Aurélie Hemblenne
http://aureliehemblenne.be
0473/55.69.93

Calcul des foulées à l'obstacle : détail ou nécessité ?

* Maîtriser le galop de son cheval : là est la vraie nécessité

1) Le bon galop

Que vous sachiez visualiser vos foulées à distance ou non n'a aucune importance si vous ne savez pas gérer le galop de votre cheval : sentir le train dans lequel vous êtes, pouvoir à tout moment allonger la foulée, la réduire ou même vous arrêter ; pouvoir tourner court ou large tout en gardant votre cheval en équilibre et sans perdre d'impulsion ... Là est la base de l'équitation de saut d'obstacle, le reste n'est que secondaire. Et c'est pour cela que le travail sur le plat est primordial : si, à petit niveau, il suffit d'avoir un cheval franc, rapide et doté d'un bon coup de saut pour enchaîner les victoires, plus vous monterez dans les catégories et plus vous vous réaliserez à quel point le travail "de fond" est important.
Aussi, si vous paniquez de ne pas voir vos foulées à temps, oubliez-les, tout simplement. Et concentrez-vous uniquement sur la qualité de votre galop et de votre tracé : mon cheval est-il en équilibre ? Vais-je arriver droit sur l'obstacle ? Aie-je suffisamment d'impulsion ?

2) Avec un bon galop, il n'y a pas de mauvais abord

Avec un bon galop, il n'y a pas de mauvais abord. Les places ne sont pas toutes parfaites, certes, mais en mettant votre cheval dans un galop adapté vous êtes quasi sûr de franchir l'obstacle sans encombre.
Trop de cavaliers se focalisent à tel point sur la technique qu'ils en oublient totalement le ressenti. Or celui-ci est indispensable : même s'il est à la bonne place, si votre cheval galope mal vous courrez à la faute. S'il a de gros moyens ou est particulièrement généreux, il se peut que votre cheval vous sauve et franchisse l'obstacle correctement, mais n'en abusez pas.
Par respect pour votre monture, apprenez à monter de manière juste et efficace.

* Gérer les foulées pour gagner en précision

Faut-il pour autant arrêter d'essayer de visualiser les foulées ? Non ! Au contraire même !
Gérer les contrats de foulées vous aidera à gagner en précision : en abordant un obstacle à la place idéale, vous facilitez le travail de votre cheval et l'économisez. Il n'aura plus besoin de faire de gros efforts pour couvrir une distance mal ajustée puisque vous aurez agi en amont justement pour lui trouver la place idéale.
Il est donc très important de savoir gérer ses contrats de foulées à condition que cela n'interfère pas avec la qualité de votre galop. Pour apprendre à les visualiser, vous pouvez utiliser des barres au sol puis des cavalettis. Et lorsque vous serez parfaitement à l'aise sur ces faibles hauteurs, vous pourrez installer de véritables obstacles.