

L'exercice d'Aurélien Kahn

C'est désormais un rituel, un mercredi sur deux, un professionnel vous fait découvrir (ou redécouvrir) un exercice afin de vous donner des idées pour le travail quotidien. Cette semaine, c'est Aurélien Kahn qui nous propose une séance de cross, que l'on pourrait appeler : "Exercices préparatoires au franchissement d'obstacles directionnels type pointes".

"Pour le cheval, l'obstacle directionnel est difficile à sauter car ses yeux sont placés de part et d'autre de son chanfrein ce qui réduit sa vision centrale au fur et à mesure que l'obstacle approche...il faut donc le familiariser à l'exercice sur des obstacles étroits mais symétriques avant d'augmenter la difficulté en abordant un obstacle étroit incluant un biais et une largeur telle qu'elle favorise la déroboade, certaines pointes étant placées de plus dans le dévers..."

La pointe peut se résumer en 3 points:

- Le biais (premier plan)
- La largeur
- Le faible front (directionnel)

La séance de préparation peut donc commencer par le franchissement au galop d'une barre de 4 mètres, de biais aux deux mains, dont la hauteur sera progressive et le vertical bien appelé.

Ensuite montez un oxer peu large à la place du vertical, commencez droit puis de biais; augmentez progressivement la largeur... Passez à l'exercice suivant uniquement si le cheval ne marque aucune hésitation.

Poursuivre en installant une ligne droite de 3 bidons (tonneaux ou autres) couchés à plat, espacés de plusieurs foulées (minimum 3) et encadrés de chandeliers (l'idéal est le chandelier en plastique, qui ne risque pas de blesser le cheval s'il le heurte en déroband); entrer au trot puis au galop... Redressez les bidons (ils seront donc plus hauts et plus étroits) et serrez les chandeliers. Transformez cette ligne droite en ligne brisée, c'est-à-dire : 1er bidon - 3 foulées en ligne droite puis 3 foulées vers la gauche - 2ème bidon - 3 foulées en ligne droite puis 3 foulées vers la droite - 3ème bidon.

A ce stade de la séance, le cheval est prêt à aborder une pointe quelle que soit son angle...Seule la précision de la battue d'appel peut varier et créer un moment d'hésitation. Mon conseil : abordez la pointe avec "un bon galop", c'est à dire une vitesse proche de 350 m/mn (le galop d'enchaînement), en équilibre sur les hanches et veillez à conserver le maximum de rectitude en gardant un contact constant et symétrique sur les deux rênes. Cette séance doit être répétée tant que persiste la moindre hésitation.

Si le cheval dérobo (ce qu'il faut éviter à tout prix!), réduire la largeur de la pointe et ajouter une barre en biais pour encadrer...

Si ça ne marche toujours pas, il a peut-être des problèmes de vue, emmenez-le chez Chrys...!

Bonne séance,

Aurélien Kahn."