

LES FLEXIONS LATÉRALES D'ENCOLURE

Une fois la communication bien établie et les transitions faciles, il est temps d'aborder les flexions latérales d'encolure.

Elles permettent d'aborder la gamme des assouplissements latéraux. Mais le pli a une utilité plus immédiate, il permet de ployer le cheval, de lui faire donner la nuque et d'obtenir l'extension d'encolure. Il existe un seuil d'incompatibilité entre la flexion latérale et le renversement de l'encolure. Un cheval ployé à gauche étire les muscles du côté droit de l'encolure et ne peut donc plus les contracter afin de la renverser.

Ce seuil d'incompatibilité se trouve au maximum à 90°. Lorsqu'il est ployé à 90°, la flexion est dite complète (Baucher, première manière).

Cette flexion ne sera augmentée que graduellement, il ne faut pas forcer le cheval et chercher une flexion complète dans les débuts. Pour réaliser cette flexion à l'arrêt

d'abord, le cavalier demande la mobilité de la mâchoire, puis amène la tête du cheval à l'intérieur, jusqu'à ce que celui-ci donne sa nuque (mise en main). S'il s'appuie, demi-arrêt.



Bien compris par le cheval, cet exercice peut être dorénavant exécuté au pas. Pour ce faire, marcher droit sur la piste puis demander progressivement au cheval de se ployer. Ce mouvement

est appelé « fléchi-droit » (James Fillis). Cet exercice a une valeur gymnastique importante, mais également une valeur éducative non négligeable. En effet, elle nous permet d'enseigner au cheval à ne pas porter toute sa masse du côté du pli, et évite ainsi que le cheval ne se couche sur les courbes.

Après quelques battues de fléchi-droit, laisser le cheval étendre l'encolure sur une volte. Puis revenir à la piste et répéter de nouveau. Il est important d'obtenir facilement des transitions entre le fléchi-droit et la volte aux deux mains avant de monter le cheval.



Grâce à cette première série d'exercices, le cavalier contrôle désormais les mouvements de l'avant-main de son cheval. Il ne lui reste plus qu'à prendre possession des hanches.



CESSIONS DE HANCHES



Le cavalier doit enseigner au cheval la cession de hanches, c'est-à-dire qu'il doit déplacer sa croupe à la moindre sollicitation de son dresseur.

Pour commencer, le cavalier place le cheval en dehors de la piste à l'arrêt, puis par des petites touches répétées de la cravache sur le flanc ou la

croupe, selon la sensibilité du cheval, déplace les hanches de quelques pas. Si le cheval se porte en avant au lieu de donner ses hanches, lui relever l'encolure pour immobiliser l'avant-main tout en sollicitant les postérieurs jusqu'à obtenir la déviation de la croupe.

Dès que le cheval cède, le récompenser à l'aide d'un sucre ou d'une friandise, ce qui facilite son apprentissage. Le cheval ayant franchi cette étape, le cavalier peut maintenant, demander la cession de hanche sur un cercle. Pour garantir le succès de cette opération, il faut veiller à ce que le cheval marche lentement, surtout lorsqu'on le sollicite avec la cravache.

Cet exercice conduit à l'épaule en dedans qui peut désormais être réalisé le long de la piste, en ligne droite.



- Étendre, abaisser et ployer son encolure.
- Tourner sans se coucher sur l'épaule du dedans.
- Donner ses hanches et exécuter des épaules en dedans sur le cercle et en ligne droite.

Il est donc prêt à être monté confortablement sans que le cavalier ne se pendre aux rênes pour s'arrêter, ou tire désespérément pour compenser les déséquilibres de son cheval sur les courbes en lui donnant de douloureux coups de talons et d'éperons avec la jambe intérieure.

Si l'on résume, le cheval à appris dans l'ordre à :

- Mobiliser sa mâchoire.
- Modifier son équilibre par le relèvement de l'encolure.
- Reculer.

Toute cette progression doit être reprise en selle. Le cheval évolue alors en terre connue ce qui facilite son apprentissage et permet de le maintenir en confiance.

DEFINITION DE L'ÉPAULE EN DEDANS ET DU DEMI-ARRÊT

D'après La Guérinière : « Tourner la tête et les épaules (du cheval) un peu en dedans vers le centre du manège, comme si effectivement on voulait le tourner tout-à-fait, et, lorsqu'il est dans cette posture oblique et circulaire, il faut le faire marcher en avant le long du mur, en l'aidant de la rêne et de la jambe de dedans : ce qu'il ne peut absolument faire dans cette attitude sans croiser ni chevaler la jambe de devant par-dessus celle de dehors, et de même la jambe de derrière de dedans par dessus celle de derrière de dehors ».

D'après le Général Decarpentry, le demi-arrêt est une « Action ferme de bas en haut sur rênes tendues, et doigts bien fermés, suivie rapidement du relâchement progressif des doigts, et d'une cession de la main. Cette action présente de l'analogie avec celle qui permet "d'arracher" de terre un lourd pavé placé au pied d'un escalier, pour le déposer sur une des marches de cet escalier, sans endommager en quoi que ce soit la surface de cette marche, et sans faire de bruit ».