

L EQUILIBRE CAVALIER /CHEVAL FACTEUR DE PERFORMANCE

**LE CAVALIER
CE SPORTIF QUI S'IGNORE !**



Le visible et l'invisible

**INNOVER
POUR GAGNER
!!!!**

**La technique
est
le solfège
du sport**





Les activités physiques sont classées dans des grandes catégories :

Collectives

Duel

Production de formes

Pilotage

Glisse

Etc



PANORAMIC
Tél: 01 49 11 64 19

No: 00019509, 000056 Credit: M Robinot/PanoramiC
Caption: Jean Teulere / Espoir de la Mare Ecolit (FRA) - Coupe du Monde



PANORAMIC
THE ORIGINAL

No: 00002006.624 Date: 00.00.0000 Credit: Imago / Panoramici

Caption: Piggy French - 06.09.2003 - Concours complet - Cross COUNTRY - action haut...



F A N D B A M I C No. 0081104 2000802yds - COPA I PannoneC
Caption: Foto per FIM - Cooper di Mondo de Wengen - Svizzera - 16.01.2005



F A N D B A M I C No. 0081104 2000802yds - COPA I PannoneC
Caption: Foto per FIM - Cooper di Mondo de Wengen - Svizzera - 16.01.2005



PANDRUMIC by 2000THA 200TH OAK, IN (Pandrumic)
Caption: John Whitcomb/Club Fox Sports - Jimmy Deacon/International Horse Show - Ian Rudge

Ces situations génèrent des **émotions**

Qui gèrent la motricité

Qui peuvent **perturber**

La conscience

La vigilance

Donc **la performance**

Réflexes primaire ou archaïques

Apnée

Foetale

Grasping

Piéton

Moro



PANORAMIC
Tél: 01 49 11 64 19

No: 00019509, 000041Credit: M Robinot/PanoramiaC

Caption: Nicolas Touzaint / Tatchou (FRA) -Coupe du Monde FEI - Font

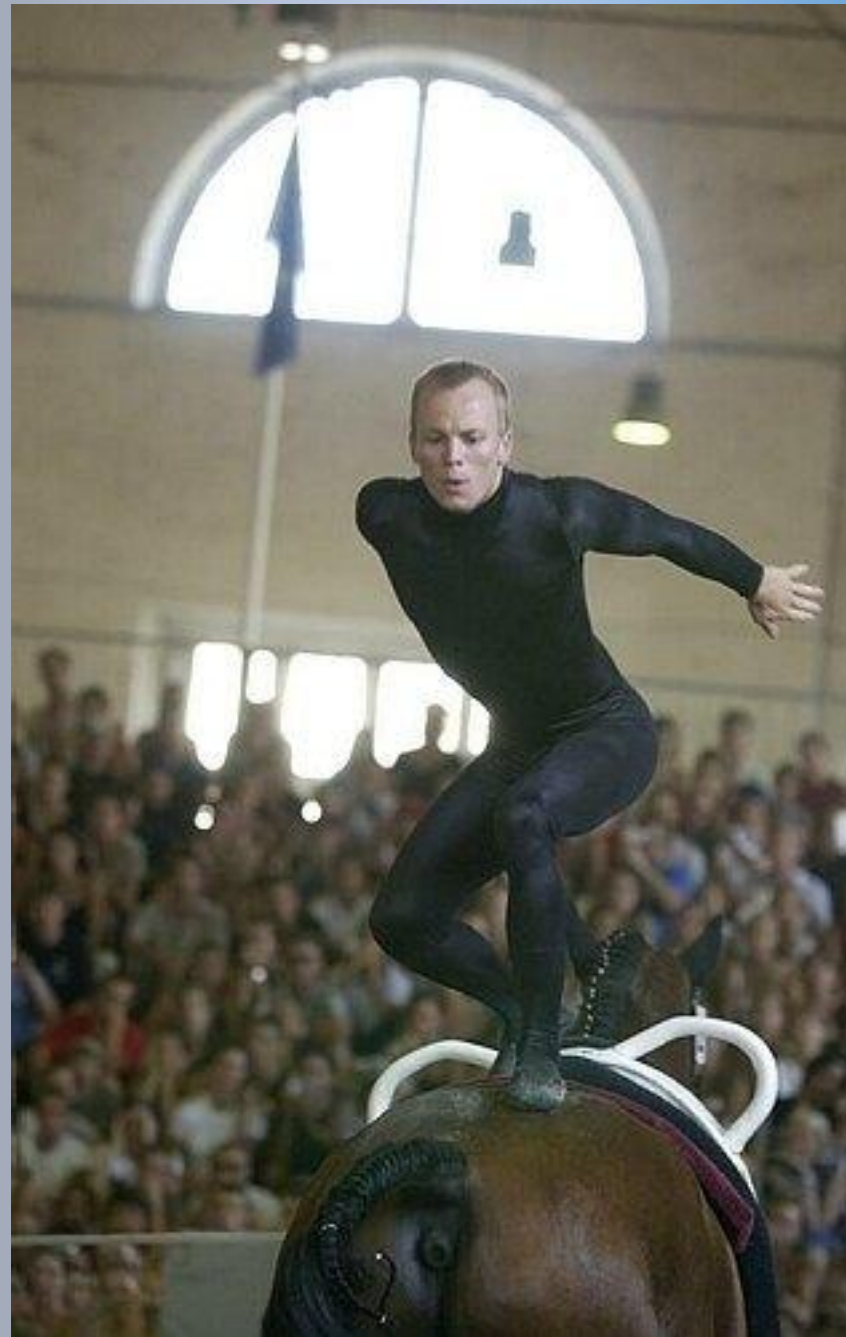


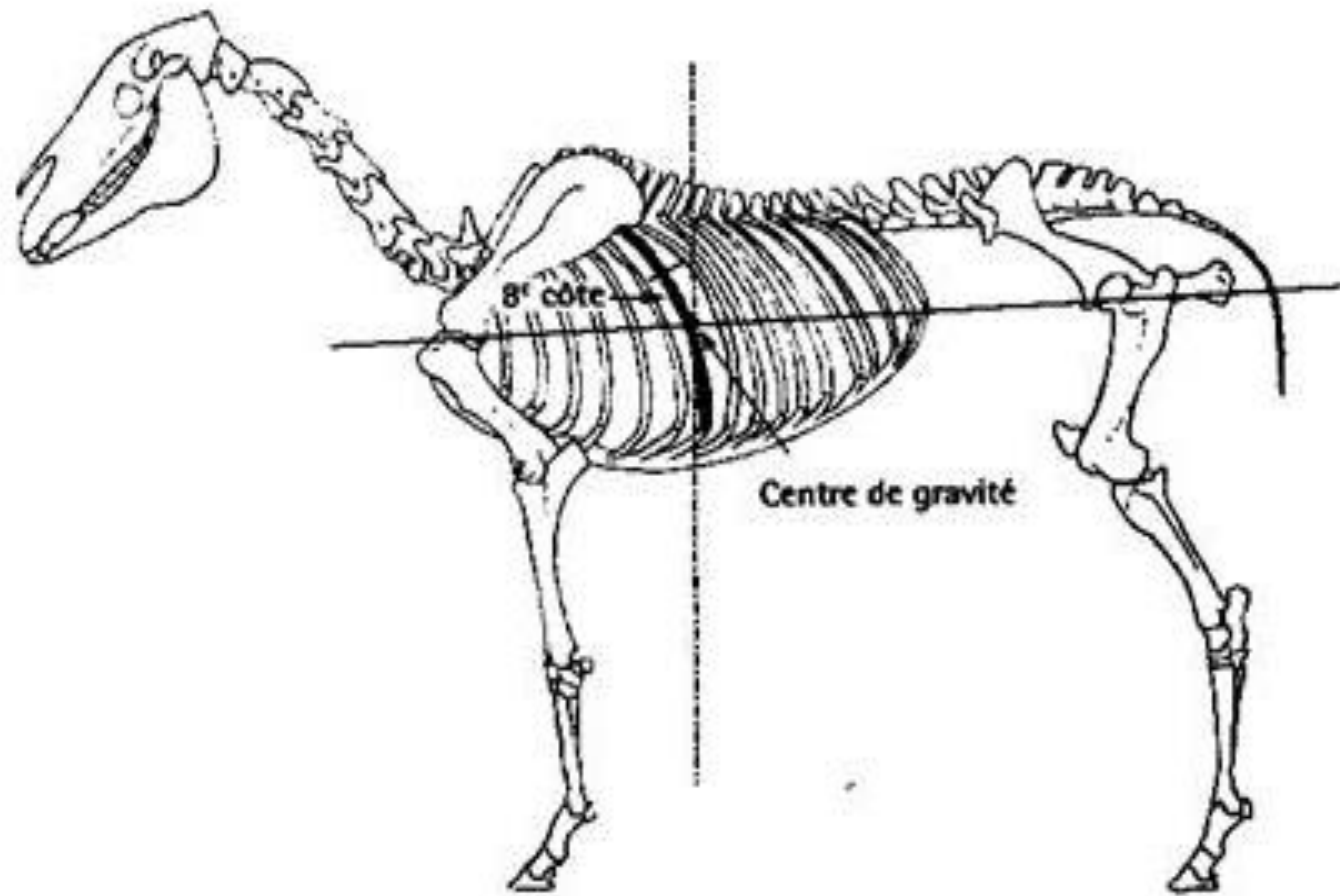
Gérer l'équilibre du cheval
au travers de la gestion

de son propre déséquilibre

EMOTIONS







Vue latérale gauche



« Je lui ai peut être mis un peu trop de pression »

P.Leprévost

L'Equipe du 19 Septembre 2011

Stress d'origine interne le plus souvent :

**ce n'est pas le contexte qui stresse, mais la
non adaptation à ce contexte.**

« C'est facile quand on ne joue plus le podium

balayait-elle.

J'avais simplement envie de le faire »

P.Leprévost

DONNER DE **L'EQUILIBRE** AU CHEVAL

EN GERANT

SES PROPRES **DESEQUILIBRES**



« **J'analyse** plus et mieux la façon dont je suis assis sur le dos de mon cheval, l'impact de mon poids, je suis **plus conscient** de ma position et de son influence sur mon cheval . »

M.Todd

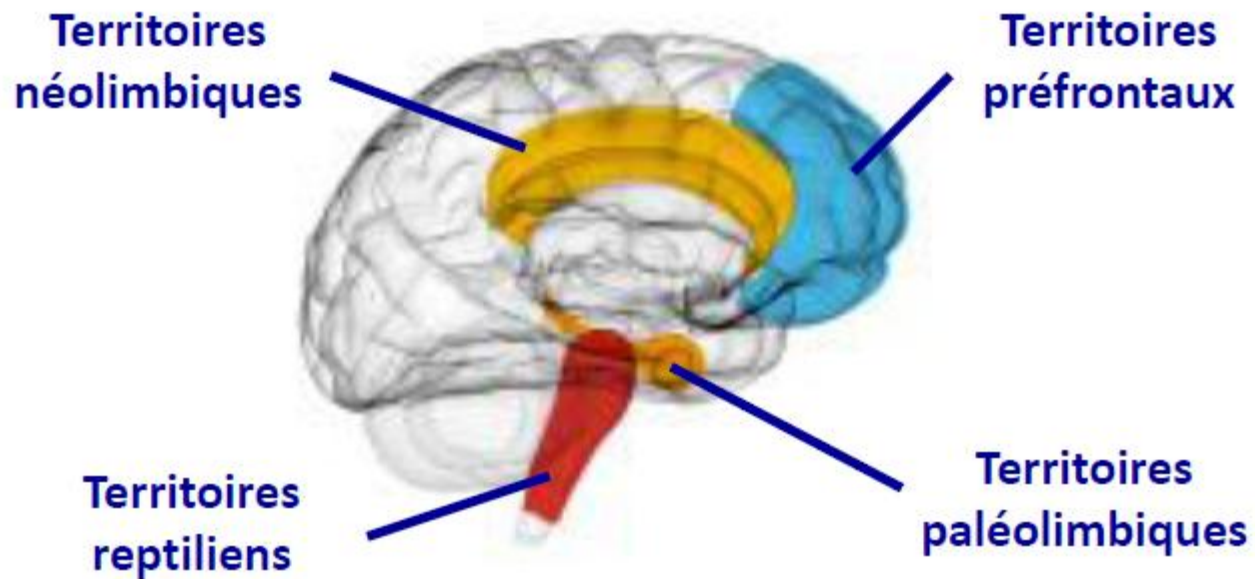
« Pour moi ,l'une des clés est le poids sur le dos de votre cheval; si vous mettez beaucoup de poids et que le mouvement est mauvais c'est important que vous leur permettiez

de garder leur équilibre

autant que possible, de façon à avoir à intervenir le moins possible. »

M.Todd

Les 4 territoires cérébraux de la prise de décision



TERRITOIRES REPTILIENS

- *Survie individuelle*
- *Incontrôlables*
- *Spontanément actifs*
- *Sans mémoire*
- *Mode de réaction : calme, anxiété, colère, découragement*





*2 modes mentaux se complémentent et
s'opposent :*

-Un mode mental automatique (**MMA**), qui gère
ce qui est simple et connu

-Un mode mental préfrontal (**MMP**), qui gère ce
qui est complexe et inconnu

2 façons de voir les choses, 2 manières d'être...



PANORAMIC
No: 090079526, 0900279 Credit: M. Babinet, Panoramic
Caption: Sarah Van Hevelit / Arla Fiva Trol (BL) - Coupe du Monde FEI



PANORAMIC
No: 090079526, 0900279 Credit: M. Babinet, Panoramic
Caption: Pierre Marie Dubois / Ira d'Isira (FR) - Coupe du Monde FEI

MMA (le plus utilisé)	MMP
Routine	Curiosité sensorielle
Rigidité	Adaptation
Simplification	Nuance
Certitude	Relativité
Empirisme	Réflexion
Image sociale	Opinion personnelle
Stress	Sérénité



TRANSFERT D APPRENTISSAGES









**LA LIGNE DE STYLE
DANS
LA SINGULARITE**

Individualisation for Anky

Isabell Werth: Olympic gold winner 1996,
silver winner 2000-2004-2008

Motricity

Anky van Grunsven: Olympic gold
winner 2000-2004-2008, silver winner 1996



1.gross-motor skills

Total body fluidity

2. Fine motor skills



1. first preference

observation

2. Second preference



1. Fine motor skills

manual dexterity

2.Gross-motor skills









PANORAMIC
MAGAZINE

No: 00002006.836 Date: 20.10.2001 Credit: Imago / Panoramix

Caption: Jean Teulere sur Gift d Ile Rousse - action - Concours complet - Cheval obstacle - 20.10.2001 - larg...

MERCI DE VOTRE ATTENTION