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

Cercles et lignes droites en longe

* Pourquoi cet exercice ?

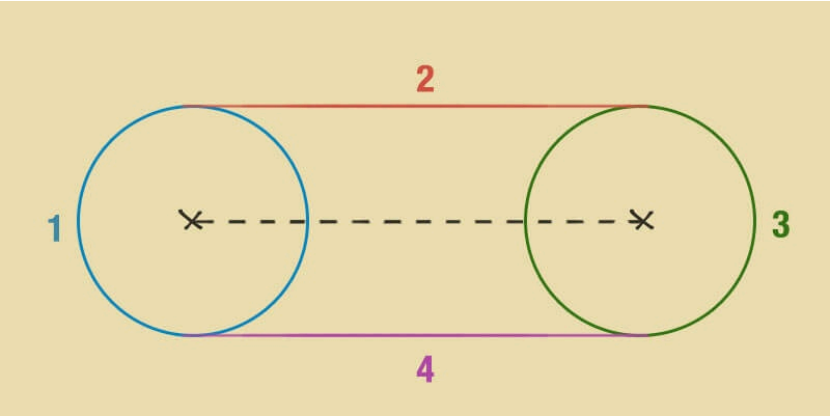
On entend beaucoup de cavaliers dire que le travail à la longe ne sert à rien ou tout simplement qu'ils s'ennuient car ils ne savent pas quels exercices faire avec leur cheval. Beaucoup se contentent en effet de multiplier des tours de rond de longe aux trois allures ce qui ne présente que peu d'intérêt.
L'exercice que je vous propose aujourd'hui est très intéressant pour débuter le travail en longe. Il permet en effet de varier des sempiternels cercles infinis que j'évoquais à l'instant mais aussi de maintenir l'attention de votre cheval à votre égard, de travailler sur son incurvation et son équilibre. Il autorise en outre de nombreuses variantes qui viennent enrichir l'exercice et démultiplier ses bienfaits.

* Matériel nécessaire pour l'exercice

Aucun dispositif particulier n'est nécessaire pour la réalisation de cet exercice. Je vous recommande toutefois de l'effectuer dans un endroit clos et d'au moins 40 mètres de long : exit donc le traditionnel rond de longe.
Deux cerceaux ainsi que des barres ou des plots peuvent toutefois être utilisés afin de matérialiser le dispositif et ainsi de gagner en précision.
D'un point de vue matériel, c'est à vous de voir. En filet ou en licol, avec ou sans chambrière, avec ou sans enrênement, etc. Seule obligation : une longe suffisamment longue pour pouvoir longer correctement.

* Présentation de l'exercice

L'exercice est très simple à comprendre :
• Le longueur est immobile au centre du cercle. Le cheval fait un cercle d'environ 15 mètres autour de lui.
• Le plongeur part en ligne droite sur une vingtaine de mètres (plus ou moins, selon la taille de vos installations). Le cheval fait également une ligne droite, sans se rapprocher du longueur.
• Le longueur s'immobilise et invite le cheval à repartir sur un cercle autour de lui.
• Le longueur et son cheval repartent en ligne droite, jusqu'à revenir au point de départ.



Le parcours du longueur est représenté en pointillés. Celui du cheval est représenté par des lignes continues.

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

Cet exercice peut s'enchaîner plusieurs fois et s'effectuer aux trois allures. Dans un premier temps, je recommande toutefois de s'entraîner à le faire au pas, puis au trot avant d'aborder le travail au galop. Et comme tout exercice, pensez à le réaliser aux deux mains !
Sur les cercles, vous pouvez demander un léger pli interne. Auquel cas, remettez votre cheval droit sur la ligne droite.
La principale difficulté dans cet exercice réside dans le fait de conserver le contrôle de la direction ET de l'allure : le cheval peut être tenté de revenir vers vous ou d'accélérer dans la ligne droite, mais vous devez impérativement maintenir une distance et un rythme constants. Les cercles doivent idéalement être de taille égale et le longueur doit respecter son tracé.
Afin de vous aider à respecter un tracé, vous pouvez poser deux cerceaux par terre : ils représenteront le centre des deux cercles à effectuer. Matérialisez le passage de l'un à l'autre avec un couloir de barres (ou des plots) : vous ne devez pas en sortir et votre cheval ne doit pas y entrer.

* Variantes

Comme dit plus haut, cet exercice est une vraie mine d'or en terme de variantes. Vous pouvez par exemple :
• Demander du trot rassemblé sur les cercles et des allongements sur les lignes droites : si vous optez pour cette variante, attention à maintenir un rythme régulier. Seule l'amplitude doit être modifiée !
• Demander une transition ou un arrêt à un ou plusieurs endroits de l'exercice (par exemple un arrêt au milieu de la ligne droite). Afin de gagner en précision, vous pouvez matérialiser le lieu de la transition avec un carré de plots
• Demander un changement d'attitude sur une portion de l'exercice, par exemple une extension d'encolure sur la ligne droite et une attitude de travail sur les cercles, et vice versa
• Ajouter des barres au sol sur la ligne droite ou sur l'un des cercles
• …
Les possibilités sont multiples ! N'hésitez pas à faire preuve d'imagination pour trouver de nouvelles variantes. Vous pouvez également en combiner plusieurs afin d'enrichir cet exercice.