvoir ralentir ou s'arrêter à tout moment et où il le souhaite ainsi que partir au pas de l'arrêt ou accélérer le pas.

SOLUTIONS

Le cheval ne part pas franchement au pas : faire un appel de langue, renforcé le cas échéant par un tapotement de la cravache sur l'épaule du cheval.

Le cheval accélère et le cavalier perd le contrôle : lâcher la rêne droite. Ramener la tête du cheval vers soi pour faire pivoter les hanches à l'extérieur, ce qui éloigne les postérieurs. La maîtrise de cet arrêt d'urgence est indispensable, afin de pouvoir assurer sa sécurité en toute circonstance.



Dico Cheval

Les mots clé pour faire des demandes au cheval sont choisis en fonction de leurs sonorités et associés à des intonations.

Liste des plus courants :

ACCÉLÉRER :

Appel de langue

FAIRE VENIR :

« Viens » avec intonation incitative

MARCHER :

« Marche » avec intonation montante

RALENTIR :

« Oh ! Oh ! » avec intonation descendante

RECULER :

« Recule » avec intonation montante

TROTTER :

« Trotte » avec intonation montante.

À retenir

- ➔ LE CAVALIER DEMANDE À SON CHEVAL DE MARCHER EN MAIN EN SE METTANT EN MOUVEMENT DE MANIÈRE DYNAMIQUE ET EN DISANT « MARCHÉ. »
- ➔ IL GARDE SES RÊNES AJUSTÉES, EN CONTACT PERMANENT ET LÉGER AVEC LA BOUCHE DU CHEVAL.
- ➔ IL SE SERT D'UN APPEL DE LANGUE ET D'UNE INDICATION DE LA CRAVACHE POUR ACCÉLÉRER.
- ➔ IL RECULE SES ÉPAULES ET SI BESOIN AGIT SUR SES RÊNES POUR RALENTIR.



Obtenir des flexions latérales de l'encolure

OBJECTIFS

Cet exercice d'étirement de l'encolure est un assouplissement pour le cheval.

Le cavalier peut s'en servir pour capter l'attention de son cheval et pour le décontracter.

Il développe la dextérité du cavalier et sa sensibilité en lui faisant percevoir les réponses du cheval : cessions ou résistances.

PRÉPARATION

Cet exercice se fait de manière symétrique, autant à gauche qu'à droite du cheval.

Le cheval est en licol ou en filet. La flexion latérale est demandée à l'arrêt, du côté où se trouve le cavalier.

DEMANDE

Pour obtenir une flexion du côté où l'on se trouve, ramener la tête du cheval vers ses flancs.

Quand le cheval accepte de fléchir son encolure en suivant la main et qu'il se relâche, céder.

SOLUTIONS

Le cheval ne tourne pas la tête : redemander avec davantage d'insistance et des actions discontinues de vibration sur la longe ou les rênes.

Le cheval ne poursuit pas sa flexion et bloque son encolure : recommencer jusqu'à ce qu'il aille plus loin. Lui demander une flexion légère et progressive.

Le cheval recule : l'arrêter et refaire la demande.

Le cheval raidit son encolure et déplace ses hanches : continuer à agir sur la longe ou la rêne et mettre l'autre main au creux de l'encolure pour aider le cheval à s'arrondir autour.



La longueur de la longe doit correspondre à la position finale souhaitée.

Sur une longe trop longue, on ne peut pas finir le mouvement.

Lexique

La **flexion latérale de l'encolure** est le fait de faire fléchir son encolure au cheval en direction de ses flancs avec plus ou moins d'amplitude.

À retenir

- ➔ LA FLEXION S'OBTIENT EN RACCOURCISSANT LA LONGE OU LA RÊNE DU CÔTÉ OÙ L'ON SE TROUVE.
- ➔ LA LONGE OU LA RÊNE EST TENUE ASSEZ COURTE POUR QUE LE MOUVEMENT PUISSE S'EFFECTUER COMPLÈTEMENT.
- ➔ L'EXERCICE SE FAIT DE MANIÈRE SYMÉTRIQUE.



5

Pratique équestre à cheval

LE CHAPITRE EXPLIQUE COMMENT BIEN COMMUNIQUER AVEC SON CHEVAL : CONTACT, ÉQUILIBRE, COURBES AVEC PLI INTÉRIEUR, CONTRÔLE DE LA VITESSE. IL PRÉCISE L'UTILISATION DES AIDES ET RAPPELLE LES CLÉS DE LA BONNE POSTURE. IL SE CONCLUT SUR L'ENCHAÎNEMENT D'UN PARCOURS D'OBSTACLES.

Bien communiquer avec son cheval	42
Le contact	44
Diriger sur des courbes avec un pli intérieur	46
Contrôler la vitesse	47
Premières notions sur l'équilibre du cheval	50
Combiner ses aides	50
Conserver une bonne posture dans des situations de déséquilibre	54
Enchaîner un parcours de sauts isolés	58



Schéma corporel

La représentation mentale qu'une personne a de son corps est appelée le schéma corporel. Elle lui permet de bien identifier les différentes parties de son corps dans l'espace.

Bien communiquer avec son cheval



La bonne communication entre cavalier et cheval est un des secrets du plaisir de l'équitation.

Cela suppose :

- ▶ Une bonne écoute de ses sensations
- ▶ Une bonne attention aux réponses de son cheval
- ▶ Une bonne maîtrise des codes de communication cavalier-cheval.

Comprendre ne suffit pas. Il faut que le cavalier ressente la locomotion de son cheval : mouvements, rythme, équilibre...

Cela est conditionné par une bonne posture et une bonne assiette qui permettent d'être à l'écoute de son cheval et précis dans ses demandes.

▶ PRENDRE DES INFORMATIONS

Les informations prises concernent à la fois :

- ▶ la perception que nous avons de notre corps,
- ▶ celle que nous avons de notre cheval,
- ▶ et celles qui concernent l'environnement.

Elles nous permettent de nous repérer dans l'espace, de maintenir notre équilibre et d'ajuster notre comportement.

Elles nous sont transmises par nos récepteurs sensitifs :

- ▶ les récepteurs externes qui regroupent les 5 sens,
- ▶ les récepteurs internes qui créent nos sensations.



Être à l'écoute de son cheval permet une bonne communication avec lui.

► LES SENS

Chacun connaît le rôle des 5 sens. Quelques précisions.

LA VUE

Elle permet au cavalier d'évaluer la vitesse de son déplacement dans l'espace par référence aux repères fixes de l'environnement.

L'OUÏE

Elle aide le cavalier à percevoir le rythme et la vitesse à chaque allure.

Elle lui permet de percevoir les éventuelles perturbations extérieures.

LE TOUCHER

Il permet au cavalier de ressentir la locomotion et les réactions du cheval par le contact de ses aides naturelles, mains, assiette et jambes.

► LES SENSATIONS

Des récepteurs internes localisés dans les muscles, les tendons et les articulations informent le cerveau de la position de notre corps dans l'espace, lors de chaque mouvement.

Ils détectent les changements de position du corps et assurent le maintien de l'équilibre.

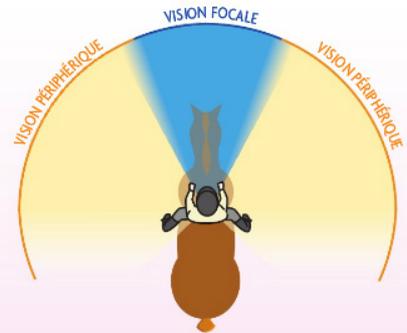
Nos récepteurs internes nous permettent de savoir, par exemple, que notre main est fermée ou notre talon descendu, même si on ne les voit pas.

► RÔLE ESSENTIEL DE L'ASSIETTE

Une bonne assiette :

- ▶ aide à demeurer maître de son équilibre en toutes circonstances, quelles que soient les réactions du cheval.
- ▶ conditionne la fixité des mains et des jambes qui permet au cavalier de faire intervenir ses aides avec aisance, justesse et opportunité.
- ▶ renseigne le cavalier sur la locomotion de son cheval et le rythme des allures.
- ▶ libère au maximum de tout ce qui peut interférer : contractions inutiles, mouvements parasites, préoccupations liées à sa propre stabilité...
- ▶ apporte également un confort important au cheval en donnant du liant et de la souplesse.

Une bonne assiette est une des conditions pour obtenir un bon contact.



Vision du cavalier

La vision focale sert à identifier des objets et la direction suivie. Elle influe sur l'orientation du corps par rapport à l'objectif visuel à atteindre.

La vision périphérique informe le cavalier sur sa position et les mouvements de son corps dans l'espace. Elle contribue au maintien de son équilibre en mouvement.

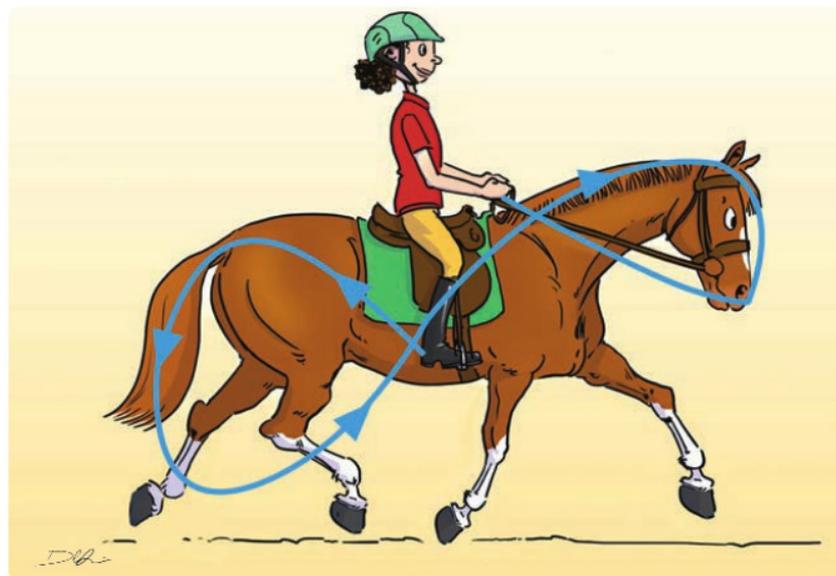
À retenir

- ➔ UNE BONNE POSTURE ET UNE BONNE ASSIETTE SONT NÉCESSAIRES POUR BIEN COMMUNIQUER AVEC SON CHEVAL.
- ➔ LA VISION FOCALE EST CENTRÉE SUR L'OBJECTIF. LA VISION PÉRIPHÉRIQUE INFORME SUR L'ENVIRONNEMENT.
- ➔ LA PRISE D'INFORMATION SE FAIT PAR LES RÉCEPTEURS EXTERNES, LES 5 SENS, ET PAR LES RÉCEPTEURS INTERNES, LA PERCEPTION QUE L'ON A DE SON CORPS.
- ➔ LES INFORMATIONS PRISES PAR LE CAVALIER PORTENT À LA FOIS SUR SON PROPRE CORPS, SUR SON CHEVAL ET SUR L'ENVIRONNEMENT.



Le contact est bon, la rêne est tendue et le mors ne tire pas sur la commissure des lèvres.

Le contact



Le contact est le résultat de la locomotion du cheval récupérée par les aides du cavalier.

- 1 Le cavalier demande au cheval une poussée des postérieurs.
- 2 Elle se transmet par le dos et la nuque du cheval.
- 3 Le cavalier la reçoit dans ses mains par la tension mesurée de ses rênes, les mains accompagnant doucement les mouvements de l'encolure du cheval.

Quelle que soit l'allure, la tension ressentie par le cheval au niveau du mors doit être mesurée, égale et régulière.

Le bon contact est donc à la fois franc et léger.

Lorsque le contact est de bonne qualité, le cheval est réceptif aux actions de la main du cavalier.

Lexique

FIXITÉ

En matière d'équitation, la fixité est relative. Fixité ne veut pas dire immobilité mais fixe par rapport à un mouvement, c'est-à-dire accompagnant ce mouvement.

Une main fixe est une main qui sait conserver un contact égal, quels que soient les mouvements de tête du cheval.

Chez le cavalier, c'est l'absence de tout mouvement involontaire ou inutile, sans raideur.

Chez le cheval, c'est l'absence de toute instabilité de l'avant-main, notamment encolure et tête.

► CE QUI PERMET D'OBSERVER QUE LE CONTACT EST DE BONNE QUALITÉ

Pour apprécier la qualité du contact, il faut regarder le cheval dans son ensemble, notamment sa tête et son encolure ainsi que les aides du cavalier.

- Le cheval se propulse franchement dans une attitude stable et dans des allures régulières.
- Les mains sont basses et restent fixes par rapport à la bouche, sans mouvement involontaire ou inutile.
- Les deux rênes sont tendues et de la même longueur. Le contact est symétrique et permanent.
- Le cheval est réceptif aux actions de la main du cavalier.

Lorsque toutes ces conditions sont réunies, la ligne du dessus du cheval peut prendre une orientation arrondie vers le bas, on parle alors de cheval rond. Dans une relation stable et confiante, le cheval est sur la main.

► CE QUI PERMET D'OBSERVER QUE LE CONTACT EST DE MAUVAISE QUALITÉ

- ▶ Les rênes sont inégalement tendues.
- ▶ Le contact est irrégulier. On observe des à-coups sur les rênes.
- ▶ L'encolure du cheval est tordue.
- ▶ Le cheval bascule la tête de côté.
- ▶ Le cheval lâche la main ou tire.
- ▶ Le cheval grince des dents.
- ▶ Le cheval fait des mouvements de tête de bas en haut, on dit qu'il **bat à la main ou encense**.
- ▶ Le cheval enroule son encolure et amène sa tête vers le poitrail, on dit qu'il **s'encapuchonne ou s'enferme**. Si en plus il ne tend plus les rênes, on dit qu'il **lâche la main**.
- ▶ Le cheval durcit la bouche, il pèse sur son avant-main et dans les bras du cavalier, on dit qu'il **s'appuie sur le mors**.
- ▶ Le cheval résiste en relevant la tête, la bouche du cheval est plus haut que les mains du cavalier, il creuse la base de l'encolure, on dit qu'il est **au-dessus de la main**. En général, il se contracte exagérément en durcissant le dos. On dit qu'il **se creuse**.
- ▶ Le cheval lutte ou résiste contre le mors, on dit qu'il est **contre la main**.

► COMMENT VÉRIFIER LA QUALITÉ DU CONTACT

Le cavalier peut vérifier à volonté et dans les trois allures la qualité du contact qu'il a avec la bouche de son cheval. Il doit pouvoir nuancer l'intensité du contact par exemple laisser filer progressivement les rênes, ou avancer les mains jusqu'à rompre le contact.

- 1** Le cavalier laisse allonger progressivement ses rênes, le cheval ne change pas sa vitesse, mais il change son attitude en se dépliant vers l'avant et vers le bas, le bout de son nez reste en avant de la verticale. Cet exercice permet notamment d'étirer le dos du cheval.
- 2** Le cavalier avance les mains et rompt le contact, le cheval ne change pas d'attitude, il maintient son équilibre et sa vitesse.

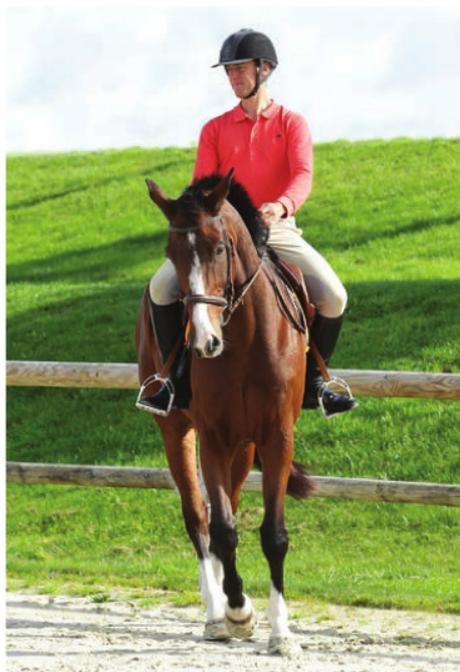
Il faut revenir progressivement au contact initial après avoir réalisé ces deux exercices. Il vaut mieux commencer par s'entraîner à les réaliser et au maniement des rênes dans des allures lentes.

Le cheval craint autant les excès que les à-coups de contact. Il peut aussi s'inquiéter de l'absence de contact.

À retenir

- ➔ LE CONTACT EST LE RÉSULTAT DE LA LOCOMOTION DU CHEVAL RÉCUPÉRÉE PAR LES AIDES DU CAVALIER.
- ➔ LE BON CONTACT EST À LA FOIS FRANC ET LÉGER.
- ➔ UN CONTACT DE BONNE QUALITÉ COMPORTE 4 OBSERVABLES : LA BONNE PROPULSION DU CHEVAL, LA FIXITÉ DES MAINS, LES RÊNES TENDUES ET SYMÉTRIQUES, LA RÉCEPTIVITÉ DU CHEVAL.
- ➔ ON VÉRIFIE LA QUALITÉ DU CONTACT, SOIT EN ALLONGEANT SES RÊNES PROGRESSIVEMENT ET QUE LE CHEVAL CHANGE SON ATTITUDE, SANS CHANGER SA VITESSE, SOIT EN AVANÇANT LES MAINS ET EN ROMPANT LE CONTACT SANS QUE LE CHEVAL CHANGE ATTITUDE, ÉQUILIBRE NI VITESSE.
- ➔ LA FIXITÉ DE LA MAIN EST RELATIVE. LA MAIN FIXE ACCOMPAGNE LE MOUVEMENT DU CHEVAL.





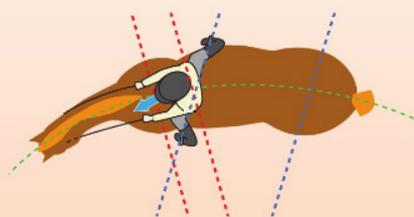
Sur une courbe, le cheval et le cavalier regardent dans la direction où ils vont.



Le cheval droit

Un cheval est « droit » quand l'ensemble de son corps s'inscrit sur la ligne du tracé qu'il suit.

S'il marche en ligne droite, il doit être entièrement dans l'axe de cette ligne, de la croupe à la tête.



L'incurvation à gauche

S'il marche sur une courbe ou un cercle, et que la ligne de son dos épouse la courbure de son tracé, on parle d'incurvation.

Diriger sur des courbes avec un pli intérieur

▶ LE PLI INTÉRIEUR



Le pli à droite



Le pli à gauche

Le pli de l'encolure est la flexion plus ou moins marquée de l'encolure correspondant à la direction de la courbe suivie, la tête du cheval s'orientant dans la direction où l'on va, pli à droite quand on tourne à droite, pli à gauche quand on tourne à gauche. Le pli intérieur est limité à une flexion de l'encolure.

▶ DIRIGER SUR DES COURBES

LA PRÉPARATION

Que le cavalier soit assis dans sa selle, en équilibre ou au trot enlevé, il maintient son cheval actif et mobilise ses aides si besoin pour conserver une allure régulière sur les courbes.

LA DEMANDE

Il grandit le haut du corps, oriente son regard, puis ses épaules, dans la direction où il veut aller et il reste souple dans ses articulations, hanches, genoux, chevilles.

Les mains amènent le couloir des rênes dans la direction souhaitée. Elles conduisent le cheval sur la courbe. De ce fait, la rêne extérieure vient s'appuyer sur l'encolure et la rêne intérieure se trouve légèrement écartée de l'encolure. Ainsi, la main extérieure contrôle les épaules et la main intérieure indique un léger pli intérieur.

Le tournant peut ralentir le cheval. Le cavalier veille à conserver la même vitesse. Il entretient le mouvement avec son assiette et agit avec ses jambes.

Tout au long de l'exercice, le haut du corps, les mains ou les jambes, interviennent si besoin pour ajuster la vitesse et la courbe.

ENSUITE

A la sortie de la courbe, pour remettre son cheval droit, le cavalier replace ses épaules et ses mains dans l'axe à suivre.

À retenir

- ▶ LE PLI INTÉRIEUR EST UNE LÉGÈRE FLEXION DE L'ENCOLURE DU CÔTÉ OÙ L'ON TOURNE.
- ▶ IL S'OBTIENT EN AMENANT LE COULOIR DES RÊNES DANS LA DIRECTION SOUHAITÉE.
- ▶ LE CHEVAL DOIT ÊTRE ACTIF AVANT, PENDANT ET APRÈS LA DEMANDE.

Contrôler la vitesse

ÊTRE CAPABLE DE CONTRÔLER LA VITESSE EST ESSENTIEL. ON PEUT PASSER D'UNE ALLURE À L'AUTRE. ON PEUT AUSSI MODIFIER SA VITESSE À L'INTÉRIEUR D'UNE MÊME ALLURE. RÉALISER DES TRANSITIONS EST UN EXCELLENT EXERCICE POUR LE CAVALIER COMME POUR LE CHEVAL.

► DÉFINITIONS

LA VITESSE

La vitesse est le rapport entre une distance et le temps mis pour la parcourir. Elle s'exprime en mètres par minute ou en kilomètres par heure.

Les 2 paramètres qui déterminent la vitesse d'une allure sont le rythme et l'amplitude.

LE RYTHME



Le rythme du trot comporte 2 temps égaux

Le rythme est la répartition des temps, c'est-à-dire des intervalles entre les poser successifs des membres. Le rythme caractérise chacune des allures. Un bon rythme est régulier. Au pas et au trot, il a respectivement 4 et 2 temps égaux. Au galop les 2 premiers temps sont égaux et le 3e est plus long en raison du moment de suspension qu'il comporte.

Lorsque le cheval accélère en augmentant excessivement le rythme de ses allures, on dit qu'il précipite.

S'il ralentit en diminuant le rythme de ses allures, il perd en activité et manque de tonicité.

L'AMPLITUDE

L'amplitude désigne la longueur d'une foulée ou d'un pas.



Le cavalier d'endurance adapte en permanence la vitesse à l'effort de son cheval



Les vitesses de référence des différentes disciplines, au niveau Club 3 sont les suivantes :

CSO : 330 m / minute,

Cross : 400 m / minute,

Endurance : 10-12 km / heure, soit 180 m / minute.

Rappelons qu'en course de trot, le minimum qualificatif à 2 ans est de 1'22 minute / 1 000 m, soit 732 m / minute.

À retenir

- ➔ LA VITESSE EST LE RAPPORT DISTANCE/TEMPS. ELLE EST FONCTION DU RYTHME ET DE L'ALLURE.
- ➔ LE RYTHME EST LA RÉPARTITION DES INTERVALLES ENTRE LES POSER SUCCESSIFS DES MEMBRES. LE BON RYTHME EST RÉGULIER.
- ➔ L'AMPLITUDE EST LA LONGUEUR D'UNE FOULÉE OU D'UN PAS.



Le TREC comporte un test de maîtrise des allures.



TREC

En TREC, le test des allures demande de présenter son cheval au pas le plus rapide et au galop le plus lent.

Longueur des rênes

Selon les formes d'équitation, le contrôle s'obtient sur des rênes plus ou moins longues.

Il est tout à fait possible d'accélérer ou de ralentir avec un cheval évoluant rênes longues... C'est souvent le cas en promenade.



En équitation western, le contrôle s'obtient sur des rênes longues.

▶ LES VITESSES ET AMPLITUDES DE RÉFÉRENCE



Au trot allongé, on recherche l'amplitude maximale. Ici Thomas Carlile.

A l'intérieur d'une même allure, la vitesse peut varier de manière importante. Pour chaque allure, différentes vitesses sont identifiées. Pour le trot et le galop, on parle d'allure de travail, moyenne ou allongée. Au pas, on distingue seulement le pas moyen ou le pas allongé.

Lors des changements d'amplitude, l'attitude du cheval, c'est-à-dire la forme que prend sa silhouette, peut varier : elle est plus étendue et plus horizontale dans les allures allongées et se redresse et se compacte dans les allures plus lentes quand le cheval ralentit en restant actif.

▶ AUGMENTER LA VITESSE ET L'AMPLITUDE

- ▶ Le cavalier mobilise son bassin et agit symétriquement avec ses deux jambes positionnées juste derrière la sangle, en les pressant sur le corps du cheval.
- ▶ Sur des rênes ajustées, il avance les 2 mains vers la bouche du cheval. Les mains accompagnent. Elles conservent le contact en permettant à l'encolure de s'étendre légèrement.
- ▶ Le haut du corps reste vertical.
- ▶ Le cavalier conserve sa posture en se liant au fonctionnement du cheval.

SOLUTIONS

Vérifier d'abord que le cheval est attentif et disponible. S'assurer que la demande a été correctement effectuée.

Le cheval n'accélère pas :

- ▶ Renouveler son action de jambes plus énergiquement. Dès que le cheval répond, cesser d'agir et relâcher la pression des jambes.
- ▶ Redonner une « leçon de jambes » : associer une action de la cravache ou d'un ordre donné avec la voix.

Le cheval précipite :

- ▶ Revenir à la vitesse d'origine et redemander une accélération plus progressive et plus modeste.

▶ RÉDUIRE LA VITESSE ET L'AMPLITUDE

Pour ralentir en conservant de l'activité :

- ▶ Le cavalier se grandit. Il redresse le haut du corps.
- ▶ Sur des rênes ajustées, il ferme ses doigts et soutient les poignets. Il agit progressivement en dosant son action en fonction de la réaction du cheval.
- ▶ Ses mains cèdent dès que le cheval répond.
- ▶ Les jambes restent au contact à la sangle, le temps de la transition descendante. Elles restent vigilantes à la moindre baisse d'activité.

SOLUTIONS

Vérifier d'abord que le cheval est attentif et disponible. S'assurer que la demande a été correctement effectuée.

Le cheval ne ralentit pas :

- ▶ Renouveler son action en la renforçant et en s'aidant d'une indication de la voix.

Le cheval ralentit en perdant de l'activité :

- ▶ Fermer les jambes pour demander davantage d'activité. On peut aussi faire un appel de langue.

▶ MAINTENIR UNE VITESSE RÉGULIÈRE SUR UN ENCHAÎNEMENT DE COURBES ET DE LIGNES DROITES AU GALOP

Le cheval a tendance à se ralentir sur les courbes.

Pour maintenir une vitesse régulière au galop comme dans les autres allures, il faut anticiper cette tendance et conserver l'activité en fermant ses jambes et en se redressant pour garder le cheval « devant soi. »

Le cheval doit conserver la même amplitude et le même rythme. Le cavalier conserve sa posture et fonctionne avec son cheval dans l'allure.

Il ne faut pas se pencher à l'intérieur de la courbe.

Contrôler la vitesse, c'est avoir un début de contrôle sur l'équilibre du cheval.



En extérieur, on choisit allure et vitesse en fonction du relief et de la nature des sols.

À retenir

- ➔ LES ALLURES « DE TRAVAIL » SONT LES ALLURES DE BASE.
- ➔ AUX ALLURES ALLONGÉES, ON RECHERCHE L'AMPLITUDE MAXIMALE.
- ➔ L'ALLONGEMENT SE FAIT EN MOBILISANT LE BASSIN ET LES JAMBES ET EN AVANÇANT LES MAINS, TOUT EN CONSERVANT SA POSTURE.
- ➔ LE RALENTISSEMENT SE FAIT EN REDRESSANT LE HAUT DU CORPS, EN FERMANT LES DOIGTS ET EN SOUTENANT LES POIGNETS, JAMBES AU CONTACT.
- ➔ SUR DES COURBES ET DES LIGNES DROITES AU GALOP, LE MAINTIEN DE LA VITESSE RÉGULIÈRE SE FAIT EN FERMANT LES JAMBES POUR GARDER LE CHEVAL « DEVANT SOI » SANS SE PENCHER À L'INTÉRIEUR DE LA COURBE.



Équilibre sur les hanches lors d'une pirouette.
Ici Jessica Michel.



Équilibre horizontal lors de l'arrivée
d'une course.

Rappel

ACCORD DES AIDES

L'accord des aides désigne la coordination que le cavalier établit entre les actions des jambes, des mains, de l'assiette et du poids de son corps. Il nécessite l'indépendance des différents segments du corps entre eux.

Un bon accord des aides permet au cavalier de ne pas donner d'ordres contradictoires à son cheval.

Premières notions sur l'équilibre du cheval

L'équilibre du cheval est une notion fondamentale en équitation. Non pas celui qui lui permet de tenir debout, mais la notion dynamique liée à la qualité de son déplacement.

Le cavalier doit répartir son poids entre droite et gauche, avant et arrière, pour perturber le moins possible l'équilibre de son cheval.

► EQUILIBRE LONGITUDINAL

C'est la répartition du poids entre l'avant et l'arrière-main.

- **L'équilibre sur les épaules** : C'est une attitude naturelle pour le cheval car l'avant-main est plus lourde que l'arrière-main.
- **L'équilibre sur les hanches** : Le cheval recule son centre de gravité vers l'arrière-main. C'est plutôt ce qui est recherché dans l'utilisation du cheval en général.

► EQUILIBRE LATÉRAL

C'est la répartition du poids entre le côté droit et le côté gauche.

Il peut arriver que le cheval se déséquilibre latéralement sur les courbes.

- Vers l'intérieur, lorsqu'il coupe le tournant et se déséquilibre sur l'épaule interne vers l'intérieur du cercle. On dit qu'il « se couche » sur la courbe.
- Vers l'extérieur, lorsqu'il s'échappe sur l'épaule extérieure en évasant le tournant. On dit qu'il « dérape. »

Combiner ses aides

Pour être capable d'obtenir aisément la réponse appropriée, il faut :

- Connaître les codes à appliquer.
- Connaître les effets sur le cheval.
- Maîtriser ses aides.

Les aides doivent être indépendantes. Le cavalier peut agir avec l'assiette, le poids du corps, les mains ou les jambes ensemble ou isolément.

C'est la condition pour pouvoir les combiner à bon escient.

Plus les exercices sont complexes, plus l'accord des aides demande de contrôle et de finesse.

Petit à petit, avec l'augmentation de son expertise, le cavalier utilise ses aides avec précision et les conjugue avec justesse.

Tous les exercices décrits dans ce chapitre se font également à main droite et à main gauche pour favoriser une musculation symétrique du cheval.

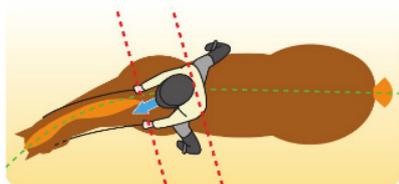
► JAMBE ISOLÉE

La jambe isolée désigne l'action d'une jambe positionnée en arrière de la sangle.

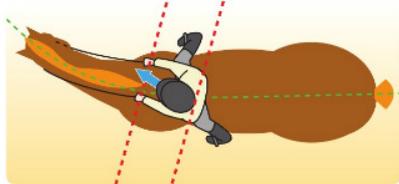
Elle a pour effet de déplacer les hanches du cheval du côté opposé.

Une jambe isolée gauche déplace les hanches du cheval vers la droite, et vice-versa.

► PARTIR AU GALOP DU PAS



Départ à gauche



Départ à droite

Le cavalier dispose d'un code pour le placement de ses aides qui permet de demander un départ au galop sur le pied droit ou sur le pied gauche. Lorsque le code des aides est bien compris, le cavalier peut partir le long de la piste en ligne droite, puis de n'importe où, sur le pied droit ou sur le pied gauche, sans accélérer.

La position précède toujours l'action. Pour faciliter la bonne compréhension des aides par le cheval, le cavalier distingue la phase de préparation des aides de la phase de demande.

LA PRÉPARATION

Le cavalier vérifie sa posture et la qualité du contact. Il doit être au contrôle avec un cheval attentif dans un pas actif et régulier. Il place ensuite ses aides pour indiquer à son cheval son intention de partir au galop.

Le couloir des rênes se déporte vers l'intérieur, ce qui amène la rêne extérieure contre l'encolure en rêne régulatrice et amène la rêne intérieure à être légèrement écartée de l'encolure. Ainsi, on obtient un léger pli interne et des épaules contrôlées. Le cavalier aperçoit le bout du nez de son cheval du côté intérieur.

La jambe extérieure est légèrement reculée en jambe isolée. Le mouvement part de la hanche.

La jambe intérieure reste à la sangle.

LA DEMANDE

A partir de ce positionnement, léger pli de l'encolure à l'intérieur, jambe intérieure à la sangle, jambe extérieure reculée, le cavalier redresse le haut de son corps et demande le départ au galop par une action de la jambe extérieure et l'engagement du bassin.

Les mains accompagnent le mouvement de l'encolure tout en conservant le contact.

Une fois au galop, le cavalier contrôle la vitesse et la direction.

SOLUTIONS

Vérifier d'abord que le cheval est attentif et disponible. S'assurer que la demande a été correctement effectuée.

Le cheval accélère ou part au trot au lieu de partir au galop : le cavalier lui demande de repasser au pas. Il contrôle le pas, prépare à nouveau et redemande son départ.

Le cheval part sur le mauvais pied : le cavalier lui demande de repasser au pas. Il contrôle la position pour faire rentrer les hanches, prépare à nouveau et redemande son départ.



Les qualités d'un départ au galop du pas en ligne droite :

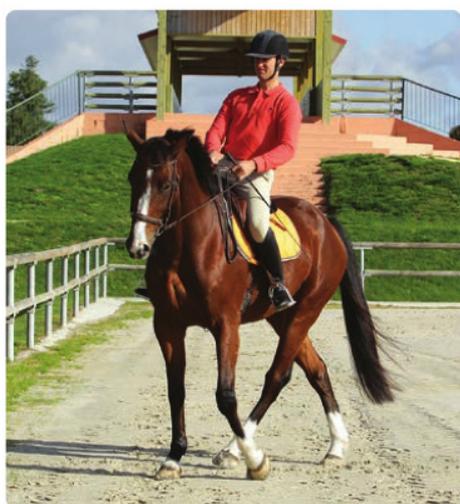
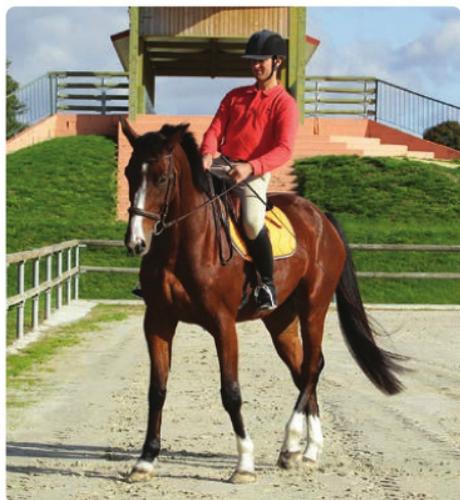
- Le cheval part au galop sur le bon pied.
- La transition est franche et nette.
- Le cheval part au galop sans accélérer ni passer par le trot.
- Le cheval reste droit.

Il s'agit d'un départ par prise d'équilibre qui commence par l'engagement d'un postérieur.

.....

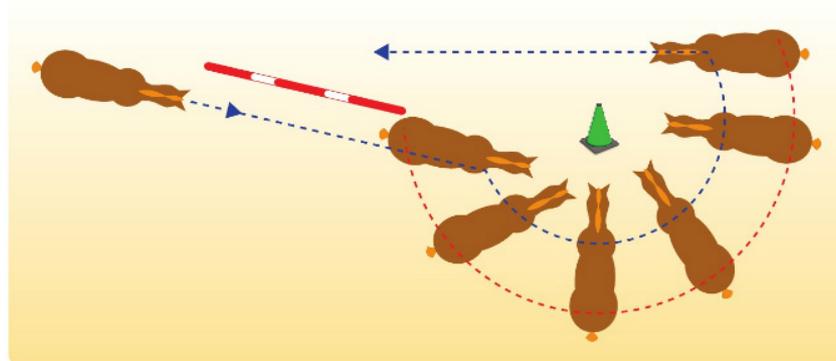
À retenir

- ➔ L'ÉQUILIBRE LONGITUDINAL EST LA RÉPARTITION DU POIDS DU CHEVAL ENTRE AVANT ET ARRIÈRE-MAIN. L'ÉQUILIBRE LATÉRAL ENTRE DROITE ET GAUCHE.
- ➔ LES AIDES DOIVENT ÊTRE INDÉPENDANTES POUR SE COMBINER.
- ➔ LA JAMBE ISOLÉE EST L'ACTION D'UNE JAMBE POSITIONNÉE EN ARRIÈRE DE LA SANGLE.
- ➔ LA PRÉPARATION DU DÉPART AU GALOP CONSISTE À DÉPORTER LE COULOIR DES RÊNES POUR OBTENIR UN PLI INTÉRIEUR ET À RECULER LA JAMBE EXTÉRIÈURE.
- ➔ LA DEMANDE SE FAIT EN REDRESSANT LE HAUT DU CORPS ET EN AGISSANT AVEC JAMBE EXTÉRIÈURE ET BASSIN.



Déplacer les hanches ou les épaules d'un cheval est un exercice d'assouplissement pour le cheval. Une fois bien assimilé par le cavalier et le cheval, il permettra d'accéder à de multiples développements de l'utilisation de la jambe isolée : activer un postérieur, garder le cheval droit dans les exercices en contrôlant les hanches, déplacer le cheval de côté ou changer de pied « en l'air » au galop !

► DÉPLACER LES HANCHES



Le cheval doit céder à la pression de la jambe isolée en déplaçant ses hanches du côté opposé à l'action de celle-ci : la jambe isolée gauche déplace les hanches à droite.

Réaliser une demi-volte renversée, déplacer les hanches à l'extérieur sur le demi-cercle en rejoignant la piste. Quand les hanches se déplacent à droite, le postérieur gauche passe devant le postérieur droit.

LA PRÉPARATION

Etant à main droite sur la piste au pas, au début d'un grand côté, entamer la demi-volte renversée en quittant la piste par une oblique d'une dizaine de mètres. Profiter de l'oblique pour avoir un cheval actif « devant les jambes » et disponible dans un pas contrôlé. Se redresser et regarder dans la direction où l'on veut aller.

LA DEMANDE

- Le cavalier ralentit légèrement le pas en conservant suffisamment d'activité.
- Il conduit avec ses 2 mains les épaules sur le demi-cercle et freine leur déplacement vers la droite.
- Il recule la jambe isolée gauche et agit en la pressant de façon discontinue dans le rythme du pas.

ENSUITE

Le cavalier replace ses aides de manière symétrique et marche droit en demandant au cheval d'être actif.

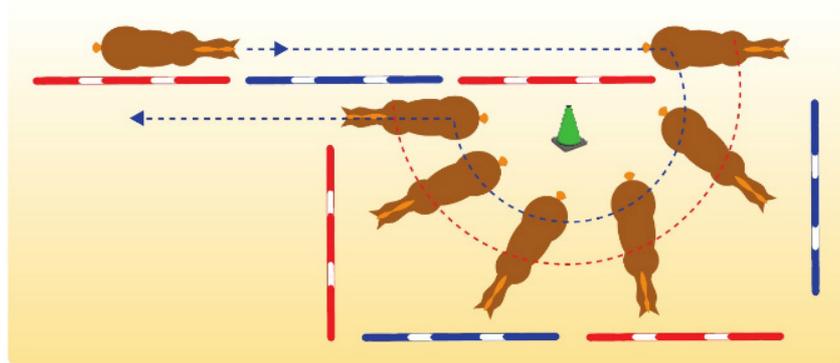
SOLUTIONS

Vérifier d'abord que le cheval est attentif et disponible. S'assurer que la demande a été correctement effectuée.

Le cheval accélère au lieu de déplacer ses hanches : ralentir en se redressant et en tendant ses rênes. Si cela ne suffit pas, recommencer, à partir d'un pas plus contrôlé.

Le cheval dérape en déplaçant aussi ses épaules : le cavalier garde l'encolure droite et retient les épaules. Il peut prendre les 2 rênes dans la main droite pour renforcer l'action de la jambe isolée gauche par une indication de la cravache tenue dans la main gauche et agir en rythme derrière la jambe gauche.

► DÉPLACER LES ÉPAULES



Pour déplacer les épaules, on utilise l'action des mains par l'intermédiaire du couloir des rênes.

Effectuer un demi-tour à droite autour d'un plot en demandant au cheval de déplacer ses épaules. A la fin du demi-tour, repartir droit sur une piste intérieure, sans dépasser la ligne des barres au sol.

L'antérieur gauche passe devant l'antérieur droit, les épaules tournent autour des hanches qui décrivent un demi-cercle plus petit.

LA PRÉPARATION

Sur la piste à main droite, cheval disponible dans un pas actif et contrôlé, le cavalier est assis d'aplomb, le haut du corps se redresse pour ralentir le pas. Les deux jambes à la sangle maintiennent l'activité et l'attention du cheval.

LA DEMANDE

Le cavalier oriente ses épaules dans la direction souhaitée, les deux mains emmènent le couloir des rênes vers la droite pour entamer le demi-tour.

En arrivant sur le demi-tour :

- ▶ le cavalier ralentit légèrement le pas en conservant suffisamment d'activité,
- ▶ il emmène franchement les épaules avec le couloir des rênes vers la droite.

ENSUITE

Le cavalier replace ses aides de manière symétrique et marche droit en demandant au cheval d'être actif.

SOLUTIONS

Vérifier d'abord que le cheval est attentif et disponible. S'assurer que la demande a été correctement effectuée.

Le cheval accélère au lieu de déplacer ses épaules : freiner en se redressant et en tendant ses rênes. Si cela ne suffit pas, recommencer, à partir d'un pas plus contrôlé.



À retenir

- ➔ LE DÉPLACEMENT DES HANCHES SE FAIT EN EMMENANT LE COULOIR DES RÊNES VERS LE DEMI-TOUR, PUIS EN RALENTISSANT LÉGÈREMENT POUR EMMENER FRANCHEMENT LES ÉPAULES AVEC LE COULOIR DES RÊNES.
- ➔ LE DÉPLACEMENT DES ÉPAULES SE DEMANDE EN RALENTISSANT LÉGÈREMENT AVANT DE CONDUIRE LES ÉPAULES SUR LE DEMI-CERCLE AVEC LES MAINS EN RECALANT LA JAMBE ISOLÉE GAUCHE EN RYTHME AVEC LE PAS.



S'équilibrer sur des courbes.

Conserver une bonne posture dans des situations de déséquilibre



Le cavalier en équilibre est à la verticale de ses points d'appui. Ici Michel Robert.

Conserver une bonne posture, c'est maintenir une bonne position, tout en se liant à la locomotion du cheval, aussi bien dans la position assise que sur ses étriers.

La bonne posture déjà définie au Galop® 3 propose un cavalier dans un alignement vertical rendu souple et réactif par le jeu des articulations.

Ce jeu devient essentiel dans les situations de déséquilibre que peuvent être les changements de vitesse, les virages, le terrain varié, les sauts ou des réactions intempestives du cheval qui peuvent réunir les 4 !

La bonne posture procure la stabilité et l'aisance qui apportent un sentiment de sécurité et de confort au cavalier.

Elle lui permet de mieux communiquer avec son cheval et elle lui amène aussi du confort.



Centre de gravité

Pour que le couple cheval-cavalier puisse évoluer harmonieusement, leurs centres de gravités respectifs doivent être superposés en permanence. Si le cavalier est trop en avant, il surcharge inutilement les épaules. S'il est trop en arrière, il entrave le bon fonctionnement de la ligne du dessus de son cheval. S'il est trop décalé latéralement, il incite le cheval à se coucher ou à déraiser sur les courbes.

► LES FACTEURS D'ÉQUILIBRE

Pour être en équilibre, le cavalier doit avoir son centre de gravité à la verticale de ses points d'appui. Quand il est assis, c'est davantage le bassin qui assure l'amortissement. Quand il est sur ses étriers, c'est davantage les articulations hanches, genoux, chevilles.

EQUILIBRE ASSIS

Les ischiens et les épaules du cavalier sont alignés.

Il doit synchroniser le mouvement de son bassin avec le mouvement du cheval.

EQUILIBRE SUR LES ÉTRIERS

Le cavalier doit fléchir doucement ses articulations basses, hanches – genoux – chevilles, pour permettre l'abaissement de son centre de gravité. Plus le centre de gravité est bas, plus le cavalier est stable, à l'image du culbuto qui revient systématiquement à l'équilibre.

► POINTS CLÉ DU BON FONCTIONNEMENT

Le cavalier :

- ▶ a une vision panoramique,
- ▶ a le haut du corps tonique, épaules relâchées,
- ▶ accompagne les mouvements rythmés des allures du cheval avec le bassin,
- ▶ fléchit les articulations hanches, genoux, chevilles,
- ▶ a les jambes au contact sans être serrées.

► S'ÉQUILIBRER LORS DE CHANGEMENTS DE VITESSE ET / OU DE DIRECTION



En mouvement, il faut prendre en compte les variations d'allure et de direction prévues pour bien stabiliser son équilibre :

- ▶ longitudinalement, en se redressant dans les ralentissements, et en accompagnant l'accélération dans les allongements,
- ▶ latéralement, en conservant un appui symétrique et en regardant au loin pour orienter son corps vers la direction à suivre.

Pour conserver une bonne posture, il faut anticiper, c'est-à-dire prévoir et se préparer. Le cavalier conserve ses appuis répartis également sur ses 2 étriers ou sur ses 2 fesses et cherche à rester vertical au-dessus de ses pieds.



Plus le centre de gravité est bas, plus l'équilibre est facile.

Lexique

Les **ischions** sont les os inférieurs du bassin qui supportent le poids du corps en position assise.

À retenir

- ➔ LA BONNE POSTURE SUPPOSE DE CONSERVER UNE BONNE POSITION EN SE LIANT AUX MOUVEMENTS DU CHEVAL.
- ➔ POUR ÊTRE EN ÉQUILIBRE, LE CAVALIER DOIT AVOIR SON CENTRE DE GRAVITÉ À LA VERTICALE DE SES POINTS D'APPUI.
- ➔ LES POINTS CLÉ DU BON FONCTIONNEMENT SONT LA VISION PANORAMIQUE, LE HAUT DU CORPS TONIQUE, ÉPAULES RELÂCHÉES, LE BASSIN QUI ACCOMPAGNE LE MOUVEMENT, LES ARTICULATIONS HANCHES, GENOUX CHEVILLES, FLÉCHIES ET LES JAMBES AU CONTACT.
- ➔ DANS LES CHANGEMENTS DE VITESSE ET / OU DE DIRECTION, IL FAUT ANTICIPER ET CONSERVER SES APPUIS RÉPARTIS ÉGALEMENT EN RESTANT VERTICAL AU-DESSUS DE SES PIEDS.



Dans les descentes ou lors de l'entrée dans un gué, le cavalier s'équilibre en se redressant et en mettant son poids dans ses étriers.

À retenir

- ➔ ON SE REDRESSE DANS LES DESCENTES ET ON SE PENCHE LÉGÈREMENT EN AVANT DANS LES MONTÉES, TOUT EN GARDANT SON ÉQUILIBRE VERTICAL.
- ➔ POUR SE METTRE EN ÉQUILIBRE, LEVER LE BASSIN LÉGÈREMENT VERS L'AVANT ET RACCOURCIR LES RÊNES.
- ➔ EN ÉQUILIBRE, LE CAVALIER SE RAPPROCHE DE SA SELLE ET SE REDRESSE POUR AGIR.
- ➔ LE GALOP ENLEVÉ CONSISTE À ALTERNER POSITION ASSISE ET POSITION EN ÉQUILIBRE SUR LES ÉTRIERS.

► S'ÉQUILIBRER EN TERRAIN VARIÉ

Dans les montées, le corps peut avoir tendance à basculer vers l'arrière. Dans les descentes, la tendance est plutôt de partir en avant... Dans les 2 cas, le principe est de conserver une bonne stabilité, tout en accompagnant le cheval sans lui causer de gêne dans son déplacement ou son équilibre.

L'attitude du cavalier doit servir à la fois à le stabiliser dans cette situation et à soulager le cheval dans son effort. Pour cela, le cavalier se redresse dans les descentes et avance légèrement ses épaules dans les montées. Comme dans les autres situations de déséquilibre potentiel, l'important est de rester bien fléchi dans ses articulations, dans la selle si l'on est assis ou près de la selle si on est sur ses étriers.

► LA POSTURE EN ÉQUILIBRE SUR LES ÉTRIERS

SE METTRE EN ÉQUILIBRE

Pour se mettre en équilibre, fesses au-dessus de la selle, le cavalier règle la longueur des étrivières de manière à avoir les jambes fléchies, étriers déchaussés et jambes tombant naturellement, le plancher est légèrement au-dessus de la cheville. Il élève le bassin légèrement vers l'avant de façon à transférer son poids sur ses étriers chaussés au premier tiers du pied. Il avance légèrement ses épaules et raccourcit ses rênes car cette attitude a fait avancer ses mains.

VARIER SON ÉQUILIBRE

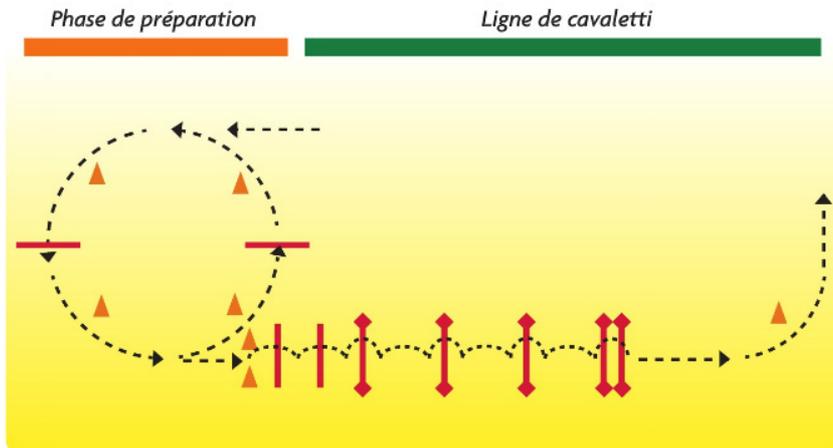
Le cavalier varie la hauteur de sa posture en équilibre pour l'adapter aux difficultés abordées. Lorsqu'il n'a pas besoin d'intervenir sur son cheval, les fesses peuvent être plus éloignées de la selle. Cette attitude est moins fatigante et permet de rester longtemps en équilibre. Lorsqu'il a besoin d'agir, le cavalier se rapproche de sa selle et il se redresse légèrement. Ses fesses peuvent toucher la selle, mais le poids reste dans les étriers et sur l'intérieur des cuisses. Cela lui permet d'être plus stable et d'être mieux en phase avec son cheval, sans risquer de basculer ni vers l'avant ni vers l'arrière.

► GALOPER ENLEVÉ



Le galop enlevé consiste à alterner la position en équilibre dans la selle et la position en équilibre au-dessus de la selle, une foulée sur deux ou trois, deux foulées sur quatre... Le galop enlevé permet de s'exercer à varier son équilibre. Il sert avant le parcours pour se mettre dans le rythme, le bassin peut propulser dans la position assise et le cavalier est plus léger dans la position enlevée.

► S'ÉQUILIBRER SUR DES LIGNES DE CAVALETTI



Exemple de dispositif de cavaletti

L'OBJECTIF

La succession de sauts espacés d'une à deux foulées en ligne droite sert à perfectionner la stabilité de son équilibre.

La répétition des sauts permet au cavalier, au fur à mesure des passages, d'ajuster son attitude et de trouver le fonctionnement le plus juste pour accompagner son cheval dans toutes les phases du saut et entre chaque obstacle.

LA PRÉPARATION

Le cavalier installe le cheval dans une allure régulière et active et vérifie sa disponibilité en passant des dispositifs de barres au sol. Il s'assure que le contact est de bonne qualité et notamment que le cheval ne tire pas.

LA RÉALISATION

Le cavalier se met en équilibre. Il anticipe avec son regard en fixant un point au loin après le dernier obstacle. Son assiette se rapproche de la selle en conservant les articulations basses les plus souples possibles.

Il amortit les sauts avec souplesse. Les bras accompagnent l'encolure.

Il veille à ne pas reculer excessivement ses épaules, ni à se jeter vers l'avant à l'abord des sauts.

ENSUITE

Après le franchissement de la ligne, le cavalier revient le plus rapidement possible à l'équilibre initial et vérifie qu'il est au contrôle du cheval. Il peut effectuer une transition descendante ou chercher à retrouver rapidement la régularité du galop. L'exercice se termine lorsque le cavalier fait repasser le cheval au pas.



Cavaletti

Le mot cavaletto est un mot italien qui signifie trépied ou chevalet. Au pluriel on dit des cavaletti, à l'italienne sans S.

Il désigne de petits obstacles.

Taxi

Quand le cavalier est en retard sur le saut du cheval, on dit familièrement qu'il prend un taxi, comme s'il devait rattraper son cheval en toute urgence.

Georgette

Quand le cavalier précède la foulée d'appel du cheval et qu'il est en avance sur le saut, on dit familièrement qu'il fait une Georgette.

À retenir

- ➔ LES LIGNES DE CAVALETTI PERMETTENT DE PERFECTIONNER SON FONCTIONNEMENT À L'OBSTACLE.
- ➔ ELLES S'ABORDENT AVEC UN CHEVAL DISPONIBLE ET UN BON CONTACT.
- ➔ LE CAVALIER FIXE UN POINT AU LOIN APRÈS LE DERNIER OBSTACLE.
- ➔ IL VEILLE À ACCOMPAGNER LE SAUT AVEC SOUPLESSE.



La concentration est nécessaire à la reconnaissance pour mémoriser son parcours.



Reconnaissance

Le cavalier peut mémoriser son parcours de plusieurs manières.

Soit il se représente mentalement le tracé qu'il a choisi de suivre en apprenant le plan comme un dessin.

Soit il s' imagine réalisant son parcours comme filmé de l'extérieur.

Soit il s' imagine à cheval en train d'effectuer son parcours.

Il peut aussi lors de cette visualisation mentale associer à la mémorisation du tracé des repères de vitesse, de sensations ou d'actions.

Enchaîner un parcours de sauts isolés

LE CONTRÔLE DU TRACÉ ET DE LA VITESSE EST NÉCESSAIRE POUR AMENER LE CHEVAL DANS DE BONNES CONDITIONS SUR L'OBSTACLE.



La position classique du cavalier à l'obstacle. Ici Pénélope Lerepovost.

► LES FONDAMENTAUX

La stabilité de l'équilibre, le bon fonctionnement du cavalier, la qualité du tracé et le contrôle de l'allure conditionnent le bon franchissement des obstacles. C'est sur ces paramètres que l'attention du cavalier se centre en priorité.

LE FONCTIONNEMENT

Pendant l'enchaînement, le cavalier doit adapter sa position et son fonctionnement aux différentes situations proposées par le parcours. Plus les obstacles sont rapprochés, plus le cavalier doit revenir rapidement dans son équilibre initial pour pouvoir préparer la séquence suivante.

LE TRACÉ

La qualité du tracé est déterminante.

La place des obstacles impose des points de passage obligés pour lesquels il faut prendre des points de repère à la reconnaissance.

LA VITESSE

Dès la détente, le cavalier cherche à installer le cheval dans un galop de référence avec une vitesse régulière. Un galop de référence est un galop régulier à la vitesse souhaitée pour le parcours à effectuer.

La nature, le profil et la hauteur des obstacles sont autant d'éléments qui sont à prendre en compte.

► EFFECTUER LE PARCOURS

LA PRÉPARATION

La première étape consiste à repérer et à mémoriser le tracé de l'enchaînement. C'est ce que l'on appelle la reconnaissance. En compétition, elle est faite à pied, mais à l'entraînement elle peut tout à fait se faire à cheval. Dans tous les cas, le tracé choisi doit permettre d'aborder les obstacles perpendiculairement, en leur milieu et avec un cheval droit.

LA RÉALISATION

Le cavalier prend un galop actif et régulier sur un grand cercle. Il veille à rester au contrôle de l'allure et de la direction en conservant le liant et la fluidité avec son cheval même lorsqu'il agit. Il se présente dans un bon galop, droit et de loin vers le 1^{er} obstacle. Après chaque obstacle, il revient rapidement dans son équilibre initial et porte son regard vers l'obstacle suivant. Il conserve la qualité et la régularité de son galop de référence.

ENSUITE

Le cavalier analyse sa prestation et cherche à identifier les points positifs et les points de progrès dans les 4 domaines suivants :

- ▶ son fonctionnement,
- ▶ le tracé,
- ▶ la vitesse et la qualité du galop,
- ▶ le franchissement des obstacles.

ANALYSE DES FAUTES AUX OBSTACLES

Les fautes résultent le plus souvent :

- ▶ D'un abord de l'obstacle en biais ou pas au milieu ou flottant ou trop tardif ne laissant pas le temps au cheval de se préparer à sauter,
- ▶ D'un galop trop lent ou trop rapide,
- ▶ D'une gêne du cheval par le cavalier occasionnée par des actions inappropriées ou un manque de stabilité ou de l'agitation.

SOLUTIONS

Le cheval dérobo : L'immobiliser. Le faire tourner du côté opposé à la dérobade, puis le représenter devant l'obstacle bien droit en l'encadrant plus fermement dans le couloir des rênes.

Le cheval s'arrête : Rester calme et se remettre bien à sa place en selle au pas ou à l'arrêt avant de reprendre le galop, réajuster ses rênes si besoin, puis reprendre un galop de référence sur une grande courbe et vérifier que le cheval est bien disponible et suffisamment actif, le représenter devant l'obstacle bien droit, encadré dans le couloir des rênes avec des jambes actives sans bousculer et l'encourager avec un ou des appels de langue.

Le cheval « regarde » excessivement un obstacle et freine son galop et / ou flotte de droite et de gauche au lieu d'aller droit : le cavalier agit avec ses jambes et des appels de langue pour conserver le mouvement en avant et l'énergie du galop. Il encadre son cheval dans le couloir des rênes pour le conserver droit et dans l'axe.



Les principaux types de fautes

Désobéissances :

- ▶ **refus** : le cheval refuse de franchir l'obstacle et s'arrête.
- ▶ **dérobade** : le cheval prend l'initiative de contourner l'obstacle par la droite ou par la gauche.
- ▶ **volte** : le cheval ou le cavalier recoupe sa trace entre deux obstacles.

Fautes aux obstacles :

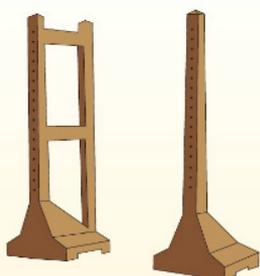
- ▶ le cheval fait tomber un ou plusieurs éléments de l'obstacle.
-

À retenir

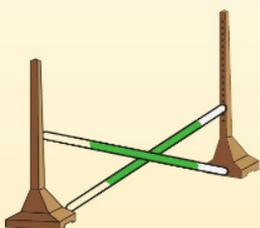
- ➔ LES FONDAMENTAUX DE LA RÉUSSITE À L'OBSTACLE SONT : LA STABILITÉ DE L'ÉQUILIBRE, LE BON FONCTIONNEMENT DU CAVALIER, LA QUALITÉ DU TRACÉ, LE CONTRÔLE ET LA RÉGULARITÉ DE L'ALLURE.
- ➔ LA RECONNAISSANCE PERMET DE PRENDRE SES REPÈRES POUR DÉCIDER SON TRACÉ.
- ➔ UN GRAND CERCLE PERMET D'INSTALLER LE CHEVAL DANS UN GALOP DE RÉFÉRENCE ACTIF ET RÉGULIER AVANT D'ABORDER LE PREMIER OBSTACLE.
- ➔ APRÈS CHAQUE OBSTACLE, IL FAUT REVENIR AU GALOP DE RÉFÉRENCE INITIAL.
- ➔ DÈS QU'ON EST SUR UN OBSTACLE, IL FAUT REGARDER LE SUIVANT.



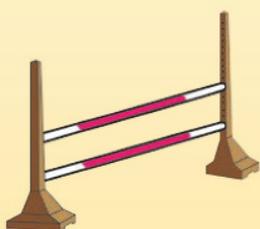
Le cavalier améliore son fonctionnement sur les lignes de cavaletti.



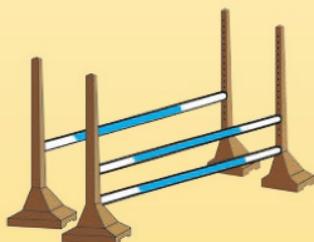
Un support simple est appelé chandelie, un support double, chandelier.



Le croisillon facilite le centrage du saut.



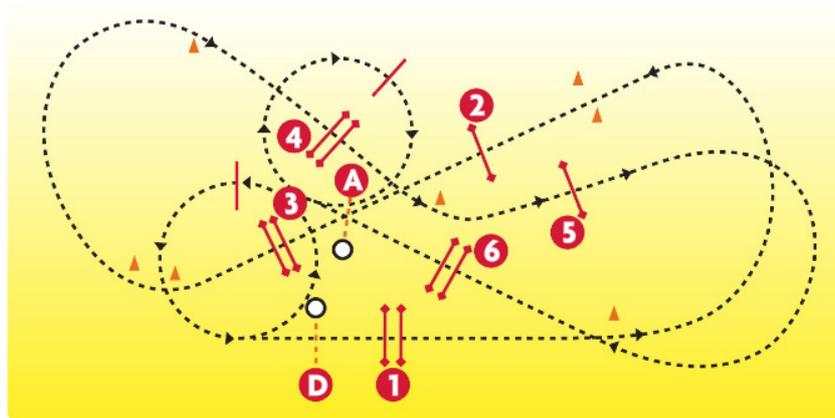
Le vertical ne comporte qu'un seul plan.



L'oxer comporte 2 plans et nécessite un saut en hauteur et en largeur.

▶ LES PRINCIPAUX EXERCICES D'ENTRAÎNEMENT

L'ENTRAÎNEMENT DES CAVALIERS ET DES CHEVAUX POUR ENCHAÎNER DES OBSTACLES SE FAIT SUR DES EXERCICES VARIÉS ET PAS SEULEMENT SUR DES PARCOURS D'OBSTACLES.



Exemple de parcours de travail

Les cavaliers de haut niveau se préparent ainsi que leurs chevaux en effectuant des exercices de gymnastique sur des enchaînements de tout petits obstacles et sur des parcours de barres au sol. Ils ne multiplient pas inutilement les sauts et les efforts. Les principaux points à travailler sont les suivants.

TRACÉ

La qualité du tracé peut se travailler sur un parcours matérialisé par des cônes ou des couloirs de barres.

TRANSITIONS

Progressivement on peut associer, sur ce tracé, des variations d'allure, développement ou ralentissement, et des transitions. Le cavalier poursuit ces exercices sur le plat jusqu'à ce que le cheval soit disponible et capable de maintenir un galop de référence bien régulier sur l'ensemble du tracé.

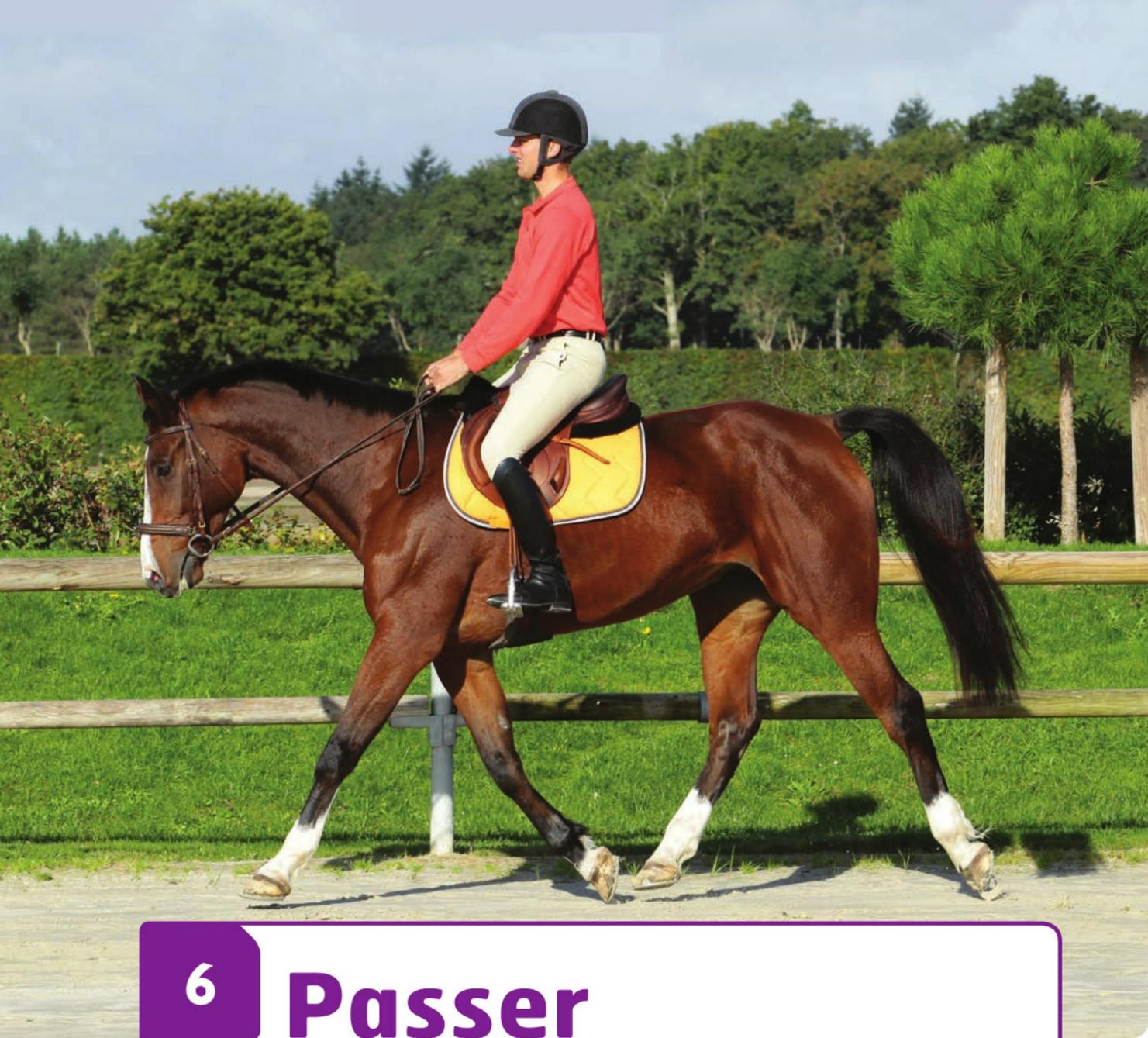
AMPLITUDE

Les exercices de familiarisation sur des barres au sol ou de petits d'obstacles espacés de distances précises permettent de travailler la régularité des foulées et l'amplitude de référence du cheval ainsi que le fonctionnement du cavalier et le dosage et l'à-propos de ses actions.

CONTRÔLE DE L'ALLURE ET DE LA DIRECTION

Les enchaînements matérialisés par des barres au sol ou des cavaletti sont un excellent moyen de travailler et d'améliorer la qualité et la précision du contrôle de l'allure et de la direction dans un galop de référence.

C'est une bonne étape intermédiaire entre le travail sur le plat et l'enchaînement de sauts sur des parcours d'obstacles.



6

Passer son Galop® 4

PLANNING DE PROGRESSION SUR UNE ANNÉE, FICHE D'AUTO-ÉVALUATION, QCM POUR PRÉPARER SON EXAMEN, REPRISE ET PARCOURS TYPE DE GALOP® 4, PROTOCOLES D'ÉVALUATION, CE CHAPITRE VOUS DONNE TOUS LES OUTILS UTILES POUR FAIRE LE BILAN DE VOS COMPÉTENCES, AVEC EN AVANT-PREMIÈRE LE PROGRAMME DU GALOP® 5. TOUT POUR FAIRE LE POINT.

30 objectifs de séances pour le brevet de cavalier.....	62
Fiche d'auto-évaluation.....	66
Questionnaires à choix multiples.....	68
Exemples de protocoles de validation du Galop®4.....	74

30 objectifs de séances pour le brevet de cavalier

La Fédération Française d'Équitation préconise la pédagogie de la réussite fondée sur un apprentissage par objectifs. L'aménagement du milieu, l'utilisation du jeu permettent des mises en situation qui rendent le cavalier acteur de sa formation, ce qui facilite l'appropriation rapide des savoirs et des savoir-faire.

Le Galop®4 renforce les acquis des Galops®1 à 3 et permet au cavalier d'explorer de nouvelles situations et de développer son autonomie et son sentiment équestre.

Il réunit 30 objectifs qui recouvrent 5 grands domaines de compétence que le cavalier doit développer, en carrière, comme en extérieur :

- A ► La connaissance de l'animal cheval et sa manipulation en main, soit 4 objectifs.
- B ► L'amélioration de la stabilité, de l'orientation et du fonctionnement du corps du cavalier assis dans la selle ou en équilibre sur ses étriers, soit 7 objectifs.
- C ► L'amélioration de la conduite du cheval avec la capacité pour le cavalier à respecter un tracé précis, soit 7 objectifs.
- D ► L'amélioration du contrôle des allures et de la vitesse avec la capacité à conserver une vitesse adaptée, à en changer, à effectuer des transitions d'allure et des départs au galop sur le bon pied, soit 6 objectifs.
- E ► Le saut d'obstacles de 70 à 80 cm, isolés, rapprochés ou enchaînés, soit 6 objectifs.

Le planning des séances est organisé tout au long de l'année par l'enseignant d'équitation et comporte, chaque fois, un thème nouveau. Ce thème constitue le corps de la séance. C'est l'un des 30 objectifs du Galop®4. L'enseignant choisit l'ordre et la manière qui lui semblent les plus pertinents en fonction du contexte de la séance et des caractéristiques du groupe de cavaliers. Le reste de chaque séance est consacré à des actions destinées à renforcer les acquis dans la recherche permanente du bonheur d'être en selle. Il est courant de revenir sur les thèmes abordés lors de la séance précédente. Ces 30 objectifs constituent l'essentiel du programme du Galop®4.

A ► JE MÈNE MON CHEVAL AVEC PRÉCISION ET JE FRANCHIS DES PASSAGES DÉLICATS EN MAIN

A1 Je mène mon cheval en main en conservant un contact sur les rênes quelques foulées.

Je mets mon cheval en mouvement quelques foulées au pas, je l'arrête et le remets en mouvement quelques foulées au pas en conservant un contact permanent et moelleux sur les deux rênes.

A2 Je fais reculer mon cheval face à moi et je le fais revenir vers moi.

J'obtiens quelques pas de reculer, le cheval face à moi, sans que je ne bouge, et je le fais revenir vers moi à volonté en utilisant au minimum la longe du licol.

A3 J'obtiens une flexion latérale de l'encolure des deux côtés.

Je fléchis l'encolure de mon cheval d'un côté, puis de l'autre, avec de plus en plus de légèreté et je peux le maintenir quelques instants fléchi sans résistance.

A4 Je franchis avec mon cheval des passages délicats naturels ou reconstitués.

Je franchis des dispositifs au pas en passant à côté d'objets étonnants, sur une passerelle, une bache ou un pont de van ou de camion, en contrôlant le déplacement de mon cheval sans précipitation et sans résistance. Je le conduis au trot énergiquement et avec précision.

B ► J'AMÉLIORE MA POSTURE EN SELLE AUX 3 ALLURES, ASSIS ET EN ÉQUILIBRE SUR MES ÉTRIERS.

B1 J'améliore ma posture aux 3 allures en équilibre sur les étriers et je la conserve plus longtemps sans fatigue.

Je conserve et je varie ma posture en équilibre sur les étriers aux trois allures en m'éloignant ou me rapprochant de la selle et j'augmente les temps en équilibre sur mes étriers sans éprouver de fatigue ou de crispation.

B2 J'améliore ma posture assis dans la selle aux 3 allures.

Je me lie à la locomotion de mon cheval dans une bonne posture aux 3 allures en pouvant conserver ou abandonner le contact et j'augmente les temps assis sans éprouver de fatigue ou de crispation.

B3 J'améliore ma posture au trot enlevé.

Je trotte enlevé en rythme dans une bonne posture que je conserve en variant la vitesse ou la direction. Je change de diagonal à volonté et je choisis le diagonal avec lequel je trotte enlevé. Je choisis de conserver le contact ou de l'abandonner.

B4 J'améliore ma posture assis dans la selle sans étriers aux 3 allures.

Je trotte et je galope sans étriers en confiance en relâchant mes jambes et en conservant une bonne orientation du buste, je me lie au déplacement du cheval dans toutes les situations et je peux progressivement augmenter les temps de travail sans éprouver de fatigue ou de crispation.

B5 J'améliore ma posture et je développe ma stabilité en équilibre sur les étriers.

Je travaille mon équilibre sur des variations d'allure, de vitesse, des exercices de conduite et des barres au sol sur des étriers plus courts que d'habitude et je conserve ma stabilité et ma capacité à me rapprocher de ma selle en fléchissant mes articulations du bas du corps tout en les conservant souples.

B6 Je peux utiliser mon équilibre sur les étriers pour être précis sur des prises ou des envois.

Je peux me stabiliser sur mes étriers aux 3 allures pour attraper ou envoyer avec précision des objets ou des ballons dans les 4 directions.

B7 J'améliore mon équilibre sur des pentes, des petits contre haut et contre bas et sur des barres au sol.

Je reste stable sur mes étriers lors de descentes ou de montées aux 3 allures et je suis stable et liant en montant à allure lente au pas ou au trot sur des petits contre haut ou contre bas ou des successions de barres au sol.

C ► J'AMÉLIORE LA PRÉCISION DE MA CONDUITE AUX 3 ALLURES

C1 Je dirige mon cheval sur des courbes et des enchaînements de courbes avec précision.

Je dessine des courbes régulières aux 3 allures et j'alterne avec fluidité des courbes de 10 à 12 mètres, à droite et à gauche, aux 2 mains, au pas et au trot.

C2 Je pars au galop sur le bon pied du pas en ligne droite.

A partir du pas, j'obtiens un départ au galop sur le bon pied, en sortant du coin, puis au milieu du grand côté, puis en ligne droite hors de la piste.

C3 Je dessine avec précision des figures en enchaînant les mouvements d'une reprise.

Je mémorise un enchaînement de figures de dressage aux 3 allures et je le présente en prenant des repères pour être précis.

C4 Je déplace les épaules ou les hanches de mon cheval au pas.

Je déplace à volonté les épaules ou les hanches de mon cheval dans un pas lent, jusqu'à pouvoir leur faire faire un quart de tour.

C5 Je dessine des courbes avec mon cheval en pli intérieur au pas et au trot.

Je conduis mon cheval au pas et au trot sur des courbes en obtenant, puis en conservant un pli intérieur adapté au diamètre de la courbe.

C6 Je dessine des cercles au galop avec pli intérieur.

Je conduis mon cheval au galop sur un cercle de 20 mètres en obtenant, puis en conservant un léger pli intérieur.

C7 Je conduis mon cheval au trot en extérieur.

Je conduis avec précision mon cheval en extérieur au trot sur un tracé alternant des courbes et des lignes droites.

D ▶ J'AMÉLIORE LE CONTRÔLE DE LA VITESSE AUX 3 ALLURES

D1 J'accélère et je ralentis aux 3 allures.

J'améliore l'usage de mes aides. J'obtiens un cheval réactif et disponible pour effectuer avec légèreté et netteté des variations de vitesse aux 3 allures.

D2 Je maintiens une vitesse régulière et adaptée au galop.

Je prends le repère de la vitesse adaptée pour chaque allure et je retrouve cette vitesse dans chaque allure après une transition d'allure.

D3 J'effectue des transitions d'allure en m'installant dans la vitesse adaptée dans chaque allure.

J'effectue des transitions d'allure en cherchant à prendre tout de suite la vitesse adaptée dans la nouvelle allure.

D4 J'effectue des départs au galop sur le bon pied dans un enchaînement de figures et de transitions.

J'effectue un départ sur une courbe après avoir effectué une transition au trot et avant de repasser au trot dans une zone précise.

D5 Je conserve une vitesse régulière et adaptée dans une allure en enchaînant des mouvements.

Je conserve une vitesse adaptée et régulière en enchaînant des figures dans chaque allure.

D6 Je varie ma vitesse au pas et au trot.

Je développe le pas en accompagnant le balancier de mon cheval avec mes bras et mes mains et je développe le trot au trot enlevé en conservant le contact.

E ► JE SAUTE ET J'ENCHAÎNE UN PARCOURS D'OBSTACLES. JE VAIS EN EXTÉRIEUR ET EN TERRAIN VARIÉ

E1 Je m'exerce sur des barres au sol au galop et sur des parcours de barres au sol.

Je prépare mon cheval et le rends disponible. Je l'installe dans un bon galop de référence. Je le conduis avec précision sur les enchaînements de barres au sol.

E2 Je saute une ligne de cavaletti.

Je suis confiant, stable et sobre sur des passages répétés d'un dispositif de 4 obstacles rapprochés à 1 foulée dont le dernier est un oxer qui s'élargit au fur et à mesure des passages.

E3 Je saute un obstacle isolé en dehors de la piste au galop en étant stable.

Je suis confiant et stable, avant, pendant et après un saut, et je conduis mon cheval avant et après le saut dans une vitesse régulière et sur un tracé précis et défini.

E4 J'enchaîne plusieurs obstacles au galop.

J'enchaîne plusieurs obstacles au galop y compris des lignes de deux obstacles à 5 ou 6 foulées, en étant stable, en dessinant un bon tracé et en contrôlant une vitesse régulière et adaptée.

E5 Je vais en extérieur et en terrain varié.

Je vais en promenade aux 3 allures. J'évolue en équilibre sur des montées et des descentes au pas et au trot en étant stable.

E6 J'enchaîne un parcours de 8 obstacles au galop.

J'enchaîne 8 obstacles au galop en étant stable, en dessinant un bon tracé et en contrôlant une vitesse régulière et adaptée.

F ► J'AI ATTEINT MES OBJECTIFS : JE PASSE ET JE RÉUSSIS MON GALOP® 4

F1 J'effectue des prestations à cheval.

Je présente la reprise type Galop® 4
Je participe à une sortie en extérieur aux 3 allures.
J'effectue le parcours type Galop® 4.

F1 Je fais le bilan de mes acquis.

J'ai acquis les connaissances générales et connaissances du cheval du programme du Galop® 4.
Je suis capable de réaliser les tâches de soins du cheval et d'entretien du matériel du Galop® 4.
Je suis capable de faire faire les exercices en main du Galop® 4 à mon cheval.





Maintenant, à chacun de jouer !

Grâce à la fiche d'auto-évaluation, vous êtes à même de bien repérer vos acquis et de savoir où vous en êtes par rapport aux attentes du Galop®4.



Vous pouvez commencer en marquant tout ce que vous n'avez jamais fait ou ne connaissez pas encore dans la case « **Je ne sais pas** ».



Vous le saviez déjà plus ou moins ou vous êtes en train de l'apprendre, vous pouvez noter dans la case « **Je suis en cours d'acquisition** » tout ce qui n'est plus inconnu pour vous et que vous êtes en train d'acquérir, même si vous ne le maîtrisez pas totalement.



Enfin, quand vous vous sentez capable d'effectuer quelque chose avec aisance à pied ou à cheval, que les connaissances n'ont plus de secret pour vous et que vous réussissez les QCM portant sur le programme, c'est le moment de cocher la case « **Je sais. Je peux.** ».

Fiche d'auto-évaluation

JE NE SAIS PAS

JE SUIS EN COURS
D'ACQUISITION

JE SAIS, JE PEUX.



CONNAISSANCES GÉNÉRALES

Je décris la posture du cavalier à cheval à l'obstacle.

Je nomme et je reconnais les mors de filet usuels.

J'explique l'accord des aides.

J'explique les règles de sécurité à appliquer en aire de travail et à l'extérieur.

J'explique ce qu'est un pli et l'incurvation.

CONNAISSANCE DU CHEVAL

J'explique comment veiller au bien-être des chevaux.

Je procède à une identification de base. Je détermine sur un cheval ou un poney : son sexe, sa robe, ses marques, ses épis.

Je nomme les différentes parties du livret signalétique : carte d'identité + carnet de santé.

Je cite et j'explique les soins périodiques obligatoires – vaccination- et recommandés - vermifugation, soins dentaires...

Je cite les principales normes physiologiques du cheval : température, rythme cardiaque.

J'identifie les signes de maladie : prostration, agitation, comportement inhabituel, inappétence, jetage, etc.

J'explique le mécanisme du galop à droite et à gauche et je sais le reconnaître.

Je décris les besoins du cheval en fourrages, concentrés et minéraux.

Je sais reconnaître les grandes familles d'aliments à distribuer : fourrages, concentrés et compléments minéraux.

Je sais reconnaître les principaux aliments à éviter : les végétaux toxiques et les contaminants alimentaires.

J'explique comment veiller au bien-être des chevaux.

Je procède à une identification de base. Je détermine sur un cheval ou un poney : son sexe, sa robe, ses marques, ses épis.

J'explique comment veiller au bien-être des chevaux.

Je procède à une identification de base. Je détermine sur un cheval ou un poney : son sexe, sa robe, ses marques, ses épis.

S'OCCUPER DU CHEVAL

Je mets et j'enlève des protections de travail : protège-boulets, guêtres et cloches.			
Je mets et j'enlève des protections de transport.			
J'inspecte et je soigne les membres avant et après le travail.			

PRATIQUE ÉQUESTRE À PIED

Je marche en main quelques foulées en conservant un contact moelleux et permanent sur les deux rênes.			
Je fais reculer mon cheval ou mon poney en restant à distance.			
Je fais venir le cheval vers moi.			
J'obtiens une flexion latérale de l'encolure des deux côtés.			
Je trotte en main sur des lignes droites et des courbes larges.			
Je franchis des embûches simples au pas : type flaques, bâches, plans inclinés, pont de van ou de camion...			

PRATIQUE ÉQUESTRE À CHEVAL

Je trotte enlevé dans une bonne posture lors de changements de direction ou d'amplitude.			
Je suis stable en équilibre sur mes étriers au galop et sur des dispositifs de sauts rapprochés à environ 80 cm.			
Je trotte, galope et enchaîne des mouvements simples assis dans une bonne posture.			
Je prends et conserve un contact permanent et moelleux avec la bouche de mon cheval ou de mon poney aux 3 allures.			
Je peux à volonté évoluer sans contact avec la bouche de mon cheval ou mon poney aux 3 allures.			
Je pars au galop du pas sur le bon pied en ligne droite.			
Je varie la vitesse (l'amplitude) au trot enlevé et au galop.			
Je maintiens une vitesse régulière sur un enchaînement de courbes et lignes droites au galop.			
Je dirige sur des courbes aux 3 allures avec un pli interne.			
Je déplace les épaules de mon cheval d'un quart de tour au pas.			
Je déplace les hanches de mon cheval d'un quart de tour au pas.			
Je contrôle l'allure, la vitesse et la direction sur un enchaînement de sauts isolés à environ 70 cm.			
Je contrôle l'allure, la vitesse et la direction en terrain varié.			
Je réalise une reprise combinée ou une reprise de dressage et un parcours de CSO de niveau club 4 ou de hunter Galop® 4 ou épreuve poney équivalente			
J'effectue une sortie en extérieur aux trois allures.			



6 bonnes raisons de préparer un Galop®

- ▶ Apprendre à connaître le cheval et à bien s'en occuper.
- ▶ Acquérir les connaissances qui permettent de devenir autonome.
- ▶ Rythmer son apprentissage par des étapes logiques.
- ▶ Situer son niveau pour constater ses progrès et rester motivé.
- ▶ Se préparer à la compétition.
- ▶ Avoir la référence de son niveau sur sa licence.



Bonne évaluation !

Parlez-en avec votre moniteur ou votre monitrice. Demandez-lui ce que vous allez faire lors des prochaines séances et n'hésitez pas à échanger avec lui sur vos auto évaluations, pour savoir si votre évaluation correspond aussi à la sienne et comment il vous situe. C'est très instructif et très motivant de voir tout ce que l'on apprend, les progrès que l'on fait et que le Galop® 4 approche !

Questionnaires à choix multiples

► CHAPITRE 1 : CONNAISSANCES GÉNÉRALES

Cocher toutes les affirmations exactes.

QUESTION 1 - Sécurité. Vrai ou faux ?

- A** Je fais attention de ne mettre ni mes doigts, ni ma main dans une boucle de longe.
- B** Je veille à ne pas surprendre le cheval pour éviter des réactions brusques de sa part.
- C** Je referme portes et barrières après mon passage.
- D** Je mets mon casque une fois que je suis à cheval.
- E** En extérieur, je repasse au pas quand je croise piétons, vélos, voitures ou cavaliers.
- F** Les règles qui s'appliquent aux chevaux sont celles qui s'appliquent aux véhicules à moteur.

QUESTION 2 - Indiquer la signification de chaque panneau.

- A**  1 Attention passage de cavaliers
- B**  2 Chemin obligatoire pour les cavaliers
- C**  3 Fin de chemin obligatoire pour les cavaliers

QUESTION 3 - Quelles sont les 2 principales parties du mors ?

- A** Les anneaux
- B** Le montant du filet
- C** Le boulet
- D** Le canon

QUESTION 4 - Associer chaque dessin de mors à son type de canon.

- A**  1 À double brisure
- B**  2 À simple brisure
- C**  3 Droit

QUESTION 5 - Associer le dessin de chaque mors à son nom.

- A**  1 À aiguilles
- B**  2 À olives
- C**  3 Baucher
- D**  4 Chantilly
- E**  5 Verdun

QUESTION 6 - Le mors. Vrai ou faux ?

- A** Le mors doit être adapté à la bouche du cheval.
- B** Les montants du filet permettent de régler la hauteur du mors.
- C** Le mors doit être rincé après chaque usage.
- D** On lave le mors lorsqu'on fait les cuirs.

► CHAPITRE 2 : CONNAISSANCE DU CHEVAL

Cocher toutes les affirmations exactes.

QUESTION 1 - Quels sont les 3 points essentiels au bien-être du cheval ?

- A** De l'eau propre et à volonté.
- B** La possibilité de bouger.
- C** Les soins périodiques.
- D** Manger des carottes régulièrement.
- E** Laver les couvertures tous les jours.

Réponses : Chapitre 1 - Question 1 : A/B/C/E/F; Question 2 : A2/B3/C1; Question 3 : A/D; Question 4 : A3/B2/C1; Question 5 : A4/B2/C5/D3/E1; Question 6 : A/B/C - Chapitre 2 - Question 1 : A/B/C.

QUESTION 2 - Le galop. Vrai ou faux ?

- A** Le galop est une allure en 3 temps.
- B** C'est une allure sautée et symétrique.
- C** L'ordre de poser des membres est postérieur – diagonal – antérieur.

QUESTION 3 - Lorsque je galope sur le bon pied cela signifie que :

- A** L'antérieur gauche s'avance le plus lorsque je galope à main gauche.
- B** L'antérieur droit s'avance le plus lorsque je galope à main gauche.

QUESTION 4 - Combien y a-t'il de robes de base ?

- A** 4
- B** 8
- C** 13

QUESTION 5 - Les robes. Vrai ou faux ?

- A** La famille des noirs comprend le noir et le noir pangaré.
- B** Le palomino et le café-au-lait font partie de la famille des alezans.
- C** Les 4 familles de robes de base sont les noirs, les bais, les alezans et les autres.
- D** Quand la robe de base comporte de grandes taches blanches, le cheval est pie.

QUESTION 6 - Les caractéristiques de la famille des alezans sont :

- A** Crins noirs / poils fauves
- B** Crins fauves / poils fauves
- C** Crins fauves / poils noirs

QUESTION 7 - Quels sont les différentes étapes du signalement ?

- A** Le sexe – la robe – les marques – les épis.
- B** Le signalement – la pose du transpondeur – l'enregistrement SIRE.

QUESTION 8 - L'identification. Vrai ou faux ?

- A** Le document d'identification doit suivre le cheval dans ses déplacements.
- B** Le numéro de puce est le même que le numéro SIRE.

QUESTION 9 - Où se trouve généralement le transpondeur électronique aussi appelé puce ?

- A** Dans les poils
- B** Dans la partie supérieure gauche de l'encolure
- C** Dans la fesse droite

QUESTION 10 - Quels sont les 5 types d'apports alimentaires nécessaires au cheval ?

- A** L'eau
- B** Les protéines
- C** Les vitamines
- D** Les carotides
- E** Les minéraux
- F** Les glucides et les lipides

QUESTION 11 - La consommation d'eau journalière. Vrai ou faux

- A** Environ 10 litres par jour.
- B** Environ 40 litres par jour.
- C** Environ 200 litres par jour.

QUESTION 12 - L'alimentation du cheval. Vrai ou faux ?

- A** L'apport principal d'énergie se fait par les glucides et les lipides.
- B** Les besoins en protéines sont plus élevés chez la poulinière et chez le poulain en croissance.
- C** Les minéraux et les vitamines sont des compléments utiles, mais pas indispensables au cheval.

QUESTION 13 - Associer chaque nom à sa définition

- A** Glucides **1** Corps gras non soluble dans l'eau, très présents dans le lait et les graines.
- B** Lipides **2** Sucres que l'on trouve sous forme d'amidon, principalement dans les céréales.

Réponses : Chapitre 2 – Question 2 : A/C. Question 3 : A. Question 4 : C. Question 5 : A/B/C/D. Question 6 : B. Question 7 : A. Question 8 : A. Question 9 : B. Question 10 : A/B/C/E/F. Question 11 : B. Question 12 : A/B. Question 13 : A2/B1.

PRÉSENTATION
 CONNAISSANCES GÉNÉRALES
 CONNAISSANCE DU CHEVAL
 S'OCcuper DU CHEVAL
 PRATIQUE ÉQUESTRE À PIED
 PRATIQUE ÉQUESTRE À CHEVAL
 PASSER SON GALOP 4

QUESTION 14 - Quels sont les principaux types d'aliments du cheval ?

- A** Les fourrages, les aliments concentrés et les CMV.
- B** Les céréales, les granulés et les poissons.
- C** Les fruits et les céréales.

QUESTION 15 - Ces aliments sont à éviter. Vrai ou faux ?

- A** Le pain mou.
- B** Les pommes entières.
- C** Les morceaux de carottes.
- D** Les coquelicots.
- E** Le lierre.
- F** Les pâquerettes.

QUESTION 16 - Quels sont les principaux soins périodiques ?

- A** Les vaccins
- B** L'épilation
- C** Les vermifuges
- D** Les soins dentaires

QUESTION 17 - Les normes physiologiques d'un cheval au repos sont :

- A** Température corporelle : 37,3 à 38°C
- B** Rythme cardiaque : 25 à 45 pulsations par minute.
- C** Fréquence respiratoire : 15 à 25 mouvements par minute.

QUESTION 18 - L'hypersensibilité des membres fait partie :

- A** Des signes physiologiques inquiétants
- B** Des signes physiologiques normaux

QUESTION 19 - Je m'alerte sur le comportement de mon cheval lorsque :

- A** Il ne mange pas sa ration.
- B** Il s'agite et se regarde les flancs.
- C** Il bouge les oreilles.

QUESTION 20 - Les problèmes de santé les plus courants chez le cheval sont :

- A** Les coliques, les boiteries, les problèmes respiratoires et les coups de sang.
- B** La rougeole et la varicelle.

▶ CHAPITRE 3 : S'OCCUPER DU CHEVAL

Cocher toutes les affirmations exactes.

QUESTION 1 - Les protections. Vrai ou faux ?

- A** Les principales sont les guêtres, les cloches et les protège-boulet.
- B** Elles se ferment toujours de l'avant vers l'arrière.
- C** Elles se ferment toujours avec des boucles.
- D** Elles ont des tailles adaptées à la morphologie de chaque cheval.
- E** Les protections de transport protègent les membres et la queue, parfois la nuque.

QUESTION 2 - Lorsque je mets la couverture de mon cheval

- A** Je lui montre bien que je vais lui poser sur le dos pour ne pas le surprendre.
- B** J'attache les boucles ou les passants en commençant par l'arrière.
- C** J'attache en dernier les fixations sous les cuisses et éventuellement sous la queue.

QUESTION 3 - Numéroté les étapes pour enlever une couverture

- A** 1 Plier la couverture et la mettre à sa place.
- B** 2 Défaire les boucles de l'arrière vers l'avant.
- C** 3 Prendre la couverture au niveau du garrot et de la croupe.

Réponses : Chapitre 2 – Question 14 : A. Question 15 : A/B/D/E. Question 16 : A/C/D. Question 17 : A/B. Question 18 : A. Question 19 : A/B. Question 20 : A. Chapitre 3 – Question 1 : A/B/D/E. Question 2 : A/C. Question 3 : B/2C/3A.

QUESTION 4 - Qu'est ce qu'une atteinte ?

- A** Lorsque le cavalier atteint l'objectif fixé.
- B** Lorsque le cheval réussit à attraper quelque chose avec la bouche.
- C** Lorsque le cheval a une petite blessure sur un membre.

QUESTION 5 - Un engorgement : Vrai ou faux ?

- A** C'est une inflammation de la gorge.
- B** C'est un membre gonflé.
- C** C'est un embouteillage sur le parking du club.

QUESTION 6 - Les plaies se nettoient

- A** Uniquement en présence d'un vétérinaire.
- B** En les lavant à l'eau claire avec des mains propres.

► CHAPITRE 4 : PRATIQUE ÉQUESTRE À PIED

Cocher toutes les affirmations exactes.

QUESTION 1 - La pratique à pied : Vrai ou faux ?

- A** Améliore la communication cavalier-cheval.
- B** Renforce la connaissance du cheval.

QUESTION 2 - Pour mettre le cheval au trot : Vrai ou faux ?

- A** J'exerce une pression des mollets.
- B** Je marche énergiquement.
- C** Je me mets devant lui et je cours.

QUESTION 3 - Pour tourner à gauche : Vrai ou faux ?

- A** Je regarde où je vais.
- B** Je tire sur la rêne gauche.
- C** Je demande au cheval de tourner en prenant la direction souhaitée.

QUESTION 4 - Pour récompenser mon cheval : Vrai ou faux ?

- A** Je le caresse.
- B** Je continue l'exercice.
- C** Je lui parle.
- D** Je fais à la suite un exercice un peu plus dur.
- E** Je lui donne un temps de repos.

QUESTION 5 - Pour faire reculer le cheval : Vrai ou faux ?

- A** Je marche vers lui.
- B** Je fais de grands gestes avec les bras.
- C** Je fais onduler ma longe horizontalement.

QUESTION 6 - Pour faire franchir un passage délicat à mon cheval : Vrai ou faux ?

- A** Je suis attentif aux émotions de mon cheval.
- B** Je le rassure et lui parle calmement.
- C** Je me dirige d'un pas décidé vers le centre du passage à franchir.
- D** Je commence par passer à côté du passage délicat.

QUESTION 7 - Pour demander de marcher à mon cheval : Vrai ou faux ?

- A** Je marche d'une façon dynamique en lui disant « Marche ».
- B** Je m'arrête, je recule, je m'arrête et je marche.

QUESTION 8 - Pour accélérer je me sers : Vrai ou faux ?

- A** De ma voix.
- B** De ma cravache si nécessaire.
- C** D'une friandise.

QUESTION 9 - Pour ralentir : Vrai ou faux ?

- A** Je ralentis moi-même.
- B** J'agis sur les rênes si besoin.
- C** Je me mets face au mur.

Réponses : Chapitre 3 – Question 4 : A/C. Question 5 : A/B. Question 6 : B. Question 7 : A. Question 8 : A/B. Question 9 : A/B. Chapitre 4 – Question 1 : A/B. Question 2 : B. Question 3 : A/C. Question 4 : A/C/E. Question 5 : A/C. Question 6 : A/B/C. Question 7 : A. Question 8 : A/B. Question 9 : A/B.

QUESTION 10 - Définition : Vrai ou faux ?

- A** La flexion latérale de l'encolure est le fait de faire plier son encolure au cheval en direction de ses flancs avec plus ou moins d'amplitude.
- B** La flexion latérale de l'encolure est le fait de faire lever la tête du cheval.

QUESTION 11 - La flexion s'obtient : Vrai ou faux ?

- A** En se mettant à l'opposé du côté de la flexion.
- B** En raccourcissant la longe ou la rêne du côté où l'on se trouve.
- C** En tenant la longe ou la rêne assez courte pour que le mouvement puisse s'effectuer complètement.
- D** L'exercice ne se pratique que sur le côté droit.

► CHAPITRE 5 : PRATIQUE ÉQUESTRE À CHEVAL

Cocher toutes les affirmations exactes.

QUESTION 1 - Communiquer

- A** Une bonne posture et une bonne assiette sont nécessaires pour bien communiquer avec son cheval.
- B** Le cavalier prend ses informations à la fois sur l'environnement, sur son cheval et sur lui-même.
- C** La communication cavalier-cheval est d'abord verbale. Il faut apprendre les codes du langage verbal à son cheval.

QUESTION 2 - Sens et sensations

- A** Les 5 sens sont des récepteurs d'informations externes.
- B** Des récepteurs internes localisés dans les muscles, les tendons et les articulations informent le cerveau de la position de notre corps dans l'espace, lors de chaque mouvement.
- C** Les sensations résultent des récepteurs externes.

QUESTION 3 - Vision

- A** La vision focale est centrée sur l'objectif.
- B** La vision périphérique permet de savoir ce qu'il y a derrière soi.

QUESTION 4 - Le contact

- A** C'est passer de l'immobilité au pas.
- B** C'est le rapport qui existe entre la bouche du cheval et la main du cavalier lorsque les rênes sont ajustées.

QUESTION 5 - La bonne assiette

- A** Renseigne le cavalier sur la locomotion de son cheval et le rythme des allures.
- B** Permet d'agir avec justesse, sans souci de préserver son équilibre.
- C** Libère de la contrainte de fermer les jambes.

QUESTION 6 - Le pli de l'encolure c'est :

- A** La flexion plus ou moins marquée de l'encolure.
- B** La gouttière jugulaire.

QUESTION 7 - Diriger sur les courbes

- A** Les mains amènent le couloir des rênes dans la direction souhaitée.
- B** Le cavalier ralentit sur la courbe.
- C** Le cavalier tire du côté vers lequel il se dirige.

QUESTION 8 - Le rythme

- A** C'est le rapport entre une distance et le temps mis pour la parcourir.
- B** C'est la fréquence des intervalles entre les poser successifs des membres.
- C** C'est la longueur d'une foulée ou d'un pas.

QUESTION 9 - Dans une même allure

- A** La vitesse peut varier de manière importante.
- B** L'attitude du cheval peut être différente.
- C** La cadence du cheval est toujours la même.

QUESTION 10 - Les allures dites de « travail » sont :

- A** Les allures les plus rapides.
- B** Les allures de base.

QUESTION 11 - L'équilibre sur les épaules

- A** Est une attitude naturelle pour le cheval.
- B** Exige que le cheval recule son centre de gravité vers l'arrière-main.

QUESTION 12 - La jambe isolée

- A** Désigne l'action d'une jambe positionnée en arrière de la sangle.
- B** Fonctionne en phase avec la main isolée.

QUESTION 13 - Pour partir au galop

- A** Le couloir des rênes se déporte vers l'intérieur.
- B** La jambe intérieure est légèrement reculée

QUESTION 14 - Pour déplacer les hanches

- A** Le cavalier freine légèrement la vitesse.
- B** La jambe isolée fait déplacer les hanches du côté opposé.

QUESTION 15 - Déplacer les épaules :

- A** Le cavalier porte son poids du côté où il veut aller.
- B** Le cavalier emmène les épaules avec le couloir des rênes.

QUESTION 16 - Les points clés du bon fonctionnement du cavalier sont :

- A** Les rênes longues.
- B** La vision panoramique.
- C** Le haut du corps tonique.
- D** Les poignets cassés.
- E** Les épaules relâchées.

QUESTION 17 - S'équilibrer lors de changements de direction :

- A** Le cavalier se penche légèrement en avant.
- B** Le cavalier doit garder un appui symétrique.

QUESTION 18 - Dans les descentes

- A** Je me penche légèrement en arrière.
- B** Je regarde loin devant moi.

QUESTION 19 - Cavaletti désigne :

- A** Un obstacle avec les barres en biais.
- B** De petits obstacles.

QUESTION 20 - Les fondamentaux d'un bon parcours sont :

- A** Le bon tracé.
- B** Le bon fonctionnement du cavalier.
- C** Une vitesse rapide.

QUESTION 21 - Les principaux types de fautes à l'obstacle

- A** Refus
- B** Dérobade
- C** Déséquilibre
- D** Volte

QUESTION 22 - Les principaux obstacles d'entraînement et de parcours en CSO sont :

- A** Les verticaux
- B** Les panoramiques
- C** Les oxers
- D** Les croisillons

LE BILAN DE VOS 65 RÉPONSES

Chapitre	1	2	3	4	5
Nombre de questions	6	20	6	11	22
Nombre de bonnes réponses					

Réponses : Chapitre 5 – Question 10 : B. Question 11 : A. Question 12 : A. Question 13 : A. Question 14 : B. Question 15 : B. Question 16 : B/C/E. Question 17 : B. Question 18 : A/B. Question 19 : B. Question 20 : A/B. Question 21 : A/B/D. Question 22 : A/C/D.

Exemples de protocoles de validation du Galop® 4

► SOINS AUX CHEVAUX

Prénom / NOM :

Date :

Poney / Cheval :

0 : NON RÉALISÉ OU GROSSE FAUTE / 1 : RÉALISÉ IMPARFAITEMENT / 2 : BIEN RÉALISÉ

N°	CONTRAT	0	1	2	COMMENTAIRE ÉVENTUEL
1	Inspecter les membres				
2	Doucher les membres				
3	Mettre et enlever des protections de travail				
4	Mettre et enlever des protections de transport				
5	Curer et graisser les 4 pieds				
6	Vérifier l'absence de signe de maladie ou d'un comportement anormal.				
7	Effectuer un pansage complet				
8	Entretenir un box (litière, mangeoire et abreuvoir)				
TOTAL GÉNÉRAL					sur 16

(SCORE MINIMUM DEMANDÉ 12/16. UNE NOTE ZÉRO EST ÉLIMINATOIRE POUR CETTE PARTIE.)

COMMENTAIRE GÉNÉRAL SOINS AUX CHEVAUX :

► PRATIQUE ÉQUESTRE A PIED

Prénom / NOM :

Date :

Poney / Cheval :

0 : NON RÉALISÉ OU GROSSE FAUTE / 1 : RÉALISÉ IMPARFAITEMENT / 2 : BIEN RÉALISÉ

N°	CONTRAT	0	1	2	COMMENTAIRE ÉVENTUEL
1	Mener en main au pas et au trot sur un slalom ou sur un trèfle				
2	Franchir des passages délicats au pas avec son cheval en main (bâche, flaque, descendre un pont de camion)				
3	Obtenir une flexion latérale des deux côtés				
4	Mener en main en conservant le contact sur les rênes quelques foulées				
5	Éloigner et faire venir son cheval face à soi				
TOTAL GÉNÉRAL					sur 10

(SCORE MINIMUM DEMANDÉ 7/10. UNE NOTE ZÉRO EST ÉLIMINATOIRE POUR CETTE PARTIE.)

COMMENTAIRE GÉNÉRAL PRATIQUE ÉQUESTRE À PIED :

► DRESSAGE

L'évaluation se fait sur un rectangle de 40 m x 20 m ou 60 m x 20 m. La reprise (Club 4 Imposé ou Poney 3 Imposé ou reprise présentant des difficultés équivalentes) peut être présentée individuellement. Les cavaliers peuvent se suivre par groupes de 2 à 4 maximum, avec un examinateur par cavalier.

Gogue autorisé. Éperons facultatifs.

L'évaluation peut être analytique, comme en compétition, ou globale.

ÉVALUATION GLOBALE

Évaluation globale du Dressage Galop® 4 d'après présentation de la reprise Galop® 4 (Club 4 / Poney 3)

Prénom / NOM :

Date :

Poney / Cheval :

N°	DOMAINE	CRITÈRES	NOTE	COMMENTAIRES
Cheval/ Poney				
1	Activité, Allures	Energie, franchise, vitesse régulière et adaptée, correction des allures	/10	
2	Soumission	Attitude stable, obéissance	/10	
Cavalier(e)				
3	Posture (orientation et fonctionnement)	Verticalité, jambes tombant naturellement, coudes au corps semi ployés, mains devant et proches l'une de l'autre, tête dégagée des épaules, regard lié à la direction	/20	
4	Emploi des aides	Permanence d'un contact moelleux sur les 2 rênes y compris dans les courbes, regard anticipant sur la direction, juste utilisation de la posture et de la tonicité dans la conduite : transitions et direction	/20	
5	Correction du tracé, réalisation des mouvements	Précision, fluidité	/20	
TOTAL GÉNÉRAL				sur 60

(SCORE MINIMUM DEMANDÉ 30/60. SANS NOTE AU DESSOUS DE LA MOYENNE (5 OU 10))

COMMENTAIRE GÉNÉRAL :

ÉVALUATION ANALYTIQUE

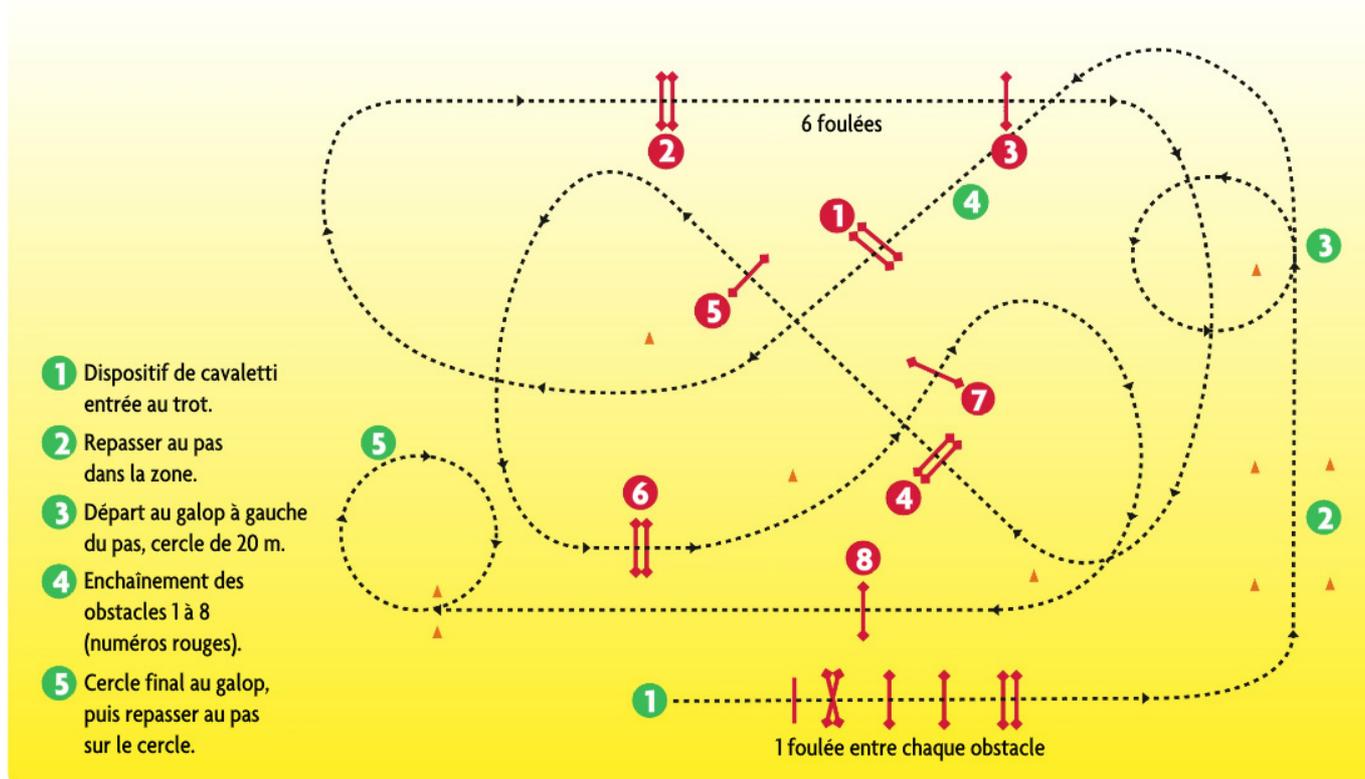
Voir protocole en ligne sur ffe.com pour les reprises Poney 3 imposée ou Club 4 imposée.

Score minimum demandé : 60%.

► SAUT D'OBSTACLES

PARCOURS TYPE GALOP® 4

Les courbes et cercles sont balisés par un plot placé sur le tracé intérieur. Les obstacles isolés comportent des verticaux et des oxers. Ils sont à 60 cm de hauteur. La sortie de la ligne de cavaletti est à 80 cm.



ÉVALUATION GLOBALE

Prénom / NOM :

Date :

Poney / Cheval :

N°	DOMAINE	CRITÈRES	NOTE	COMMENTAIRES
1	Posture entre les obstacles	Stabilité, liant	/ 20	
2	Posture sur les sauts et à la réception	Stabilité, liant	/ 20	
3	Vitesse	Adaptation, régularité, fluidité, respect des allures	/ 20	
4	Tracé	Précision et qualité des courbes Précision des abords (centrés, perpendiculaires)	/ 20	
TOTAL GÉNÉRAL				sur 80

PÉNALITÉS : REFUS - 4PTS CHAQUE, BARRE - 4 PTS CHAQUE, CHUTE ÉLIMINATOIRE
(SCORE MINIMUM DEMANDÉ 44/80. PAS DE VALIDATION AVEC NOTE INFÉRIEURE À 10 DANS UN DES CRITÈRES)

COMMENTAIRE GÉNÉRAL :

ÉVALUATION ANALYTIQUE

Prénom / NOM :

Date :

Poney / Cheval :

0 : NON RÉALISÉ OU GROSSE FAUTE / 1 : RÉALISÉ IMPARFAITEMENT / 2 : BIEN RÉALISÉ

N°	CONTRAT	0	1	2	COMMENTAIRE ÉVENTUEL
1	Dispositif de cavaletti au trot				Contrôle à l'abord, stabilité, liant.
2	Repasser au pas dans la zone				Respect du contrat. Fluidité.
3	Départ au galop à gauche du pas, cercle de 20 m environ				Le départ au galop à gauche, précision. Vitesse adaptée et contrôlée.
4	Abord, saut et réception de l'obstacle 1				Abord droit, centré et perpendiculaire. Bonne posture et liant sur le saut. Réception en ordre et droite.
5	Courbe du 1 au 2				Tracé, régularité, fluidité. Le galop sur le bon pied au plus tard au sommet de la courbe.
6	Abord, saut et réception de l'obstacle 2				Abord droit, centré et perpendiculaire. Bonne posture et liant sur le saut. Réception en ordre et droite.
7	Galop entre le 2 et le 3				Rectitude, régularité, stabilité.
8	Abord saut et réception de l'obstacle 3				Abord droit, centré et perpendiculaire. Bonne posture et liant sur le saut. Réception en ordre et droite.
9	Courbe du 3 au 4				Tracé, régularité, fluidité. Le galop sur le bon pied au plus tard au sommet de la courbe
10	Abord saut et réception de l'obstacle 4				Abord droit, centré et perpendiculaire. Bonne posture et liant sur le saut. Réception en ordre et droite.
11	Galop entre le 4 et 5				Rectitude, régularité, stabilité.
12	Abord saut et réception de l'obstacle 5				Abord droit, centré et perpendiculaire. Bonne posture et liant sur le saut. Réception en ordre et droite.
13	Courbe du 5 au 6				Tracé, régularité, fluidité. Le galop sur le bon pied au plus tard au sommet de la courbe.
14	Abord saut et réception de l'obstacle 6				Abord droit, centré et perpendiculaire. Bonne posture et liant sur le saut. Réception en ordre et droite.
15	Galop et courbe entre le 6 et le 7				Tracé, régularité, fluidité. Stabilité.
16	Abord saut et réception de l'obstacle 7				Abord droit, centré et perpendiculaire. Bonne posture et liant sur le saut. Réception en ordre et droite.
17	Courbe du 7 au 8				Tracé, régularité, fluidité, stabilité. Le galop sur le bon pied au plus tard au sommet de la courbe.
18	Abord saut et réception de l'obstacle 8				Abord droit, centré et perpendiculaire. Bonne posture et liant sur le saut. Réception en ordre et droite.
19	Faire un cercle de 20 m environ au galop à droite				Précision, vitesse adaptée et contrôlée.
20	Repasser au pas sur le cercle, marcher au pas rênes longues				Respect du contrat. Fluidité.
TOTAL GÉNÉRAL					sur 40

(SCORE MINIMUM DEMANDÉ 32/40. UNE NOTE ZÉRO EST ÉLIMINATOIRE POUR CETTE PARTIE.)

COMMENTAIRE GÉNÉRAL :

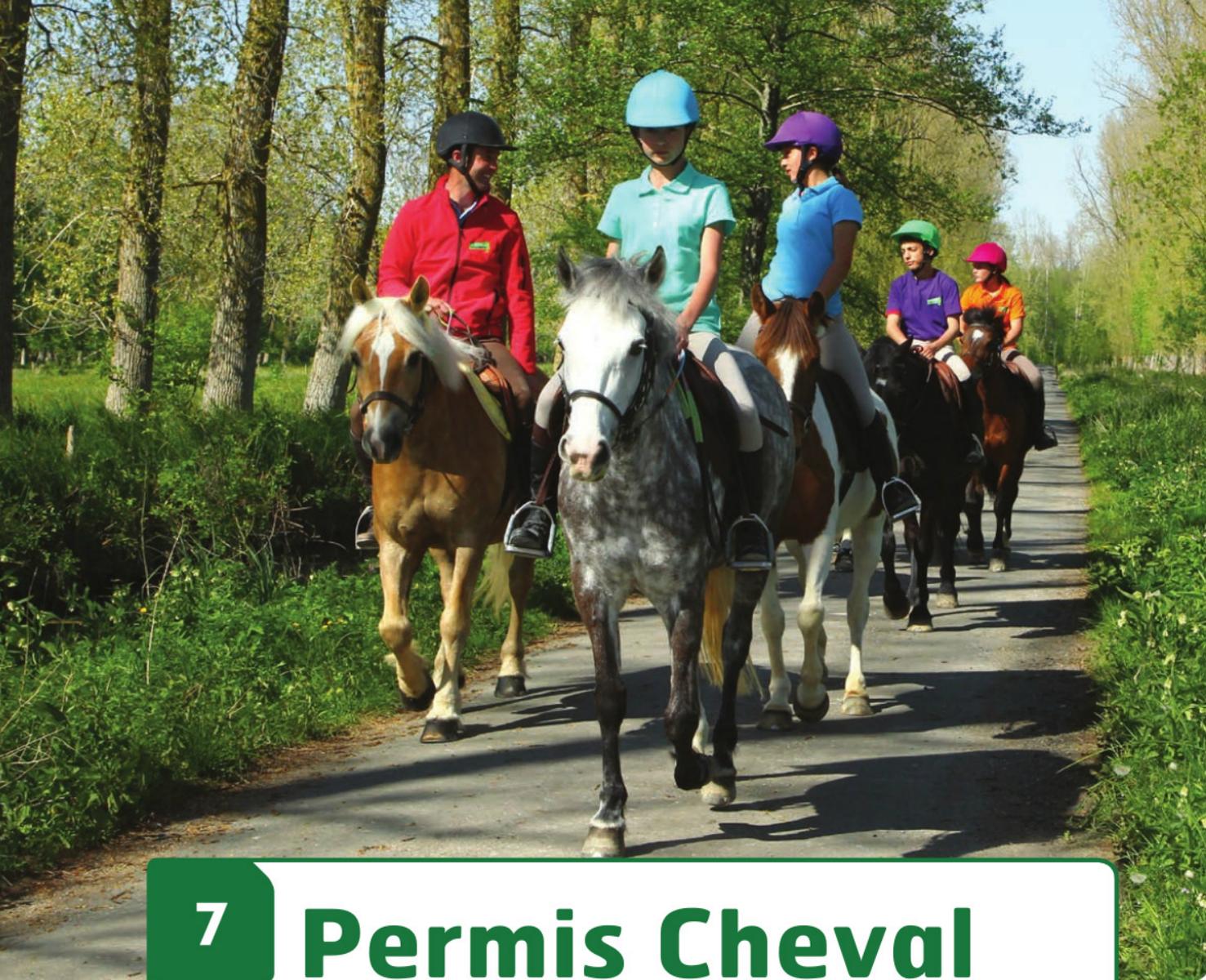
PRÉSENTATION

CONNAISSANCES
GÉNÉRALESCONNAISSANCE
DU CHEVALS'OCCUPER
DU CHEVALPRATIQUE
ÉQUESTRE À PIEDPRATIQUE
ÉQUESTRE À CHEVALPASSER
SON GALOP 4

Notes



Series of horizontal dotted lines for writing notes.



7

Permis Cheval

LE CHAPITRE DÉVELOPPE LES CONNAISSANCES ET LES COMPÉTENCES UTILES POUR LES SORTIES EN EXTÉRIEUR.

CONNAISSANCES GÉNÉRALES	80
Choisir sa sortie en fonction de ses possibilités	80
Se comporter en cavalier responsable	82
Les points de vigilance	83
Les règles de circulation à cheval	84
Définir son itinéraire	85
S'OCCUPER DU CHEVAL	86
Préparer son cheval	86
Gérer l'effort de son cheval	86
Soins pendant et après la sortie	86
PRATIQUE ÉQUESTRE	88
Se préparer et préparer son matériel	88
Nouer la longe autour du cou	89
Faire une halte	90
Circuler à cheval	91
Gérer les incidents et les accidents	92
Conduite à tenir au retour	93

▶ VOUS L'AVEZ DÉJÀ APPRIS

EN PRÉPARANT LES GALOPS®, VOUS AVEZ APPRIS DES NOTIONS UTILES POUR LES SORTIES EN EXTÉRIEUR.

VOUS POUVEZ NOTAMMENT VOUS REPORTER AUX PAGES SUIVANTES :

GUIDE FÉDÉRAL GALOP® 2

- ▶ P 16 : Les comportements des chevaux entre eux.
- ▶ P 32 : Faire un noeud d'attache.
- ▶ P 33 : Aborder un cheval ou un poney en liberté.
- ▶ P 34 : Franchir une clôture électrique.

GUIDE FÉDÉRAL GALOP® 4

- ▶ P 20 : Les besoins alimentaires du cheval.
- ▶ P 23 : Les aliments à éviter, dont les plantes toxiques.
- ▶ P 25 : Les normes physiologiques.
- ▶ P 26 : Les signes de maladie.
- ▶ P 28 : Mettre et enlever des protections de transport.
- ▶ P 32 : Inspecter et soigner les membres.
- ▶ P 37 : Franchir des passages délicats en main.
- ▶ P 56 : S'équilibrer en terrain varié.



Le Permis Cheval n'a pas force réglementaire.

Connaissances générales

▶ PRÉAMBULE

Comme le Permis Internet ou le Permis Piéton, le Permis Cheval est un guide de bonnes pratiques.

Il s'adresse à tous ceux qui souhaitent s'informer des règles de prudence et de bon sens qui permettent de profiter pleinement des joies de l'équitation d'extérieur.

▶ CHOISIR SA SORTIE EN FONCTION DE SES POSSIBILITÉS

Il n'y a pas deux sorties identiques. Chacune est à définir, à préparer et à mener en fonction de son expérience, de l'expérience de son cheval et des conditions extérieures.



PRENDRE EN COMPTE SON EXPÉRIENCE

L'expérience de l'équitation d'extérieur s'acquiert avec la pratique. Le bon sens veut qu'on aille du connu à l'inconnu par étapes progressives pour mettre de son côté toutes les chances de faire les bons choix au bon moment.

On commencera, par exemple, par faire des sorties accompagnées avec une personne expérimentée avant de partir en extérieur en autonomie.

De même, on commencera par une sortie d'une ou deux heures autour de son point de départ, avant de partir pour une demi-journée ou une journée ou de déplacer les chevaux pour une sortie éloignée.



Le cheval a besoin de s'habituer aux nouveaux environnements qu'il découvre.

PRENDRE EN COMPTE L'EXPÉRIENCE DE SON CHEVAL

Le cheval qui est habitué à sortir en extérieur et qui connaît l'itinéraire sera plus facile que le cheval qui découvre les petits chemins ou qui n'a jamais croisé d'objet insolite. La règle jeune cavalier, vieux cheval, conseille de débiter les sorties en extérieur avec un cheval habitué à toutes les situations qu'il va rencontrer et d'habituer son cheval progressivement aux passages délicats qu'on veut lui faire franchir.

PRENDRE EN COMPTE LES CONDITIONS EXTÉRIEURES

Le bon sens guide pour faire les choix adaptés. Les éléments de contexte à prendre en compte sont la météo, la nature et les modifications des espaces traversés, la saison et les heures de la journée.

Il faut toujours consulter la météo avant de partir. Si les conditions annoncées sont très mauvaises, tempête, canicule... il vaut mieux reporter sa sortie.

Le profil des itinéraires peut varier selon les saisons et les activités. Les grandes pluies rendent les chemins boueux et glissants. Les grandes chaleurs rendent les sols durs. Les cultures, les coupes de bois, les travaux peuvent modifier l'accessibilité des chemins.

Quand il fait très chaud, il vaut mieux sortir tôt le matin et tard le soir.

Dans tous les cas, il faut prévoir de rentrer bien avant la tombée de la nuit.

▶ VOUS POUVEZ L'APPRENDRE

CEUX QUI LE SOUHAITENT PEUVENT APPROFONDIR LEURS CONNAISSANCES EN PASSANT L'UN DES DIPLÔMES SPÉCIFIQUES À L'ÉQUITATION DE PLEINE NATURE :

Les **Galops® de pleine nature** qui comportent des connaissances et compétences spécifiques à l'équitation d'extérieur.

Les **Brevets de randonneur**, bronze, argent et or qui sont centrés sur ce qu'il faut savoir pour partir en randonnée.

Les **Certificats de connaissances** qui permettent une initiation plus poussée dans les 5 domaines suivants : orientation, bourrellerie, soins et secourisme équin, entretien du cheval, maréchalerie de secours et matelotage avec application au bûlage.

Lexique

Le **MATELOTAGE** concerne principalement la technique des nœuds et de l'utilisation des cordages.

À retenir

- ➔ IL FAUT ADAPTER SA SORTIE À SON EXPÉRIENCE, À L'EXPÉRIENCE DE SON CHEVAL ET AUX CONDITIONS EXTÉRIEURES.
- ➔ LE CAVALIER ET LE CHEVAL ONT BESOIN DE S'HABITUER PROGRESSIVEMENT AUX SORTIES EN EXTÉRIEUR.
- ➔ IL FAUT CHOISIR SON HORAIRE ET SA TENUE EN FONCTION DE LA MÉTÉO.
- ➔ IL FAUT PRÉVOIR D'ÊTRE RENTRÉ AVANT LA TOMBÉE DU JOUR.



Veiller à garder une distance d'1 mètre dans les dépassements ou croisements d'autres usagers.



Les numéros d'urgence ne doivent être appelés qu'en cas de danger immédiat.

En France, 3 numéros spécifiques sont dédiés aux urgences.

- ▶ Le 15 est le numéro du SAMU pour les urgences médicales.
- ▶ Le 17 est le numéro de Police Secours pour les infractions nécessitant l'intervention de la police...
- ▶ Le 18 est le numéro des pompiers pour les interventions sur les incendies, les accidents de la route, les fuites de gaz, les effondrements...

Le 112 est le numéro d'urgence européen qui fonctionne pour tout partout.

Le site www.risques.gouv.fr informe sur la conduite à tenir en cas d'urgence.

▶ SE COMPORTER EN CAVALIER RESPONSABLE

Le comportement citoyen est de règle vis-à-vis des autres usagers et en ce qui concerne l'environnement. Il exige aussi de signaler aux personnes concernées les anomalies rencontrées.

LES POINTS DE VIGILANCE

Les points de vigilance à respecter vis-à-vis de son cheval, de l'environnement et des personnes rencontrées sont résumés dans la page suivante. Ils sont suivis des conseils de prévoyance visant à ne pas provoquer des déploiements de secours par négligence. Cela concerne aussi les randonnées de plusieurs jours.

RESPECTER LES AUTRES USAGERS

Les cavaliers doivent respecter les règles de courtoisie à l'égard des autres usagers. Ils doivent les prévenir de tout changement de direction. Il faut rester à une distance d'au moins 1 mètre des usagers croisés, piétons, cyclistes, autres cavaliers et à 50 cm au moins d'un usager dit « inerte », type automobile.

RESPECTER L'ENVIRONNEMENT

Les cavaliers doivent veiller à respecter le milieu naturel, l'environnement végétal et la tranquillité des animaux en pâture.

Ils doivent respecter les cultures agricoles.

Ils doivent respecter scrupuleusement les consignes de vigilance destinées à éviter les incendies. Ne pas allumer de feu en forêt. Ne jamais laisser un feu qui ne serait pas complètement éteint. Ne pas jeter de cigarettes. Etc.

Ils doivent emporter avec eux tous leurs déchets et les déposer de préférence dans des conteneurs de tri sélectif.

SIGNALER LES ANOMALIES RENCONTRÉES

Les principales anomalies rencontrées sont les suivantes :

- ▶ Problèmes sur l'itinéraire : chemin coupé, élément dangereux, balisage défectueux ou interrompu,
- ▶ Conflits d'usage,
- ▶ Problème environnemental : pollution, décharge sauvage...
- ▶ Départ de feu à signaler aux pompiers,
- ▶ Animaux errants à signaler à la gendarmerie.

Selon le cas, il faut contacter les services d'urgence ou signaler l'anomalie aux personnes concernées à son retour.

ETRE PREVOYANT

Avant de partir, il faut s'assurer que la météo le permet, prévenir une personne de l'heure de son retour et prévoir le matériel adapté à la sortie.

J'AIME LA NATURE

JE RESPECTE MON CHEVAL

- ▶ Je monte un cheval en bonne santé, sans blessure, adapté à mon niveau et à l'effort demandé.
- ▶ J'utilise un harnachement qui convient à ce cheval et à l'activité prévue.
- ▶ Je le ménage en gérant son allure et sa vitesse selon sa condition physique, la nature du terrain, les conditions climatiques et le relief.
- ▶ Je prévois sur mon parcours les points d'eau et la nourriture adaptés à l'effort que je lui demande.

JE RESPECTE LA NATURE ET LES ESPACES QUE JE TRAVERSE

- ▶ J'apprends à connaître la faune, la flore, la géologie et les sites rencontrés sur mon parcours.
- ▶ Les seuls souvenirs que je prends de ma randonnée sont des photos et des vidéos.
- ▶ J'évite toute cueillette. Ce n'est pas parce qu'une espèce végétale est abondante ici qu'elle n'est pas rare ailleurs.
- ▶ Je ne sors pas des chemins et sentiers. Je ne traverse ni les cultures, ni les plantations pour protéger les espèces sauvages ou cultivées et les sols fragiles.
- ▶ Je passe au pas près des animaux en pâture pour préserver leur tranquillité et je referme derrière moi les barrières que j'ai ouvertes.
- ▶ Je rapporte mes déchets jusqu'à une poubelle ou à des conteneurs de tri sélectif.
- ▶ Je signale les anomalies rencontrées sur mon parcours comme les départs de feu, les animaux errants, les éboulements ou les décharges sauvages.

JE RESPECTE LES AUTRES UTILISATEURS DE L'ESPACE NATUREL

- ▶ Je suis courtois avec toutes les personnes rencontrées sur mon parcours.
- ▶ Quand je croise des promeneurs, je ralentis l'allure et je prends mes distances.
- ▶ En période de chasse, je suis vigilant et je me tiens éloigné des zones de battue.

JE SUIS PRÉVOYANT

- ▶ Je choisis un équipement qui garantit ma sécurité.
- ▶ Je consulte la météo avant de partir.
- ▶ J'informe un tiers de mon départ, des grandes lignes de mon itinéraire et de l'heure prévue pour mon retour.
- ▶ J'emporte toujours dans mes poches ou mes sacoches : une trousse de premiers secours humains et équins, un couteau et une lampe frontale ou de poche, un cure-pieds en promenade et un nécessaire de maréchalerie en randonnée, un peu de monnaie et un téléphone portable.
- ▶ Je reste visible par tout temps et à toute heure en m'habillant de couleurs claires et en portant des bandes réfléchissantes par temps sombre.





Rappel

Reportez-vous aux pages 8 et 9 de votre Guide pour le rappel des règles de sécurité et de circulation en extérieur.

Comprendre une carte

- ▶ L'échelle permet de passer d'une distance réelle à sa représentation sur la carte.
A l'échelle 1/25 000^e, 1 cm de la carte représente 25 000 cm, soit 250 m sur le terrain.
- ▶ La légende permet de décoder les symboles : églises, châteaux, points d'eau... signification des couleurs, etc.
- ▶ Le vert est utilisé pour la végétation, le bleu pour l'eau, l'orange pour les courbes de niveau et les routes principales, le jaune pour les routes secondaires... Sur certaines cartes, les pistes cavalières et sentiers de randonnée peuvent figurer en violet.



Se faire voir

Si le temps est très couvert ou si un incident oblige à rentrer à la tombée de la nuit, l'idéal est de porter une lampe frontale et des bandes réfléchissantes ou un gilet jaune de sécurité.

▶ LES RÈGLES DE CIRCULATION À CHEVAL

Nul n'est censé ignorer les règles d'accessibilité et de circulation des routes et des chemins. Un chemin ouvert n'est pas forcément autorisé.



Il faut s'assurer que les chemins qu'on utilise sont ouverts aux cavaliers

A CHEVAL SUR LA ROUTE

Les cavaliers et leurs montures doivent respecter les dispositions du Code de la route au même titre que les véhicules lorsqu'ils sont à cheval et que les piétons lorsqu'ils sont à pied.

Les principales obligations des cavaliers sont :

- ▶ Respecter les feux et panneaux de signalisation,
- ▶ Respecter les priorités,
- ▶ Informer les autres utilisateurs de la voie de circulation de tout changement de vitesse ou de direction. Comme en vélo, le cavalier doit prévenir les autres usagers de la route lorsqu'il souhaite tourner.
- ▶ Maintenir sa monture sur le bord droit de la chaussée,
- ▶ Ne pas « laisser d'animaux sans conducteur »
- ▶ Ne pas stationner ou s'arrêter dans des zones gênantes ou dangereuses.
- ▶ Éviter de circuler sur les voies à grande circulation.

Rappel : les autoroutes et les voies rapides sont interdites aux cavaliers et aux attelages.

Ce n'est pas obligatoire, mais, pour des raisons de sécurité, il est important que les cavaliers soient vus par les autres conducteurs. Le port de bandes réfléchissantes ou d'un gilet réfléchissant permet d'augmenter sa visibilité.

A CHEVAL SUR LES CHEMINS

Il appartient au cavalier de se limiter aux chemins autorisés et de respecter les obligations, comme d'emprunter les voies balisées ou de ne pas quitter les allées cavalières en forêt. Les chemins ruraux sont normalement ouverts à la circulation du public. Les chemins de halage, les voies vertes et les allées forestières sont en général ouverts aux piétons et aux cyclistes. Il faut s'assurer que telle ou telle voie est ouverte aux cavaliers avant de l'emprunter.

► DÉFINIR SON ITINÉRAIRE

Un bon itinéraire est celui qui permet de profiter pleinement des attraits des paysages traversés, en toute sécurité.



Carte ou plan permettent de s'assurer que l'on est sur le bon itinéraire.

LES CONDITIONS DE LA SORTIE

Pour commencer, on préférera un parcours déjà connu où l'on a repéré des points qui permettent de ne pas se perdre ou un itinéraire balisé où il suffit de suivre le balisage.

Les principaux repères sont appelés « points remarquables » : routes, chemins, intersections, églises, châteaux, ponts, étangs...

Prévoir d'entrée les lieux propices pour des haltes et les points d'eau si la météo ou la durée nécessitent de faire boire les chevaux.

Repérer les voies de rapatriement d'urgence aux écuries.

Choisir une distance raisonnable. On compte environ 4 km par heure, pauses comprises.

L'horaire de départ et d'arrivée est fonction de la saison. Préférer les heures chaudes en hiver et fraîches en été. Éviter les sols gelés.

LES PRINCIPALES FORMES D'ITINÉRAIRES

- Carte papier IGN où est dessiné l'itinéraire à suivre,
- Topoguide réalisé par les instances locales ou régionales du tourisme ou du tourisme équestre,
- Road-book établi pour les cavaliers,
- Carte importée sur téléphone ou tablette à partir d'un site ou d'une application dédiées.

Attention : Les réseaux téléphoniques sont parfois indisponibles pour des raisons variables. Ils ne peuvent pas être le seul repère.

Lexique

Le **topoguide** comprend des plans et une description de l'itinéraire. Le mot vient de la randonnée en montagne où la topographie est décisive.

Le **road-book** comprend, pour chaque portion de trajet, des notes et des schémas des intersections. Le mot vient du rallye automobile où le profil des carrefours est décisif.

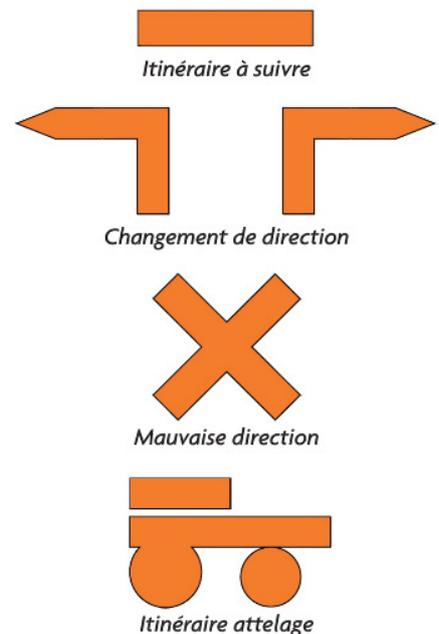


Marques de balisage

Le balisage équestre officiel est orange.

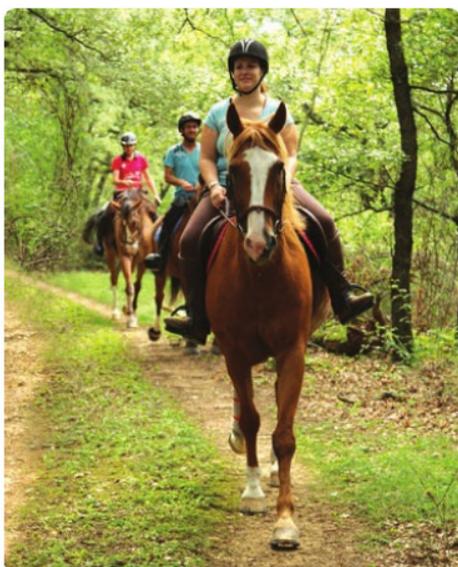
Il a été déposé à l'INPI par la FFE CNTE et s'inscrit dans la charte officielle de balisage applicable à l'ensemble des formes de randonnée.

A noter que le balisage des sentiers de Grande Randonnée, GR, est en blanc et rouge, celui des GR de pays est en jaune et rouge et celui des sentiers de Petite Randonnée, PR, est en jaune.



À retenir

- ➔ LES CAVALIERS DOIVENT RESPECTER LE CODE DE LA ROUTE.
- ➔ ILS DOIVENT SE LIMITER AUX CHEMINS AUTORISÉS.
- ➔ LA PRÉPARATION DE L'ITINÉRAIRE DOIT PERMETTRE DE PRENDRE DES REPÈRES SUR LE CHEMIN À SUIVRE ET LES POINTS DE HALTE NÉCESSAIRES.
- ➔ LE BALISAGE FFE-CNTE EST ORANGE.



On part toujours au pas et on finit le trajet au pas, avant de mettre pied à terre

S'occuper du cheval

► PRÉPARER SON CHEVAL

La préparation du cheval est la même que pour les autres activités, pansage, inspection des membres, inspection du corps.

Si le cheval est ferré, s'assurer que les fers tiennent bien.

Le contrôle de l'équipement est important pour détecter les coutures usagées ou les cuirs entamés qui pourraient céder.

L'ajustement du harnachement est essentiel, à cause de la durée de l'activité.

Le filet doit être bien réglé, la selle et la sangle doivent être bien à leur place et le tapis doit être parfaitement dégarroté.

► GÉRER L'EFFORT DE SON CHEVAL

ALLURES

Le pas est l'allure la plus employée en randonnée. Elle est à privilégier dans les descentes, les fortes montées et sur les terrains glissants et inégaux.

En extérieur, on trotte enlevé. Penser à changer de diagonal régulièrement.

Il est possible de prendre le trot sur des terrains confortables.

Ne pas prendre le trot sur des dénivelés importants, des sols caillouteux ou trop boueux.

Le cavalier ne peut prendre le galop que s'il a une excellente visibilité et que si le sol le permet. Penser à changer de pied régulièrement.

Éviter de toujours prendre le trot ou le galop au même endroit pour qu'à la prochaine sortie le cheval ne vole pas le départ au trot ou au galop.

RÉCUPÉRATION

Le début de la sortie se fait au pas pour que le cheval puisse s'échauffer tranquillement. Quand on trotte ou qu'on galope, il faut repasser au pas avant que le cheval soit à la peine. Il faut également reprendre le pas sur le chemin du retour.

Avant l'arrivée à la halte ou à l'écurie, il est conseillé de mettre pied à terre et de desserrer la sangle. Cela permet au cheval de récupérer avant la pause. C'est aussi un moyen d'éviter les gonfles.

► LES SOINS PENDANT LA SORTIE

EAU ET NOURRITURE

Le cheval doit pouvoir boire à volonté durant la sortie en extérieur. Veiller à couper l'eau, s'il a tendance à boire sans interruption. Préférer l'eau à température ambiante.

Si le cheval peut brouter de l'herbe ou manger du foin pendant la pause, c'est idéal. Selon ses habitudes alimentaires, on peut remplacer la ration du midi par une ration plus importante le matin et le soir.



En extérieur aussi, le cheval a besoin de boire régulièrement de l'eau claire.



Vérifier les pieds à chaque halte

A LA PAUSE

A la pause, après avoir dessellé le cheval, il faut, comme avant le départ, procéder à l'inspection du corps et des membres, notamment de la ferrure et des pieds.

Si les températures sont élevées, on peut arroser le cheval dessellé : au passage de sangle, sur le poitrail, sur les grosses artères à l'intérieur des membres postérieurs.

EN CAS DE BLESSURE

Boiterie

Vérifier le pied. Si la boiterie est confirmée, terminer la sortie à pied et au pas, sur un terrain non caillouteux. Si le cheval peine trop, faire venir un camion ou appeler le vétérinaire.

Atteinte

Mettre le cheval sur un sol propre.

Si la plaie est souillée, la nettoyer en la lavant abondamment à l'eau claire et éventuellement au savon, puis la désinfecter.

Plaie de harnachement ou gonfle

Supprimer la cause de la plaie. Enlever le harnachement.

Pour le passage de sangle, on peut appliquer de la pommade grasse et ressangler plus en arrière.

► LES SOINS AU RETOUR

Desseller et panser le cheval, lui curer les pieds. Inspecter le corps et les membres.

Lui donner à boire et à manger.

Lexique

GONFLE : Une gonfle est un échauffement de la peau qui la soulève. C'est l'équivalent d'une ampoule chez l'homme.

À retenir

- ➔ LE CONTRÔLE DU CHEVAL AVANT LE DÉPART, À LA PAUSE ET À L'ARRIVÉE, COMPORTE L'INSPECTION DU CORPS ET DES MEMBRES.
- ➔ IL FAUT AUSSI INSPECTER LE HARNACHEMENT ET SON AJUSTAGE.
- ➔ ON PART AU PAS ET ON RENTRE AU PAS. ON PASSE AU PAS DÈS QU'IL Y A UN PASSAGE DÉLICAT.
- ➔ ON NE TROTTE ET ON NE GALOPE QUE MODÉRÉMENT, SUR DES SOLS SOUPLES AVEC UNE BONNE VISIBILITÉ.
- ➔ IL FAUT VEILLER À CE QUE LE CHEVAL PUISSE BOIRE DE L'EAU CLAIRE.
- ➔ IL FAUT METTRE PIED À TERRE ET RENTRER À PIED SI LE CHEVAL BOITE OU S'IL A DES PLAIES DE HARNACHEMENT.
- ➔ IL FAUT NETTOYER ET DÉSINFECTER LES PLAIES.



A emporter

Ce que l'on emporte est fonction de la distance, de la durée et de l'éloignement des écuries.

Prévoir au minimum pour le groupe :

- ▶ un plan, un road-book, un topoguide ou une carte,
- ▶ un téléphone chargé avec en mémoire les numéros des personnes à appeler et les numéros d'urgence,
- ▶ un cure-pieds,
- ▶ une trousse de premier secours.

Il est conseillé de mettre 2 bandes ou un gilet jaune réfléchissants si l'itinéraire comporte des portions sur routes très fréquentées.

Un produit anti-mouches, de la ficelle et un couteau peuvent être utiles.



Les sacoches permettent d'emporter du matériel.

Pratique équestre

▶ SE PRÉPARER ET PRÉPARER SON MATÉRIEL

Avant de partir en extérieur, il faut préparer sa tenue, l'équipement de son cheval, le matériel à emporter et son itinéraire.

Il faut aussi veiller à communiquer son itinéraire et son horaire prévisionnel à une personne chargée de donner l'alerte en cas de retour retardé.



Habituer le cheval à l'imperméable pour se protéger en cas de pluie.

PRÉVOIR SA TENUE

Une tenue d'équitation est adaptée. La culotte d'équitation sans couture intérieure ou à couture plate est appréciable au fur et à mesure des heures en selle. Préférer les boots avec chaps ou mini-chaps, plus polyvalentes que les bottes à la pause. Le casque avec jugulaire attachée et ajustée est la protection majeure du cavalier en cas de chute ou de choc avec des branches basses.

Les vêtements à emporter varient selon la saison et la durée de la promenade.

Si l'on prévoit un imperméable, il faut penser à y habituer le cheval.

S'il fait très beau, il faut se protéger des coups de soleil.

PRÉVOIR SON ÉQUIPEMENT

Les tapis à poches ou les sacoches de randonnée sont conseillés si l'on veut emporter davantage de choses que ce qui tient dans ses poches.

Il ne faut pas prendre un sac à dos qui déséquilibrerait le cavalier et fatiguerait davantage le cheval.

Toujours prendre un licol pour pouvoir attacher le cheval. Pendant qu'on circule, le licol est placé sous le filet. La longe de deux à trois mètres est attachée autour de l'encolure.

► NOUER LA LONGE DU LICOL AUTOUR DU COU

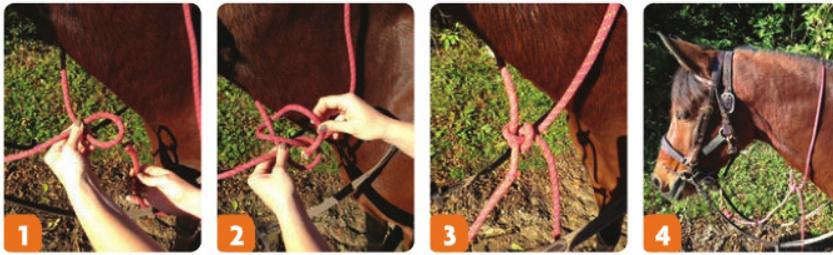
Nouer la longe du licol autour du cou du cheval est très pratique pour pouvoir attacher le cheval à tout moment.

Le nœud de chaise et le nœud d'encolure sont les plus utilisés pour cela.

Le nœud de chaise est idéal pour une longe courte.

Le nœud d'encolure convient mieux pour une longe longue.

NŒUD DE CHAISE



- 1 Passer la longe autour du cou du cheval et faire une petite boucle à une trentaine de cm du bout de la longe.
- 2 Passer le bout dans la boucle de bas en haut.
- 3 Tourner autour de la partie de la longe qui va vers le licol.
- 4 Repasser le bout de la longe dans la boucle de haut en bas et tirer.

NŒUD D'ENCOLURE

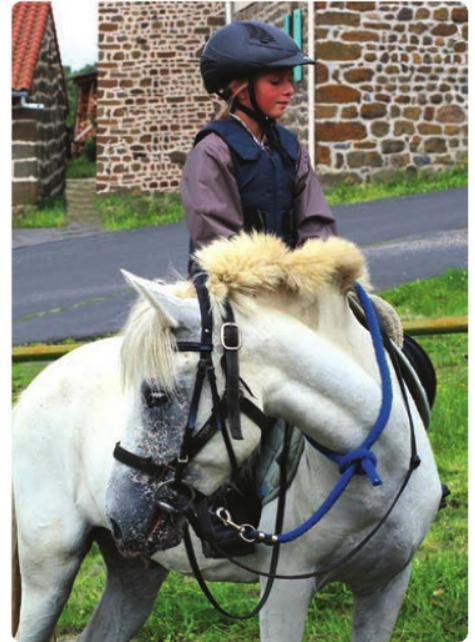


- 1 Passer la longe autour du cou du cheval et faire deux boucles longues.
- 2 Passer la longe dans la boucle la plus proche de l'encolure.
- 3 Tourner la longe sur plusieurs tours autour des deux boucles.
- 4 Passer le bout de la longe dans la boucle la plus loin de l'encolure et serrer le nœud en tirant sur les deux bouts de la longe.

Une fois fini, le nœud doit être bloqué.



Si le nœud d'encolure coulisse, il faut le refaire, c'est qu'il y a eu une erreur dans les étapes du nœud.



Le nœud de chaise permet d'attacher la longe du licol sous le cou du cheval.



La fable du nœud de chaise permet de mémoriser la manière de le faire.

- 1 L'arbre pousse sous la margelle du puits.
- 2 Le serpent sort du puits et s'enroule autour de l'arbre.
- 3 Le serpent rentre dans les puits.
- 4 le cavalier tire la tête du serpent et serre le nœud.

À retenir

- ➔ IL FAUT PRÉVENIR QUELQU'UN QUI DONNE L'ALERTE SI ON NE RENTRE PAS À L'HEURE DITE.
- ➔ IL FAUT METTRE UN LICOL SOUS LE FILET.
- ➔ IL FAUT ADAPTER SA TENUE À LA MÉTÉO.
- ➔ IL FAUT VÉRIFIER QUE L'ON A PRIS AVEC SOI LE MATÉRIEL À EMPORTER.



La halte idéale pour le cheval est celle où il peut brouter de la bonne herbe.



Labels



Le label Centre de Tourisme Equestre signale les clubs qui proposent des promenades et des randonnées encadrées par des enseignants, guides ou accompagnateurs de tourisme équestre.

Le label Cheval Etape identifie les établissements accueillant des poneys et chevaux à l'étape pour au moins une nuit.

Il comporte 2 mentions, hébergement extérieur et hébergement intérieur.



► FAIRE UNE HALTE

CHOISIR UN ESPACE ADAPTÉ

Rechercher un espace dégagé et stable avec une possibilité de point d'attache.

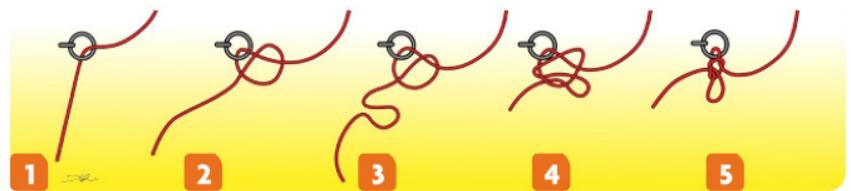
- ▶ Indemne de plantes toxiques.
- ▶ Éloigné de cultures et de feuilles basses dont le grignotage pourrait nuire à l'environnement.
- ▶ Où les crottins ne poseront pas de problème d'enlèvement.

CHOISIR UN POINT D'ATTACHE

- ▶ Avec une fixation adaptée : anneau d'attache, barre d'attache ou arbre un peu flexible. Ne jamais attacher le cheval sur des piquets de clôture ou des poteaux de clôture, téléphoniques, électriques...
- ▶ Nouer la longe à une branche souple et solide, à une hauteur minimale d'1,30 m. La bonne longueur de longe est celle qui permet au cheval d'avoir une longe toujours tendue quand il peut manger de l'herbe.

FAIRE LE NOEUD D'ATTACHE

Au Galop®1, vous avez appris à reproduire un noeud d'attache. Au Galop®2, vous avez appris à le faire. Rappel du Galop®2 p 32.



- 1 Passer la longe de haut en bas dans l'anneau ou autour de la branche ou de la barre d'attache.
- 2 Passer la partie inférieure de la longe par-dessus la partie qui tient le cheval.
- 3 Faire une boucle avec le pendant de la longe.
- 4 Passer cette boucle à l'intérieur de la première boucle et tirer la boucle de longe vers le licol.
- 5 Le noeud est terminé. Pour le défaire, tirer le bout de la longe vers le bas.



Anneau de ficelle

On peut utiliser une ficelle intermédiaire entre le point d'attache fixe et la longe quand on craint que le cheval attaché tire au renard.

► CIRCULER À CHEVAL

SE POSITIONNER

En groupe, les cavaliers les plus aguerris ouvrent et ferment la marche.

Quand la voie empruntée est étroite ou très fréquentée, il faut circuler en file indienne. On ne peut circuler à deux ou trois de front que dans une allée large avec une bonne visibilité sans risque de rencontre accidentelle.

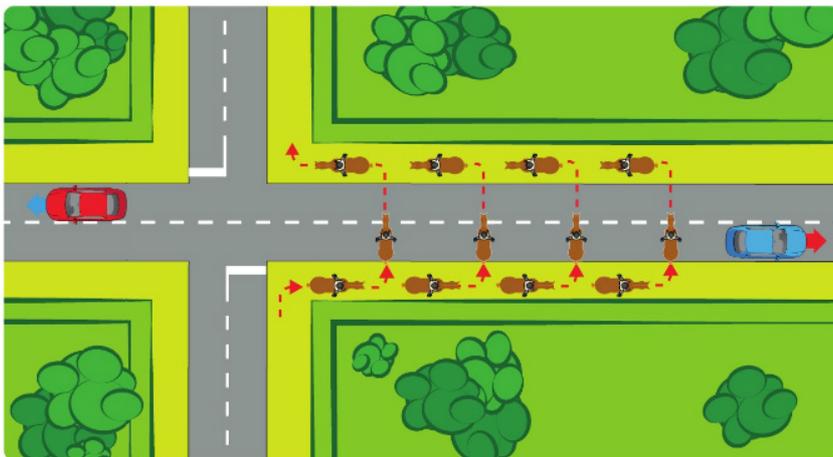
Dans tous les cas, il faut garder la distance d'un cheval imaginaire entre premier et deuxième rang.

COMMUNIQUER

On fait passer une information, en la répétant de cavalier en cavalier, de la tête du groupe jusqu'à la fin.

On peut utiliser les gestes des bras pour passer des messages. Le bras tendu et écarté, main à plat, de haut en bas, signifie RALENTIR. Le bras écarté horizontalement d'avant en arrière et d'arrière en avant désigne le côté vers lequel on va TOURNER.

TRAVERSER



Traversée de route par 4 cavaliers disposés « en fourrageurs »

Toujours s'assurer de la visibilité avant de traverser. Si le bas-côté le permet, traverser « en fourrageurs » pour passer tous en même temps. Tous les cavaliers se placent en file indienne sur le bas-côté droit de la route. Au signal, ils doublent individuellement pour traverser et se remettent en file indienne de l'autre côté. L'expression vient du temps où les fourrageurs des armées ratissaient la campagne à la recherche de vivres. La traversée des carrefours peut s'effectuer en plusieurs fois.

PASSAGES DÉLICATS

Ne jamais scinder le groupe lors des passages délicats. Mettre le cheval le plus expérimenté devant les autres et passer à la queue leu-leu.

Le cheval doit pouvoir se dégager rapidement d'un passage à niveau.

Avant de s'engager, il faut donc vérifier que la voie est tout à fait libre. Il ne faut en aucun cas s'immobiliser sur les rails.

Les grilles à gibier et barrières canadiennes sont très dangereuses si le pied du cheval se coince entre les rouleaux. Il faut emprunter les zones plus sûres alentour, quitte à faire un détour.



Dans les passages délicats, le cheval le plus expérimenté passe en premier



Le cavalier le plus expérimenté circule en tête du groupe.

Sur la route, on circule à droite, de préférence sur les bas-côtés.

À retenir

- ➔ LES PLUS EXPÉRIMENTÉS OUVERT ET FERMENT LA MARCHÉ.
- ➔ ON SE MET EN FILE INDIENNE DÈS QU'IL Y A UN PASSAGE DÉLICAT.
- ➔ ON PENSE À PASSER LES MESSAGES.
- ➔ ON NE RESTE JAMAIS SUR UN PASSAGE À NIVEAU.
- ➔ ON CONTOURNE LES GRILLES À GIBIER ET BARRIÈRES CANADIENNES.



Quand on est perdu, se diriger vers un point remarquable, comme une église ou un château, permet de se repérer rapidement.



A découvrir sur ffe.com

L'espace Tourisme Équestre du site FFE vous permet de trouver des topoguides, des renseignements sur les prochains **Equirandos**, de consulter le Guide **Cheval Nature**, d'en savoir plus sur le balisage,...

La rubrique Disciplines équestres comporte une entrée TREC avec tous les règlements et calendriers.

► GÉRER LES INCIDENTS ET LES ACCIDENTS

EFFECTUER UN ARRÊT D'URGENCE

Il faut s'arrêter en cas de chute d'un cavalier et / ou de fuite d'un cheval.

Choisir un lieu dégagé qui n'ajoutera pas de nouveau danger à la situation pour se mettre en sécurité.

EN CAS DE CHUTE D'UN CAVALIER DU GROUPE

Éloigner les autres chevaux du cavalier au sol pour éviter de le piétiner.

Positionner un cavalier en amont pour faire signe de ralentir aux autres usagers.

Appeler les urgences en leur signalant la localisation et l'état de la victime.

Voir page 82.

Si une personne titulaire d'un diplôme de secourisme est présente, elle peut prodiguer les premiers soins adaptés.

EN CAS DE CHEVAL ÉCHAPPÉ

Rester groupés, sans courir derrière. L'instinct grégaire du cheval peut faire qu'il rejoindra le groupe de lui-même. Dans ce cas, un seul cavalier ira à sa rencontre, à cheval ou à pied, avec de l'herbe, du foin, une friandise, tout en restant très calme.

Si le cheval ne revient pas, contacter la gendarmerie qui sécurisera les voies dangereuses qu'il pourrait emprunter et prendra les contacts utiles.

SI L'ON S'EST PERDU

Pour se replacer sur la carte, chercher un point remarquable ou consulter le GPS d'un téléphone.

Sinon, demander son chemin en cherchant une maison ou un hameau ou en appelant une personne qui connaît l'itinéraire.

EN CAS DE MATÉRIEL CASSÉ

Une rêne ou une étrivière cassée peuvent se réparer en perçant des trous aux extrémités des deux morceaux cassés et en les maintenant ensemble à l'aide d'un lacet ou d'une cordelette. S'il s'agit des rênes, on peut se servir d'une longe ou deux comme rênes de substitution en les attachant aux anneaux du mors.

Il est possible de rester à cheval si un seul des deux sanglons de la sangle a rompu. Veiller à rentrer au pas.

Si les deux sanglons sont rompus, rejoindre l'écurie ou le point de pause à pied.

EN CAS DE CHEVAL DÉFERRÉ

Retirer le fer si c'est possible.

Rejoindre l'écurie ou le point de pause au pas, en empruntant les bas côtés de la route, quitte à mettre pied à terre.

► CONDUITE À TENIR AU RETOUR

Après s'être occupé du cheval, voir page 86, il faut s'occuper du matériel, de soi et signaler les difficultés rencontrées.

S'OCCUPER DU MATÉRIEL

Nettoyer minutieusement le matériel et le ranger. Le laver ou le faire sécher si besoin.

SIGNALER LES DIFFICULTÉS RENCONTRÉES

Rendre compte des difficultés et modifications rencontrées sur l'itinéraire à la personne qui l'a établi ou fourni.

Donner l'alerte via la plate-forme Suric@te en allant sur ffe.com/tourisme/Suricate pour toutes les anomalies concernant le balisage, la sécurité, les conflits d'usage, l'environnement...

Un formulaire en ligne très simple permet de signaler l'incident. Il faut indiquer le lieu exact. On a la possibilité de joindre une photo.

Suric@te est une plate-forme dédiée aux pratiquants de loisirs sportifs de nature lancée par le Ministère des Sports. Cela permet aux randonneurs, à pied, à cheval, à vélo... de signaler les incidents rencontrés lors des sorties en extérieur.



FFE CNTE

Le Comité National de Tourisme Équestre a pour mission principale, au sein de la FFE de mener des actions de développement du tourisme équestre et de veiller à ce que les itinéraires soient accessibles aux cavaliers dans de bonnes conditions.

► DÉCOUVRIR LE TREC



Le TREC par équipe est l'occasion d'afficher ses couleurs. Ici le test de présentation avec la vérification du matériel au Parc Equestre Fédéral de Lamotte lors de championnats de France Club.

Le TREC, Techniques de Randonnée Équestre de Compétition, est la disciplines créée pour valoriser les bonnes pratiques en randonnée.

Un TREC comporte 4 tests : la présentation avec contrôle du matériel, le Parcours d'Orientation et de Régularité, POR, la Maîtrise des Allures, MA, et le Parcours en Terrain Varié, PTV.

À retenir

- ➔ AU RETOUR, IL FAUT S'OCCUPER DU CHEVAL, NETTOYER ET RANGER LE MATÉRIEL.
- ➔ C'EST AUSSI LE MOMENT DE SIGNALER LES ANOMALIES RENCONTRÉES EN CHEMIN AUX PERSONNES CONCERNÉES.

A	
AFFICHE J'AIME LA NATURE	83
AIDES / ACCORD	50
ALIMENTATION/ BESOINS DU CHEVAL	20
ALIMENTS À ÉVITER	23
ALIMENTS DU CHEVAL	22
AMPLITUDE	47, 48
ANOMALIE / SIGNALER	82, 93
ANTI-DOPAGE	23
ARRÊT D'URGENCE	92
ASSIETTE	43
ATTACHER LE CHEVAL	90
ATTEINTE	32, 87

B	
BALISAGE / MARQUES	85
BARRIÈRES CANADIENNES	89
AFFICHE J'AIME MON CHEVAL	13
BOITERIE	26, 87

C	
CARTE / ECHELLE	84
CARTE / LÉGENDE	84
CARTE D'IMMATRICULATION	19
CARTE IGN	85
CASQUE	88
CAVALETTI	57, 60
CAVALIER RESPONSABLE	12
CENTRE DE GRAVITÉ	54
CERTIFICATS DE CONNAISSANCES	81
CHANDELIER	60
CHANDELLE	60
CHARTRE FÉDÉRALE DU CAVALIER	4
CHEVAL ÉCHAPPÉ	92
CHUTE EN EXTÉRIEUR	92
CLOCHES	29
CMV	22
CNTE DE LA FFE	93
COLIQUES	26
COMMUNICATION / RÈGLES	34
COMMUNICATION CAVALIER CHEVAL	42
CONTACT À CHEVAL	44
CONTACT EN MAIN	38
COULOIR DES RÈNES	51
COUP DE SANG	26
COUVERTURE	31
CRAVACHE	38
CROISSILLON	60

D	
DÉFERRÉ / CHEVAL	92
DÉPART AU GALOP	51
DÉROBADE	59
DICO CHEVAL / CAVALIER	39, 91
DISTANCES / GARDER	91

E	
EFFORT DU CHEVAL / GÉRER	86
ENCAPUCHONNÉ	45
ENCENSER	45
ENGORGEMENT	32
ENREGISTREMENT SIRE	19
ENTRAÎNEMENT / OBSTACLE	60
EPAULES / DÉPLACER	53
EPIS	18
EQUILIBRE	50, 56

F	
FAIRE VENIR À SOI/ À PIED	36
FAUTES	59
FILET	10
FIXITÉ	44
FLEXION	46
FLEXIONS LATÉRALES	40
FONTES	89
FOURRAGES	22
FOURRAGEURS / TRAVERSER EN	91
FRÉQUENCE RESPIRATOIRE / CHEVAL	25

G	
GALOP / MÉCANISME	14
GALOP ENLEVÉ	56
GALOPS® DE PLEINE NATURE	81
GEORGETTE	57
GLUCIDES	21
GONFLES	86, 87
GRILLES À GIBIER	89
GUÊTRES	28

H	
HALTE	90
HANCHES / DÉPLACER	52

I	
IDENTIFICATION	18
INCURVATION	46
ISCHIONS	55

J	
JAMBE ISOLÉE	50
JETAGE	26

L	
LABELS	90
LIPIDES	21

M	
MALADIE / SIGNES	26
MARCHER EN MAIN	38
MATELOTAGE	81
MATÉRIEL CASSÉ	92
MATÉRIEL POUR L'EXTÉRIEUR	89
MEMBRES / INSPECTER / SOIGNER	32
MINÉRAUX	21
MORS	10

N	
NŒUD D'ATTACHE	90
NŒUD D'ENCOLURE	89
NŒUD DE CHAISE	89
NORMES PHYSIOLOGIQUES	25
NOUER LA LONGE AUTOUR DU COU	89

O	
OXER	60

P	
PARCOURS	58
PASSAGES DÉLICATS À PIED	37
PASSAGES DÉLICATS EN EXTÉRIEUR	91
PERDRE SON CHEMIN	92
PERMIS CHEVAL	79
PLAIE DE HARNACHEMENT	87
PLANTES TOXIQUES	23
PLI INTÉRIEUR	46
POINTS REMARQUABLES	85
POSTURE	54
PRIORITÉ	8
PROGRAMME GALOP® 4	6
PROGRAMME GALOP® 5	99
PROJET ÉDUCATIF DE LA FFE	4
PROTECTIONS DE TRANSPORT	30
PROTECTIONS DE TRAVAIL	28
PROTÈGE-BOULETS	28
PROTÈGE-QUEUE	30
PROTÉINES	21

R	
RECONNAISSANCE	58
RECULER / À PIED	36
RÉFLÉCHISSANT / BANDE / GILET	84
REFUS	59
RÉGLEMENTATION PUBLIQUE	84
RESPECT DU CHEVAL / AFFICHE	12
RHUME	26
ROAD-BOOK	85
ROBES DE BASES	16
RONDONNEUR / BREVETS	81
RYTHME / CHEVAL	47
RYTHME CARDIAQUE / CHEVAL	25

S	
SAUTS ISOLÉS	58
SCHÉMA CORPOREL	42
SÉCURITÉ / RÈGLES	8
SENS	43
SIGNALEMENT	18
SIGNALER LES DIFFICULTÉS	93
SOINS DENTAIRES	24
SOINS PÉRIODIQUES	24
STICK	38
SURDENT	24
SURIC@TE	93
SYMPTÔMES PHYSIOLOGIQUES	26

T	
TAXI	57
TEMPÉRATURE / CHEVAL	25
TIC, TIQUE	25
TOPOGUIDE	85
TOUX	26
TRACÉ	58
TRANSITIONS	60
TRANSPONDEUR	19
TREC	93
TROTTER EN MAIN	34

U	
URGENCES / NUMÉROS	82

V	
VACCINS	24
VERMIFUGES	24
VERTICAL / OBSTACLE	60
VISION DU CAVALIER	43
VISION FOCALE	43
VISION PÉRIPHÉRIQUE	43
VITAMINES	21
VITESSE	47, 48
VOLTE	59



Photos

B Langrish	p 11, 12-1, 12-2, 15, 18-1-2-5, 24-1-2-3-5
CRTE Franche-Comté	p 92
E.Minodier -Vercors à Cheval	p 89-10, 90
FFE-A Caro	p 82
FFE-AB	p 49
FFE-DL	p 18-3, 22-2, 23-2
FFE-EB	p 20, 21-2, 29-1 à 10
FFE-O Collombet	p 80, 91-2
FFE-PSV	p 5, 7, 8, 27, 28, 29-11-12, 30, 31, 32, 33, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 44, 45, 46, 47, 48, 50-1, 52, 53, 54-1, 55, 56, 58, 60, 61, 79, 81, 85, 93
Flickr-Phileole	p 22-1
Fotolia-M Schuppich	p 23-6
I Farbos	p 88
IFCE-L Marnay	p 22
IFCE-M Manileve	p 19
J-B Joubert	p 54
M Boulaire	p 18-4, 21-1, 24-4
M Collange	p 89
M Coyaut	p 50
PG Blache	p 88-1 à 8
P da Silva	p 19, 26
T Micoulet	p 83, 84, 86, 87
V Winzen	p 91-1
Wikipedia-Athantor	p 22
Wikipedia-Follavoine	p 22
Wikipedia-JP Grandmont	p 23
Wikipedia-Meneerke Bloem	p 23
Wikipedia-TeunSpaans	p 23

Dessins & schémas

Atmedia	p 34, 55, 57, 60, 76
C Debray	p 4, 10, 14, 15, 44, 90
T Desailly	p 9, 20, 25, 26, 42
FFE-E Brunaud	p 16, 17, 60, 91
FFE-EB-Atmedia	p 43, 46, 51, 52, 53
S Gangloff	p 12

Remerciements

Pour les séances photos

- ▶ À Martin Denisot, Gilles Denisot, Clémentine Gentil, Anne-Sophie Grossin, Maryline Lesage, aux cavaliers des séries TV **Le Cheval, c'est trop Génial** et à ceux qui sont photographiés en randonnée.
- ▶ Aux centres équestres et poney-clubs et à leurs cavaliers : Centre Équestre de Chaville, Club Hippique des Étangs de Meudon, Écurie Amaury Paul, Ecuries du Maître, Haras de Jardy, Haras de la Cense, Maison du Cheval et Vercors à Cheval.

Pour leur participation à la définition des contenus des programmes des Galops® et à la rédaction de l'ouvrage

- ▶ À Martine Hausberger (CNRS), Lea Lansade (IFCE), Claire Neveu et Hélène Roche, en ce qui concerne les éléments concernant les connaissances scientifiques et l'éthologie du cheval.
- ▶ À Anne-Sophie Goachet, Véronique Julliard (Agrosup Dijon) et Samy Julliard (LM TO FIELD), pour leur participation à la définition des contenus des programmes des Galops® et à la rédaction de ce Guide Fédéral, pour les éléments concernant la nutrition du cheval.
- ▶ À Marion Renault (IFCE), en ce qui concerne l'identification des chevaux.

Mentions légales

© Fédération Française d'Équitation – 2^{ème} édition d'avril 2016.

Le seul Guide Officiel, édité exclusivement par la Fédération Française d'Équitation pour la préparation du Galop®4 de la Fédération Française d'Équitation.

Ouvrage collectif rédigé sous la direction de la FFE, Serge Lecomte, Président, avec la contribution de Danielle Lambert, Pierre Ollivier, Olivier Simon, Sophie Dubourg, François Albertini, Jean-Pierre Blache, Frédéric Bouix, Anne-Sophie Grossin, Thierry Maurouard, Bernard Muret, Emmanuelle Schramm et Élodie Brunaud et Cécilia Do-Teggour pour l'iconographie, protégé par les dispositions du Code de la propriété intellectuelle, notamment pour ses dispositions relatives à la propriété littéraire et artistique et aux droits d'auteur. Ces droits sont la propriété exclusive de la FFE.

Toute reproduction intégrale ou partielle, par quelque moyen que ce soit, non autorisée par la FFE est strictement interdite. Édition exclusive : Fédération Française d'Équitation - Parc Équestre Fédéral - 41600 LAMOTTE-BEUVRON - France.

Réalisation :  atmedia - 02 38 78 04 78. Impression : AC Print 01 42 99 94 53 – Achievé d'imprimer en avril 2016.

Dépôt légal : avril 2016. ISBN 978-2-9534502-6-2

Galop® marque déposée, propriété de la FFE.

PROGRAMME OFFICIEL DU GALOP® 5

Conduite, contrôle et saut

Le Galop® 5 se compose de la partie spécifique du Galop® 5, plus de la partie commune à tous les Galops® 5.

Les parties communes à tous les types de Galops® sont identifiées :

- ▶ pour le module commun A
- ▷ pour le module commun B.
- ▷ pour les parties spécifiques aux Galops® de Cavalier

Dans le respect de la charte du cavalier de la FFE :

- ▶ A pied : embarquer un cheval dans un camion ou un van.
- ▶ En selle : • Être assis dans une bonne posture aux 3 allures.
 - Rechercher l'incurvation sur les courbes et une cadence régulière aux 3 allures.
 - Partir au galop avec précision.
 - Effectuer une cession à la jambe au pas.
 - Présenter les reprises de dressage Club 3 et enchaîner des parcours de CSO ou de hunter type Club 3.
 - Aller en extérieur et en terrain varié aux 3 allures.

CONNAISSANCES GÉNÉRALES

- ▷ Définir la cession à la jambe et ses critères de jugement.
- ▷ Définir les transitions, qualités, défauts.
- ▷ Reconnaître et nommer les principaux mors de filet.
- ▷ Donner l'emplacement des lettres de la carrière de dressage.
- ▷ Citer les noms des principaux obstacles de CSO.
- ▷ Expliquer le numéro SIRE.
- ▷ Expliquer la puce : lieu d'implantation, usage, lecteur.
- ▷ Expliquer les listes et l'obligation d'inscription pour concourir : club, chevaux de sport.

CONNAISSANCE DU CHEVAL

- ▷ Connaître les grands principes d'apprentissage permettant d'apprendre au cheval : l'habitation, la sensibilisation, les renforcements positifs (récompenses), les renforcements négatifs, la punition.
En donner des exemples et les conditions et limites de leur usage.
- ▷ Identifier les différents types de pie, de tachetés, les adjonctions.
- ▷ Identifier les principales parties du squelette.
- ▷ Identifier les grands groupes musculaires et leur rôle.
- ▷ Expliquer les grandes particularités de la digestion du cheval.

S'OCCUPER DU CHEVAL

- ▷ Poser des bandes de repos, les enlever et les rouler.

PRATIQUE ÉQUESTRE À PIED

- ▶ Présenter seul un cheval en main au pas et au trot.
- ▶ Longer un cheval détendu au pas, au trot et à l'arrêt.
- ▶ Apprendre à utiliser les longues rênes sur le cercle au pas.
- ▶ Embarquer un cheval dans un camion ou dans un van.

PRATIQUE ÉQUESTRE À CHEVAL

- ▶ Être stable et décontracté sans étriers aux 3 allures.
- ▶ Rechercher l'incurvation de son cheval dans les courbes.
- ▶ Effectuer des développements progressifs d'allure en maintenant une cadence régulière.
- ▶ Pouvoir aller en extérieur et en terrain varié aux trois allures.

PARTIE SPÉCIFIQUE DRESSAGE

- ▷ Être assis dans une bonne posture aux trois allures et dans les transitions montantes et descendantes.
- ▷ Prendre le galop du pas et du trot en un point précis et effectuer des cercles de 20 m de diamètre.
- ▷ Diriger avec précision sur des serpentines et des cercles de 12 mètres de diamètre au pas.
- ▷ Réaliser des serpentines et des cercles de 15 mètres de diamètre au trot. Varier l'amplitude au pas.
- ▷ Réaliser une cession à la jambe au pas des deux côtés.
- ⇒ Présenter dans une bonne posture :
 - ▷ une reprise Galop® 5 de niveau Club 3 ou d'épreuve Pony équivalente
 - ▷ et un enchaînement de mouvements Galop® 5 du type de ceux de la Préliminaire dressage Club 3

PARTIE SPÉCIFIQUE OBSTACLE

- ▷ Être stable et liant au galop et sur des dispositifs variés de sauts rapprochés à 90cm environ et dans l'enchaînement de sauts.
- ▷ Galoper dans la bonne cadence et la bonne vitesse en enchaînant des sauts sur un parcours à 75 cm.
- ▷ Contrôler le galop en enchaînant des sauts et des combinaisons.
- ▷ Changer d'allure en enchaînant des sauts.
- ▷ Diriger sur un tracé précis dans une cadence régulière en enchaînant des sauts.

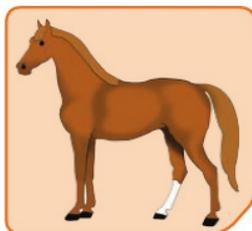
⇒ Enchaîner avec fluidité un parcours de niveau Club 3 CSO ou Hunter ou d'épreuve Pony équivalente

PARTIE SPÉCIFIQUE CROSS

- ▷ Sauter de petits obstacles d'extérieur.
- ▷ Évoluer en équilibre sur ses étriers avec stabilité aux 3 allures, en extérieur et en terrain varié.
- ▷ Maintenir une vitesse régulière et contrôlée, en extérieur et dans les enchaînements de sauts simples.
- ▷ Conduire en extérieur, en terrain varié et sur des enchaînements de sauts simples en terrain varié.
- ⇒ Enchaîner avec fluidité un parcours de cross de niveau Club 3 ou d'épreuve Pony équivalente



FÉDÉRATION FRANÇAISE D'ÉQUITATION
EDITIONS FFE



LA RÉFÉRENCE FÉDÉRALE POUR LA PRÉPARATION DES GALOPS®

Les **Guides Fédéraux des Galops®** de la Fédération Française d'Équitation proposent un chemin d'acquisitions à parcourir par le cavalier, dans sa pratique à cheval, dans sa pratique à pied, les soins et la manipulation du cheval ou du poney.

Conforme au programme des Galops®.

Avec les questionnaires pour tester ses connaissances et réussir son Galop®4.

- ▶ **Connaissances générales** présente les principales règles de sécurité et les mors les plus courants.
- ▶ **Connaissance du cheval** est centré sur le bien-être des chevaux, de leur alimentation aux soins à leur apporter en passant par le repérage des signes de maladie. Il détaille le mécanisme du galop et tout ce qui concerne l'identification, avec un rappel complet des principales robes de base.
- ▶ **S'occuper du cheval** est centré sur les protections de travail, de transport et d'écurie avec un chapitre sur l'inspection et les soins des membres.
- ▶ **Pratique équestre à pied** propose de nouvelles situations à pied avec votre cheval : déplacements et exercices de communication à distance.
- ▶ **Pratique équestre à cheval** résume les principes de base de l'équitation, communication, contact, contrôle de la direction, de la vitesse, de l'équilibre sur le plat, en terrain varié et à l'obstacle.

Le **PERMIS CHEVAL®** rassemble les conseils utiles pour circuler à cheval en sécurité dans les environnements variés qu'offrent les sorties en extérieur, dont celle au programme de votre Galop®4.



© Fédération Française d'Équitation - Avril 2016

Parc Équestre Fédéral - 41600 LAMOTTE-BEUVRON - 02 54 94 46 00

www.ffe.com

10 Euros
ISBN 978-2-9534502-6-2