



## L'ECHELLE DE PROGRESSION

**Introduction :** L'échelle de progression, conforme aux principes de l'école classique, s'applique à toutes les disciplines pour le travail quotidien des chevaux. Elle sert également de fil conducteur pour l'entraînement du jeune cheval vers le plus haut niveau dans la discipline du dressage. Trois grandes phases et six points de référence sont définis à cet effet.

Cette échelle, « *fil rouge du travail quotidien* », est un cadre méthodique qui fixe des repères, des points de référence aux cavaliers, entraîneurs et enseignants pour leur progression de travail :

- Elle incite à ne pas forcer sur des exercices au détriment des qualités de base :
  - la correction de l'allure ; - la souplesse ; - la qualité du contact.
- Elle aide à préserver ces qualités de base lors de la poursuite de la progression pour « aller plus loin » notamment par le développement de :
  - la propulsion ;
  - la rectitude ;
  - du rassembler.
- Elle précise six facteurs hiérarchisés et liés les uns aux autres : 1- locomotion ; 2- souplesse/décontraction ; 3- Contact ; 4- propulsion ; 5- rectitude ; 6- rassembler.

On doit garder à l'esprit que les points de l'échelle ne sont pas travaillés isolément, car elle ne vise pas à fixer la chronologie des exercices<sup>1</sup> pas plus qu'elle ne détermine les exercices à faire. L'objectif général est d'obtenir un cheval calme et confiant, souple et flexible, mais aussi attentif et livrant ses forces en totale harmonie avec son cavalier. Le but final est la meilleure perméabilité aux aides possible pour le plus d'expression possible.

L'échelle permet : - un travail progressif, - un entraînement méthodique, - un rappel permanent aux valeurs fondamentales. Elle utilise des objectifs simples pour développer les qualités jugées fondamentales, mais aussi pour évaluer la qualité du travail, ou d'une reprise, et ce du jeune cheval jusqu'au plus haut niveau de performance. L'échelle donne du sens au travail quotidien et au cadre commun aux cavaliers, entraîneurs, enseignants, et juges.

En effet, les règles de jugement s'appuient désormais sur les six points de cette échelle pour l'évaluation et l'analyse de tous les mouvements des reprises, et ceci quel que soit le niveau concerné, comme le détaille le code de pointage mis en vigueur par la FEI en 2007.

<sup>1</sup> Ne pas confondre l'Echelle avec la chronologie des mouvements qui jalonnent la progression classique du dressage et qui ne sont abordés qu'avec très peu de variantes par les cavaliers. Ces mouvements figurent d'ailleurs dans la progression des reprises de dressage : des jeunes chevaux au grand prix FEI (des cercles aux variations d'allures, des transitions aux mouvements de deux pistes, pour aboutir aux pirouettes et au piaffer-passage).

Ont participé, autour d'Alain Francqueville, à cette adaptation du texte FEI : le général Pierre Durand, Michel et Nadine Cochenet, Marina van den Berghe, Christian Forlini, Bernard Maurel, Anne Prain, Fabien Godelle, Arnaud Lemaire, Michel Mouré, Jean-Pierre Avinzac, Catherine et Michel Henriquet, les cavaliers Sportifs de Haut niveau, ....

## L'ECHELLE DE PROGRESSION

Reconnue par la Fédération équestre internationale (FEI), issue d'une concertation avec les entraîneurs des différentes nations, l'échelle de progression s'est lentement précisée au fil des ans. Conforme aux principes de l'école française notamment : « *Calme, en avant et droit* » et « *marier intimement impulsion et flexibilité* »<sup>2</sup>, elle permet une mise en œuvre méthodique des procédés classiques de dressage, sans imposer une méthode particulière. C'est un fil directeur pour l'entraînement quotidien des chevaux qui laisse une entière liberté au cavalier sur le choix des exercices et moyens. Simple, facilement présente à l'esprit, elle met en avant les objectifs indispensables au développement des capacités du cheval, quelle que soit la discipline, et s'applique depuis les bases jusqu'au plus haut niveau de performance.

Grâce à ce cadre commun, qui s'appuie sur six points fondamentaux, l'échelle constitue un outil commun aux cavaliers, entraîneurs, enseignants et juges. En effet, la FEI utilise les six points de cette échelle comme cadre d'analyse du jugement des mouvements dans tous les niveaux<sup>3</sup>.

L'échelle permet :

- de préserver l'intégrité physique et le moral des chevaux tant au cours de la progression du dressage que lors des séances de travail ;
- d'optimiser l'emploi des assouplissements en centrant d'avantage l'attention du cavalier sur les qualités à développer que sur les mouvements ou les aides à employer ;
- d'évaluer objectivement, et de manière partagée par tous notamment entraîneurs et juges, la qualité du travail, ou d'une performance ;
- de communiquer avec des références et une terminologie commune.

### Les buts et principes du dressage qui sous-tendent l'échelle de progression

Le but du dressage est de transformer le cheval en un athlète confiant et attentif par le biais d'une éducation harmonieuse. Quelle que soit la discipline, le cheval bien dressé apparaît « *calme, en avant, droit* » mais aussi : comme un athlète décontracté, souple, confiant et volontaire.

Ces qualités<sup>4</sup> se manifestent tout à la fois par la correction des allures (franchise et régularité) ; la qualité du contact, sans résistances ; la légèreté de l'avant-main dont l'origine est l'impulsion et l'équilibre ; l'harmonie, et l'aisance des mouvements. Devenu perméable aux aides le cheval démontre le développement de ses aptitudes dans une parfaite entente avec son cavalier.

Les principes classiques respectent la psychologie comme le physique du cheval pour mieux développer ses capacités. Leur application par le cavalier est d'autant plus efficace qu'il s'appuie sur des bases solides et qu'il se réfère à un cadre méthodique. C'est bien l'enjeu de cette « échelle de progression » qui renvoie constamment aux qualités du cheval bien mis mais laisse au cavalier le libre choix des moyens.

---

<sup>2</sup> *Questions équestres* Général L'Hotte.

<sup>3</sup> Voir le manuel officiel des juges (Guidelines for judges. Hand book FEI - Lausanne 2007).

<sup>4</sup> Voir le glossaire associé en fin de texte pour les mots importants.

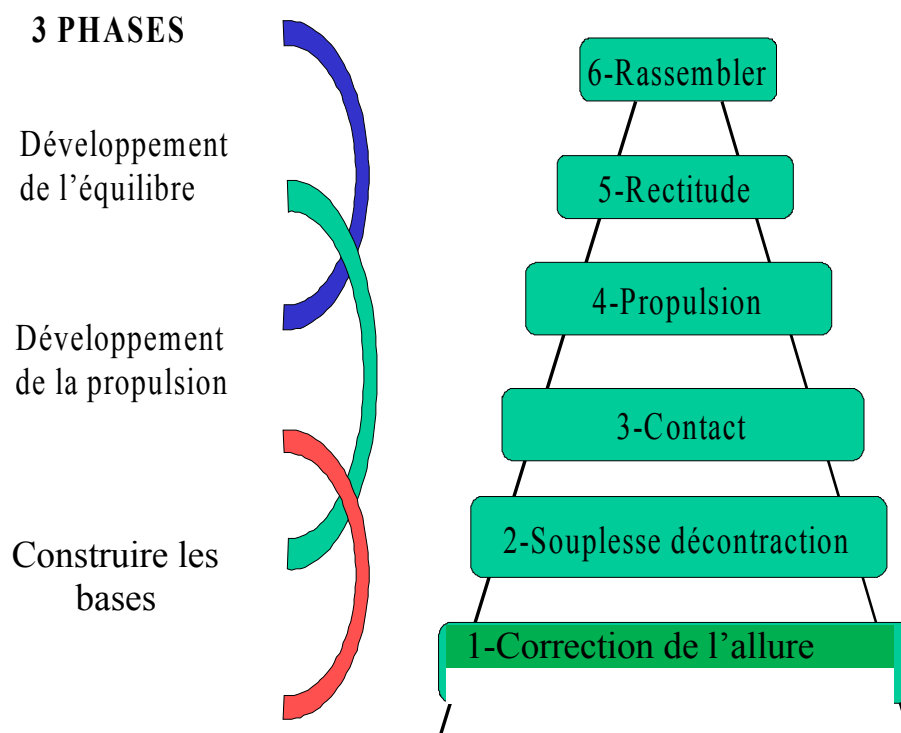
## 1 – Organisation de l'échelle de progression

La progression est ordonnée en trois grandes phases dont l'ordre ne saurait être modifié :

- A - la construction des bases : compréhension et confiance du cheval envers son cavalier, en visant prioritairement la correction des allures, la souplesse, la décontraction, ainsi que la qualité du contact ;
- B - le développement de la propulsion, tout en préservant les bases donc en veillant à la locomotion mais aussi la souplesse, la qualité du contact et la rectitude ;
- C - le perfectionnement de l'équilibre qui s'appuie sur la propulsion et la rectitude et vise le rassembler et l'expression.

Six points de référence du dresseur, sont définis en relation avec les trois grandes phases. Ils jalonnent sous forme d'objectifs le travail quotidien ainsi que la progression de l'entraînement du cheval ; ils constituent les six marches de l'échelle de progression, d'où son nom. Un cheval qui avancerait dans son éducation sans toutefois répondre aux critères de l'échelle ne progresserait en fait pas correctement.

### Les trois grandes phases en relation avec les six points de référence



### Les principes de l'échelle :

- l'ordre de priorité et l'importance des six points de référence du dresseur ne sauraient être modifiés ;
- les objectifs s'enchaînent sans délimitation rigoureuse, comme les couleurs d'un arc en ciel, en conséquence ils ne doivent pas être abordés de manière isolée;
- chaque point de référence est une base pour les suivants car les éléments de l'échelle de progression dépendent étroitement les uns des autres.

Il ne s'agit pas de se concentrer isolément sur un seul des six points et objectifs de l'échelle de progression : chacun d'entre eux étant naturellement relié aux autres. Le but général de l'entraînement est le développement de la perméabilité et de la réactivité aux aides mais aussi le bon vouloir du cheval sans résistances, et ce, dans tous les mouvements, exercices et transitions, quelle que soit la finalité visée : sportive ou de loisir. L'échelle doit aider, en cas d'hésitation, de résistance, de difficulté, ou de désordre à revenir aux fondamentaux.

## 2- Les six points de référence

L'échelle de progression est une référence tant pour le travail des jeunes chevaux que pour ceux qui sont plus avancés, quelle que soit la discipline.

### 1. La correction de la locomotion (chaque allure)

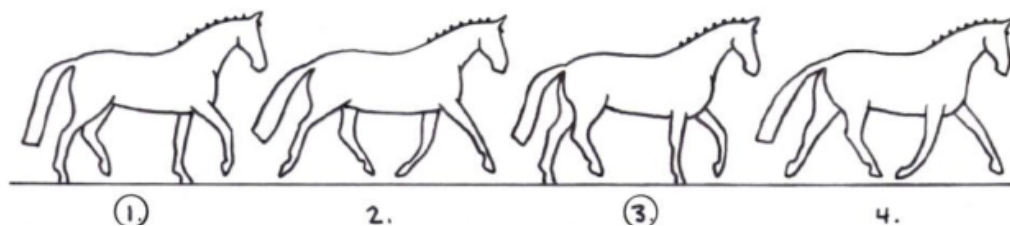
Une méthode d'entraînement ne peut pas être satisfaisante si elle n'a pas pour préoccupation constante la correction des allures, leur régularité. Cela est néanmoins plus compliqué qu'il n'y paraît ! Car dans toute séance de travail le cavalier peut être tenté de négliger la qualité de la locomotion au profit d'autres exigences.

Cette correction repose sur trois facteurs :

1) Prioritairement le *rythme* qui caractérise chacune des allures. Il se définit comme la répartition des durées, entre les posers, découlant de l'ordonnance du mouvement des membres. Sa correction est le facteur déterminant de la régularité ; à savoir : au trot deux temps égaux, au pas quatre temps égaux, au galop trois temps dont une phase de projection<sup>5</sup> clairement marquée.

Une faute dans le rythme est toujours une faute sérieuse (ex : latéralisation du pas, galop rompu, irrégularité du trot, ...). Les fautes de rythme sont souvent le signe d'un entraînement incorrect.

### **DESSIN 2**



<sup>5</sup> Ne pas confondre la projection (aspect dynamique, arcs) : schwung en allemand, de la suspension (aspect repos, thésis) : maintien d'une attitude comme au passage.

Les deux temps et quatre phases du trot (1-2 = appui + projection ; 3-4 = appui + projection)

12) La *vitesse* est la résultante de la propulsion, de la cadence et de l'amplitude. Elle doit être juste<sup>6</sup> et stable, par exemple : un seul et même trot (ou galop) dans une vitesse donnée (travail, moyen, ...) maintenue stable lors d'un enchaînement de figures ; - juste parce que l'activité des postérieurs assure suffisamment d'énergie à l'allure sans conduire à la précipitation (courre) ; - stable grâce à la constance de la poussée (impulsion sans faille) notamment sur les courbes, voltes et dans le travail de deux pistes.

La correction de la *vitesse*<sup>7</sup> est d'une importance capitale dans le travail de base des allures. C'est à dire ne pas montrer des instabilités de vitesse à l'intérieur d'un type d'allure (du trot de travail, ... jusqu'au passage). Cela donne toute son importance au travail des transitions dans chacune des allures.

13) La *cadence*<sup>8</sup> qui est la fréquence du poser d'un membre de référence, (on parle aussi de tempo<sup>9</sup>). Elle doit être la « bonne » et stable (dans chaque allure). La cadence est indépendante du rythme : exemple au pas un cheval sans changer de cadence peut se mettre à latéraliser il change seulement de rythme. On ne recherche pas les cadences trop lentes surtout avec les jeunes chevaux, pas plus qu'on ne doit tolérer un ralentissement de la cadence dans les transitions descendantes.

Les pas et les foulées, dans chaque variation d'allures, doivent conserver l'ordonnance et les valeurs caractéristiques de l'allure (rythme), tout en gardant une cadence suffisamment constante notamment au trot et au galop. Ceci est valable tant dans les transitions à l'intérieur d'une même allure, que lors des courbes : cercles, coins ; tout comme sur les lignes droites et pendant le travail de deux pistes. C'est un gage du maintien de l'équilibre.

Dans la pratique, des cavaliers forcent parfois leurs chevaux pour obtenir un trot excessivement stylisé et énergique, en comprimant leurs chevaux au détriment de la qualité du contact et de la souplesse du dos et l'aisance des transitions ; en visant trop tôt le spectaculaire ils vont à l'encontre du but recherché et de l'avenir du cheval. Ils s'éloignent des qualités utiles à une bonne progression du dressage.

**Objectif 1 : veiller en permanence à la locomotion** à travers la correction du rythme, et la bonne adaptation de la vitesse et de la cadence au niveau concerné. Revenir sur ce point 1 si le travail d'un exercice, ou le degré d'exigence, fait perdre cette qualité de base. Ce souci de la régularité reste valable tout au long de la progression du dressage

L'amélioration de la correction de chaque allure ne peut pas être abordée séparément des deux autres points : souplesse/décontraction et contact.

Règle : Il n'y a pas d'exercice qui puisse être utile si le cheval altère le rythme et la correction de l'allure.

## 2. La souplesse - décontraction

---

<sup>6</sup> Voir glossaire.

<sup>7</sup> C'est le « richtiges tempo » en allemand ; « Arbeits tempo » pour vitesse de travail, ...

<sup>8</sup> Voir glossaire.

<sup>9</sup> Expression italienne utilisée des musiciens, à ne pas confondre avec l'expression allemande ci-dessus qui veut dire vitesse. La cadence définie ici est nommée « Takt » en allemand.

La souplesse et la décontraction, associées à la correction des allures, doivent faire l'objet d'une grande attention dès la première phase, car elles sont un élément primordial dans l'acquisition des bases de l'entraînement.

La décontraction s'appuie sur l'état mental (calme, absence d'anxiété ou de nervosité) et conditionne la souplesse qui se réfère elle au physique du cheval (aisance des mouvements, absence de raideurs, de résistances musculaires, de douleurs,). Le cheval souple donne l'impression de se déplacer de lui-même, répondant avec générosité aux demandes de son cavalier.

Les indices de la décontraction sont :

- une expression sans anxiété ;
- des oreilles attentives et expressives ;
- une bouche décontractée, mâchant calmement le mors ;
- une respiration calme et bien rythmée.

Les indices de la souplesse sont :

- l'aisance des mouvements, l'élasticité des foulées, un rythme régulier ;
- un dos élastique, la capacité à s'incurver, se déplier ;
- une nuque perméable, permettant un contact agréable et une bouche décontractée ;
- une queue bien portée et se balançant symétriquement.

C'est seulement lorsque le cheval est physiquement et mentalement libéré de toute résistance et contrainte qu'il peut travailler dans la souplesse et se « livrer » pleinement. Un cheval doit se déplacer avec « tout son corps », une attention particulière est donc constamment portée au jeu élastique du dos, en l'absence duquel les allures sont raides.

Le manque de souplesse/décontraction peut prendre plusieurs formes, par exemple : raideur dans le dos, queue contractée, fouaillements de queue, fautes de rythme, manque d'activité des postérieurs, foulées étriquées, grincements de dents, bouche crispée et sèche, tête basculée, mauvais pli, cheval traversé, ...

Une bonne confirmation de la souplesse et de la décontraction du cheval consiste à laisser filer les rênes et voir le cheval étendre l'encolure vers l'avant et vers le bas, sans augmentation de l'intensité du contact ni modification de l'allure, et de l'équilibre.

**Objectif 2 : conserver la décontraction mentale du cheval, ainsi que sa souplesse**, notamment par l'élasticité du dos. Revenir sur ce point si un exercice, ou l'environnement, fait perdre cette qualité de base.

La décontraction et la souplesse ne peuvent pas être travaillées séparément des deux autres points : la correction de l'allure et la qualité du contact.

Règle : Il n'y a pas d'exercice qui puisse être utile si le cheval perd la souplesse (se raidit ou résiste) ou se contracte (anxiété, nervosité). La souplesse est un thème central, jamais elle ne doit être négligée et doit être constamment associée à l'impulsion.

### 3. La qualité du contact

Le contact est ce rapport qui existe entre la bouche du cheval et la main du cavalier lorsque les rênes sont ajustées. Il doit être l'expression d'une relation confiante, stable, symétrique et moelleuse.

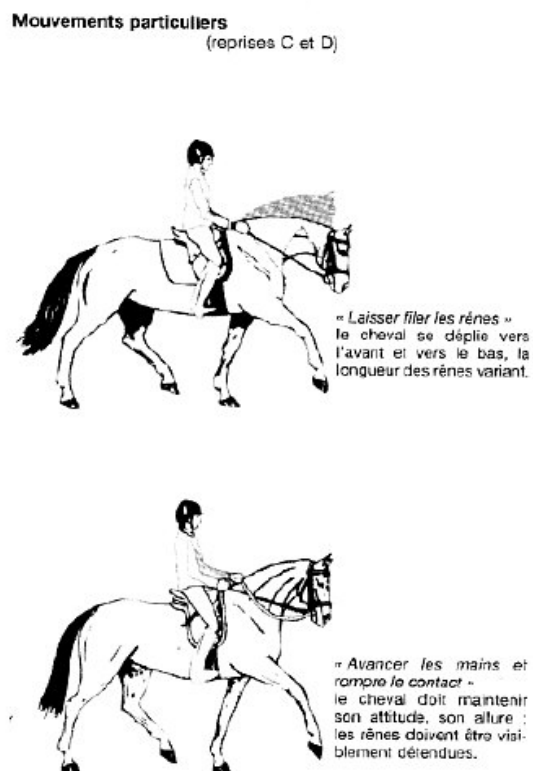
Le contact doit provenir de l'énergie des postérieurs transmise jusqu'à la main, par un dos souple, le cheval venant chercher le contact de la main qui le permet. Il est totalement faux d'essayer d'obtenir le contact en tirant avec les mains. Cette manière de monter bloque toujours l'énergie issue des postérieurs.

Les indices d'un bon contact sont :

- un cheval qui vient avec confiance « *sur la main* » avec une tête s'approchant de la verticale ;
- une bouche calme et décontractée permettant un contact moelleux et léger ;
- une nuque perméable, qui est en règle générale le point le plus haut de l'encolure, avec le chanfrein en avant de la verticale ;
- une encolure qui adapte facilement son attitude en fonction de l'amplitude des allures.

Un contact correct et stable facilite la maîtrise de la vitesse et de l'équilibre de chaque allure. Le cavalier doit pouvoir intervenir et nuancer à volonté l'intensité du contact jusqu'au degré minimum et la descente de main où le contact est alors rompu.

#### DESSIN 3



Pour apprécier la qualité du contact et que le cheval est bien 'sur la main', il ne suffit pas d'observer seulement la tête et l'encolure, mais il faut évaluer le cheval dans son ensemble, sa perméabilité aux aides, sa rondeur, et que l'impulsion vient bien jusqu'à la main en passant « par le dos » et « par la nuque » (voir dessin 5).

Altérations du contact :

1. le cheval passe en deçà de la verticale : ceci provient soit d'une difficulté du cheval à prendre ou à conserver le contact, soit d'un excès de ramener avec parfois des grincements de dents ;
2. le cheval refuse le mors, il est derrière la main et lâche le contact, avec parfois des problèmes graves de fixité ou de langue ;
3. le cheval casse son encolure. Le plus haut point de l'encolure n'est plus la nuque mais un angle situé généralement entre la deuxième et la troisième vertèbre cervicale ;
4. le cheval prend un appui trop ferme sur le mors : le cheval ne travaille pas suffisamment en équilibre, et recherche le support des mains du cavalier, utilisant celles-ci comme une « cinquième jambe » ;
5. le cheval est contre la main, au-dessus de la main : le chanfrein du cheval est loin en avant de la verticale. La nuque trop haute, les muscles du dessus de l'encolure se contractent et résistent vers le haut, le cheval perdant la tension élastique du dos ;
6. Le cheval prend un contact plus fort sur une rêne que sur l'autre ;
7. L'arrière-main n'est pas en « relation » jusqu'au contact (connexion).

**Objectif 3 : veiller à la qualité du contact** tout au long du travail. Revenir sur ce point si un exercice ou une résistance fait perdre de la qualité au contact.

Le contact ne peut pas être envisagé séparément de la souplesse générale et de l'impulsion.

Règles : Il n'y a pas d'exercice qui puisse être utile si la qualité du contact se détériore (dissymétrie, basculement, instabilité, bouche trop active ou muette,...) ou si le cheval prend une attitude\* fautive (perte de la rondeur, ou de la capacité à se soutenir).

## DESSIN 4

### 2 dessins

( *le bon contact* + *bouche contractée* )

#### 4. La propulsion : développer l'énergie des postérieurs.

La propulsion est la puissance donnée par la poussée des postérieurs. Elle témoigne de la franchise du mouvement en avant transmise par le dos, et se perçoit par une claire projection nécessaire à la correction des allures du trot et du galop.

Le développement de la propulsion va apporter d'une part la puissance et l'énergie nécessaires aux allongements, conforter d'autre part le maintien de l'activité des postérieurs lors des ralentissements (reste « rapide derrière »), mais surtout contribuer au développement de l'expression. La finalité étant d'accroître la capacité portante des postérieurs et le soutien de l'avant-main en vue de l'équilibre rassemblé.

Le critère le plus important est la netteté du temps de projection qui résulte du mariage de l'impulsion et de la flexibilité. De fait, on ne peut observer cet effet que dans les allures qui ont une période de projection : dans le galop, le trot et, dans un degré moins marqué, au

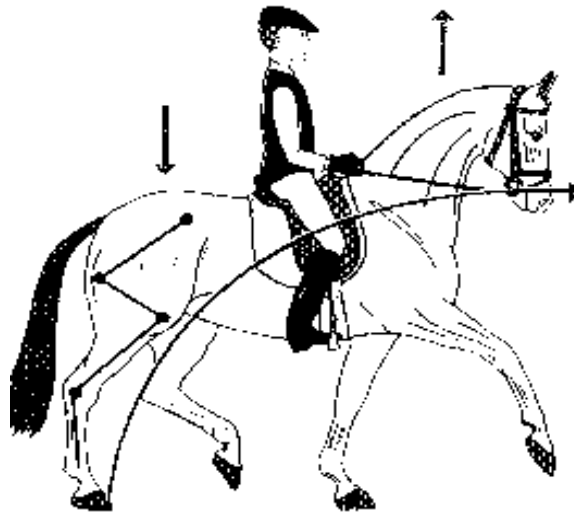
passage. Il ne peut pas y avoir cette manifestation de l'impulsion dans le pas qui n'a pas de projection ; c'est pourquoi, au pas, on préfère alors parler d'activité.

Les indices de la bonne propulsion :

- la netteté de la projection, sans précipitation (trot, galop) ;
- une poussée constante de l'arrière-main dans tous les mouvements ;
- la franchise de la poussée (détente) des postérieurs dans les transitions montantes ;
- le maintien de la correction du rythme, de la souplesse et du contact ;
- le maintien de l'engagement (le cheval ne s'ouvre pas derrière) ;
- la correction de l'équilibre et de la souplesse dans les transitions.

Elle va au-delà du seul désir d'aller en avant, de l'impulsion ; son expression correcte apparaît seulement lorsque l'activité des postérieurs arrive jusqu'au mors en « passant par » un dos souple. Elle est contrôlée par la main du cavalier, le contact restant agréable.

### DESSIN 5



Le cheval dans l'harmonie musculaire

Le développement de la propulsion est primordial pour la franchise du mouvement en avant comme pour l'amélioration de la capacité portante des postérieurs, donc de l'équilibre. Il suppose le maintien de la correction de l'allure et de la souplesse. C'est donc un pré-requis pour un travail plus poussé de la rectitude du cheval et du rassembler.

Si le cheval est envoyé trop fort en avant, il précipite ses foulées et la cadence, la période de projection est raccourcie car le cheval pose ses pieds au sol trop rapidement, perdant de l'amplitude : il court. Dans ce cas, même si la régularité est maintenue, la cadence devient rapide et l'impulsion comme l'équilibre en souffrent.

Il ne faut pas confondre propulsion et « action » qui se réfère, elle, à la capacité innée du cheval à avoir des foulées amples et spectaculaires notamment au trot et qui ne préjuge en rien de la qualité du dressage. Si le cheval travaille réellement dans l'impulsion, la période de projection sera accrue. Pourtant, elle ne doit pas être exagérée, car elle pourrait être associée à des foulées incorrectes, semblant planer, et résultant davantage de résistances habilement exploitées plutôt qu'au développement coordonné des forces musculaires, avec un risque de durcissement du dos associé à une élévation exagérée des genoux (trot passé).

**Objectif 4 : développer la force de propulsion de l'arrière-main .** Obtenir plus de franchise en préservant la souplesse du dos. Ne poursuivre ce développement que dans la mesure où cela ne se fait pas au détriment des qualités de base notamment concernant la souplesse et la qualité du contact.

Règle : Il n'y a pas d'exercice qui puisse être utile au développement de la propulsion s'il nuit à la flexibilité du cheval.

Il ne peut pas être travaillé séparément des autres points : la souplesse, la qualité du contact et la rectitude.

### 5. La rectitude : symétrie dans l'incurvation et le contact

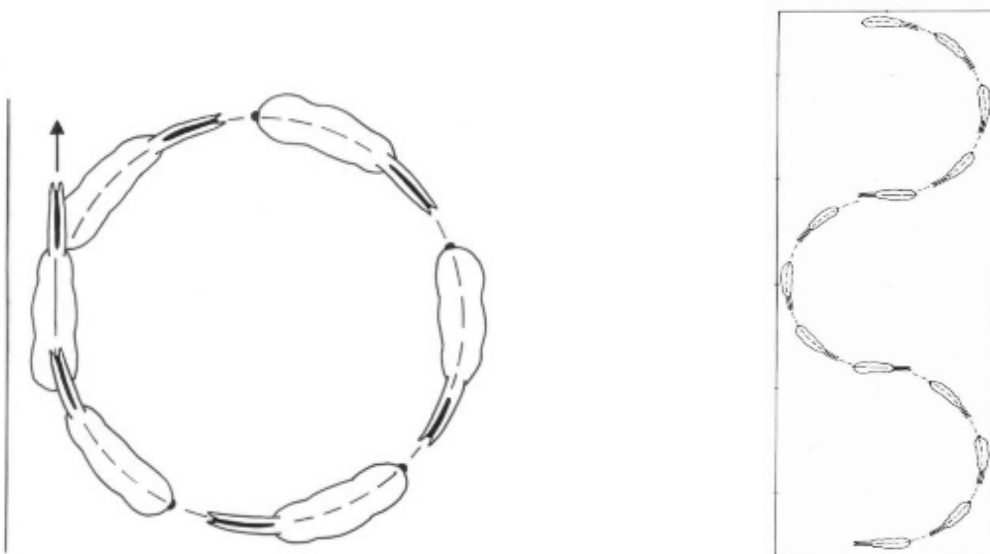
Le développement de la propulsion et de la rectitude sont essentiels pour préparer un cheval au rassembler et le rendre plus souple et plus perméable.

Chaque cheval est dissymétrique en raison notamment de son inflexion naturelle : il paraît plus raide d'un côté que de l'autre, ce qui cause une dissymétrie du contact. Le « *redressement* » du cheval est une tâche jamais achevée, en raison des capacités latérales différentes des chevaux qui cherchent à échapper soit des hanches soit des épaules mais aussi d'un entraînement imparfait.

Un cheval est droit lorsqu'il peut s'incurver et se déplacer d'une égale manière des deux côtés, dans les 3 allures et que les postérieurs suivent la trace des antérieurs tant en ligne droite que sur les courbes. On dit qu'un cheval est « *en ligne* » lorsque la propulsion est bien en concordance avec l'axe qu'il suit, sur la ligne droite comme sur la courbe.

Concernant le galop le redressement est nécessaire pour corriger la tendance naturelle des chevaux à galoper traversés (épaule externe en dehors et hanche interne en dedans). Ce redressement ne doit en rien altérer la correction de l'allure.

#### DESSIN 6



La rectitude, moins spectaculaire que d'autres qualités, est trop souvent négligée par méconnaissance de son importance. Elle est pourtant fondamentale pour une bonne progression du dressage.

Intérêt de la rectitude :

- aider le cheval à rester sain par une répartition égale du poids sur les deux côtés ;
- c'est seulement si le cheval est droit qu'il peut être symétriquement souple et « perméable », dans les deux directions ;
- préparer le cheval pour le rassembler. Seul un cheval redressé peut pousser symétriquement avec ses postérieurs et un contact égal sur ses deux rênes.
- si le cheval est droit, les postérieurs poussent en direction du centre de gravité.

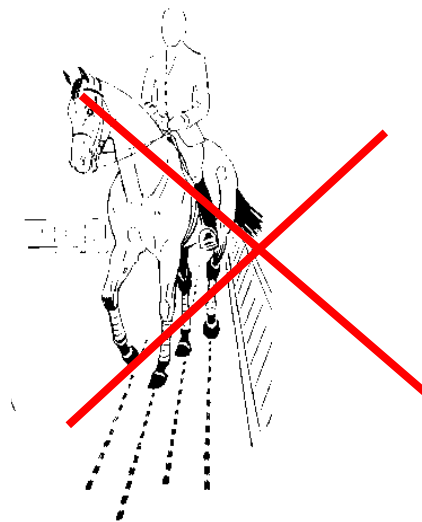
Renforcer la rectitude d'un cheval permet une plus grande correction des transitions et des arrêts, la symétrie du contact et des allongements, l'aisance des changements de direction et des mouvements de deux pistes, ainsi qu'une plus grande qualité des changements de pied au galop.

**Objectif 5 : Développer la rectitude** dans les différentes allures. Obtenir une égale aisance aux deux mains et la symétrie du contact. Cette recherche de la rectitude ne doit pas se faire au détriment de l'impulsion.

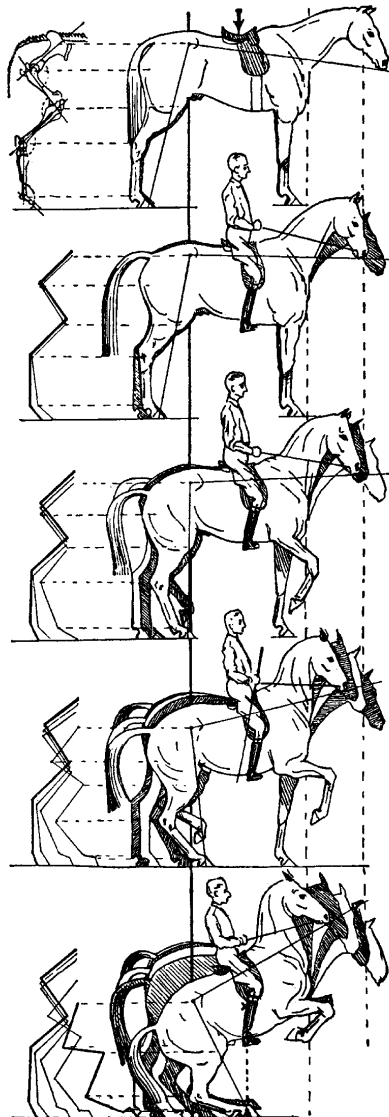
Elle ne doit pas être envisagée séparément des deux autres points : la propulsion et l'équilibre.

Règle : Il n'y a pas d'exercice qui puisse être utile au développement de la rectitude s'il ne vise pas à étendre le côté court du cheval ou s'il porte atteinte à la correction de l'allure.

#### DESSIN 7



*Le redressement du galop*

**DESSIN 8**

*Evolution de l'équilibre (W. Müseler)*

## 6. le rassembler : développement de l'engagement et de l'équilibre

L'équilibre est la répartition du poids de l'ensemble « cheval et cavalier » entre les antérieurs et les postérieurs (équilibre longitudinal) et entre les membres des côtés gauche et droit (équilibre latéral). Le cheval est considéré dans un bon équilibre quand le poids est distribué également entre gauche et droite et suffisamment pris en charge par les postérieurs, ce qui se traduit par une plus grande liberté des épaules et l'aisance dans la mobilité du cheval. Une perte d'équilibre correspond à un accroissement du poids sur l'avant-main et/ou sur l'un des côtés.

On note différents degrés dans la qualité de l'équilibre : sur les épaules, horizontal, rassembler, rassembler accentué. La qualité et le type d'équilibre évolue avec la progression du dressage dans le temps.

Le rassembler est l'équilibre qui permet la plus grande mobilité du cheval. Il correspond à la prise en charge de davantage de poids par les postérieurs lié à un allègement et plus grande mobilité de l'avant-main. C'est un équilibre montant qui fait passer le cheval du mouvement en avant au mouvement en avant et vers le haut.

Les allures rassemblées ne doivent pas être identifiées à des allures ralenties ou raccourcies. Ce n'est que dans le rassembler accentué (piaffer, pirouette au galop), que l'abaissement des hanches est le plus marqué, la base de sustentation se raccourcit et, dans ce cas, il correspond bien à une diminution de la vitesse et même de la cadence.

*« Du rassembler, vous prenez l'énergie pour allonger ; de l'allongement, vous prenez l'impulsion pour rassembler ».*

Evolution du rassembler dans la progression du dressage :

Selon la qualité du cheval l'équilibre est au début plus ou moins sur les épaules, il devient horizontal dans les premières années, lors du travail des bases où le déséquilibre ne doit pas être toléré ; l'équilibre évolue avec le développement de l'engagement de l'arrière-main et de la force portante, pour aboutir à l'équilibre « rassemblé » qui s'accompagne du soutien de l'avant-main. Enfin, certains mouvements nécessitent une plus grande liberté des épaules (appuyers, allongements) voire un rassembler accentué (piaffer et pirouettes au galop).

**DESSIN 9**

## Dessin de l'Appuyer

**« Par le rassembler on transforme la capacité à avancer en capacité à porter »**  
*Ici l'aisance de l'incurvation et la liberté des épaules donnent une expression remarquable.*

Le cheval passe du mouvement « en avant » au mouvement « en avant **et** vers le haut » ceci est obtenu notamment par les demi-parades et les assouplissements.

Le but du rassembler est :

- d'améliorer et perfectionner l'équilibre du cheval qui a été plus ou moins déplacé vers l'avant par le poids supplémentaire du cavalier ;
- de développer et d'améliorer la capacité du cheval à abaisser les hanches et à engager ses postérieurs au bénéfice de l'allègement et de la mobilité de son avant-main ;
- d'associer « aisance et mobilité » du cheval de façon à le rendre plus agréable à monter, plus léger dans son avant-main et plus libre dans ses épaules.

Le rassembler se développe par l'association alternée des aides de propulsion et des aides de retenue, les demi-parades et par l'utilisation des transitions dans l'allure, mais aussi des mouvements de deux pistes : épaules en dedans, tête au mur, croupe au mur, et appuyers sur les cercles.

Les postérieurs ne doivent pas être engagés trop loin sous la masse du cheval au risque d'empêcher par là le mouvement en avant (impulsion) voire de conduire à l'acculement. Lorsque les foulées sont raccourcies l'activité/impulsion doit être maintenue ; lorsque le cheval est plus cadencé, il doit continuer d'avancer franchement.

La position de la tête et de l'encolure d'un cheval dans les allures rassemblées dépend de son degré d'entraînement, et, à plusieurs niveaux, de sa conformation. Le ramener de l'encolure doit rester en relation avec le degré du rassembler.

De fait, un rassembler insuffisant provient d'un manque d'impulsion et d'engagement, le cheval n'étant pas capable de prendre en charge suffisamment de poids en gardant les postérieurs actifs.

**Objectif 6 : perfectionner l'équilibre par l'engagement de l'arrière-main et le renforcement de la capacité à porter plus de poids.** Obtenir la légèreté de l'avant-main et la capacité du cheval à se porter de lui-même, ne peut pas être envisagé séparément des autres points de l'échelle de progression et notamment : la propulsion et la rectitude.

Règle : Il n'y a pas d'exercice qui puisse être utile au développement de l'engagement s'il se fait au détriment de la propulsion ou altère la qualité de l'attitude et du contact (résistances, nuque basse, bouche dure, ...).

\* \* \*

## DESSIN 10

### La perméabilité<sup>10</sup> : but final de l'échelle de progression

Etre à l'écoute ou perméable aux aides, signifie que le cheval accepte les aides du cavalier notamment les aides propulsives (dos, assiette et jambes) dans une complète décontraction. Il doit réaliser les mouvements demandés sans hésitation, avec franchise et avec des postérieurs qui assurent la « projection », montrant ainsi une force active et propulsive vers le haut. Par ailleurs, l'action des aides (par l'intermédiaire des rênes) doit permettre de renvoyer une partie de cette énergie jusqu'aux postérieurs, *via* la bouche, la nuque, l'encolure et le dos, sans être bloquée en aucun point du corps du cheval par une résistance.

Le cheval est « perméable » lorsqu'il demeure souple pendant tous les exercices, lorsqu'il répond aux aides du cavalier, accepte les demi-parades et transitions sans aucune hésitation ou résistance, en étant à l'écoute des aides les plus légères de son cavalier.

- La perméabilité permet le maintien parfait du rythme et de l'équilibre dans les trois allures et dans toutes les transitions.
- C'est seulement lorsque le cheval se déplace avec souplesse que l'énergie des postérieurs est transmise par tout le corps du cheval. De fait, sans souplesse, les aides nécessaires aux transitions descendantes ne peuvent avoir d'effet sur les postérieurs *via* la bouche, la tête, l'encolure et le dos.
- La perméabilité est conditionnée par la franchise de réponse aux aides propulsives.
- Toute contraction ou instabilité dans la relation main-bouche aura une conséquence sur la perméabilité aux aides.
- Lorsqu'il s'agit à la fois d'orienter un cheval dans un mouvement et de le contrôler dans son activité, seul le fait qu'il soit dans l'impulsion, souple dans son dos, lui permettra de réaliser l'exercice aisément.
- Tant que le cheval n'est pas complètement « en ligne », il ne peut accepter des demi-parades de la même manière sur la rêne droite que sur la gauche, ni progresser dans un meilleur contact avec les aides indiquant la direction sans risquer que les postérieurs n'échappent d'un côté ou de l'autre. Cette rectitude, sur la courbe, est absolument essentielle pour le rassembler et, par conséquent, pour que l'attitude de la tête et de l'encolure soit correcte.
- Quand le cheval peut se déplacer dans le rassembler avec deux postérieurs poussant également vers l'avant, et en étant capable de reporter du poids sur les postérieurs sans se durcir, c'est l'indication qu'il a atteint un haut niveau de perméabilité.

---

<sup>10</sup> En anglais : Throughness, ; en allemand : « Durchlässigkeit ». Cette souplesse et élasticité de la musculature qui permet à l'énergie de l'arrière-main d'être « en correspondance » (en anglais connection) avec la main en passant par tout le corps du cheval ce qui démontre une acceptation totale des aides.

**Application de l'échelle aux reprises Club, Ponam et Amateur 3 (« D »):****DESSIN 11 (3 dessins)**

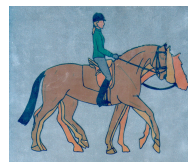
N'oublions pas la remonte et les cavaliers visés (club, poney, formation). Dans ces reprises les objectifs sont de donner de bonnes bases techniques aux cavaliers, de centrer leur attention sur des points fondamentaux à partir desquels ils développeront leurs repères et leur sensibilité. Les allures sont parfois modestes mais elles peuvent permettre d'acquérir les repères de base décrits dans l'Echelle de progression.

L'application de cette dernière, dans les reprises Club, Ponam et Amateur 3, se décline comme suit:

- 1 La correction de l'allure. On visera la capacité à trouver la bonne « vitesse » du cheval ou du Poney (ni trop vite - ni trop lent) et surtout la stabilité de cette « vitesse » qui résulte de l'impulsion et de son contrôle tant sur les courbes que sur les doublers et mouvements de deux pistes. C'est en effet cette capacité à stabiliser la vitesse qui permet ensuite de développer les notions de cadence, de souplesse et d'équilibre.
- 2 La souplesse et la décontraction. On visera une bonne relation cavalier/cheval/poney ainsi que l'attention à ne pas bouger, ni durcir inutilement les aides, ni écarter les mains ; l'adaptation des exigences aux capacités du cheval ou poney.
- 3 La qualité du contact. On vise la capacité à maîtriser la correction de l'attitude et des « tourners » avec un cheval ajusté sur sa trajectoire, avec une flexion latérale correcte (ni trop - ni trop peu). Le cavalier identifie et contrôle cette « attitude juste » (ni trop fermé, ni au dessus de la main). Il pourra développer ensuite le sentiment de la qualité du contact (complémentarité des deux rênes, orientation, cheval rond).
- 4 La propulsion. On vise la capacité à présenter son cheval, avec une activité suffisante : « avancer » en trouvant la vitesse juste en évitant de tomber dans la précipitation et/ou l'excessive lenteur, en particulier sur les cercles et les développements.
- 5 La rectitude. On se limite tout d'abord à la notion de « cheval droit » notamment sur les entrées et les lignes courbes en faisant ajuster la flexion de l'encolure à la courbe suivie, et surtout contrôler les postérieurs (éviter l'échappement). Le contrôle de la direction (indépendance du regard) est ici essentiel. La rectitude se travaille également lors les transitions et changements d'allures comme le départ au galop, puis par le « redressement » du galop.
- 6 Contrôle de l'équilibre. On visera en premier la stabilité sur les courbes avec maintien de l'attitude et stabilité de la vitesse. L'éducation aux demi-parades (demi-arrêt) permettra d'aborder ensuite un contrôle plus fin de l'équilibre existant. Ce point suppose une bonne maîtrise des points précédents, et une habileté avancée du cavalier.

**DESSIN 12 A et B**

uilibre.



La bonne attitude.

*Le changement d'attitude au pas*  
(attitude, amplitude et cadence sont liées)

## Conclusion

L'échelle de progression est utile pour toutes les disciplines ; elle sert de guide à lors de toute séance de travail, à rester vigilant sur les qualités fondamentales tout au long de la progression du dressage du cheval dans les différents niveaux de difficulté. C'est une base permanente pour « canaliser » les exigences du cavalier dans le travail quotidien en jugeant des effets sur son cheval de ses exercices, avec les mêmes références que les juges.

On peut se fixer utilement comme règle de ne pas insister sur des exercices lorsque les bases suivantes ne sont plus assurées : - la correction de l'allure ; - la souplesse/décontraction ; - la qualité du contact.

La poursuite de la progression vise dans tout type d'exercice de pousser la recherche :  
- de la propulsion ; - de la rectitude ; - du rassembler sans que ça soit au détriment des bases.

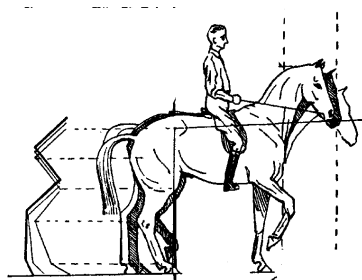
On doit garder à l'esprit que les six points de l'échelle ne sont pas travaillés isolément et que l'objectif général est d'obtenir un cheval calme et confiant, souple et flexible, mais aussi attentif et livrant ses forces en totale harmonie avec son cavalier et prenant ainsi le plus d'expression possible.

L'échelle permet donc :

- méthode dans le travail et l'entraînement, en centrant le cavalier sur les qualités attendues chez le cheval (en lien avec la finalité sportive visée) plutôt que sur tel procédé ou l'emploi de telle aide ;
- de se référer à des objectifs clairs pour développer les qualités fondamentales, en incitant à revenir sur les bases chaque fois que cela est nécessaire pour la bonne poursuite de la progression du cheval ;
- de limiter les réactions trop instinctives du cavalier, tant au cours des séances de travail que de l'éducation du cheval, en s'appuyant sur les points de référence ;
- d'évaluer la qualité du travail, ou d'une reprise, du jeune cheval jusqu'au plus haut niveau de performance, grâce à un cadre commun aux cavaliers, entraîneurs, enseignants, et juges.

Son emploi repose sur l'expertise de l'entraîneur, de l'enseignant et du cavalier dans l'application des différents points.

**DESSIN**



**13**

*Le travail gymnastique du cheval s'appuie sur l'emploi d'assouplissements classiques dont l'efficacité repose sur le respect de l'échelle de progression « fil rouge du travail quotidien » et ses six points de référence. L'emploi régulier des exercices de base comme : les serpentines, les cercles, les mouvements de deux pistes, ... tout comme le développement de la réactivité et légèreté aux aides conditionne la progression du cheval dans toutes les disciplines, et donc le développement de ses qualités physiques et morales.*

A Francqueville/DTN/DR

ANNEXE : **Echelle de notation selon les directives FEI.**

<b>Note</b>	<b>Explication</b>
<b>10 – Excellent</b>	Toutes les exigences de qualité définies dans l'échelle de progression sont remplies au plus haut degré. Les mouvements sont réalisés avec une excellente précision, et exactitude par rapport aux lignes et lettres définies.
<b>9 – Très bien</b>	Toutes les exigences de qualité définies dans l'échelle de progression sont remplies. Les mouvements sont réalisés avec une très bonne précision, et exactitude par rapport aux lignes et lettres définies.
<b>8 – Bien</b>	Toutes les exigences de qualité définies dans l'échelle de progression sont considérées comme bonnes. Les mouvements sont réalisés précisément, les lignes définies sont respectées.
<b>7 – Assez bien</b>	Toutes les exigences de qualité définies dans l'échelle de progression sont considérées comme assez bonnes. Les mouvements sont réalisés assez précisément, les lignes définies sont respectées.
<b>6 – Satisfaisant</b>	Soit les mouvements sont présentés avec exactitude et précision, mais il y a quelques faiblesses au regard de l'échelle de progression ; soit les mouvements manquent d'exactitude et de précision mais ils prouvent de bonnes qualités au regard de l'échelle de progression.
<b>5 – Suffisant</b>	Soit les mouvements sont présentés avec assez d'exactitude, mais il y a de nettes faiblesses concernant l'échelle de progression ; soit il y a d'assez sérieuses fautes, ou les mouvements sont imprécis mais ils prouvent de qualités satisfaisantes au regard de l'échelle de progression.
<b>4 – Insuffisant</b>	Soit les mouvements sont présentés avec assez d'exactitude, mais il y a de sérieuses faiblesses concernant l'échelle de progression avec quelques fautes évidentes ; soit les mouvements peuvent être très imprécis mais ils montrent cependant des qualités suffisantes au regard de l'échelle de progression.
<b>3 – Assez mal</b>	Les mouvements sont présentés avec imprécision et de sérieux problèmes au regard de l'échelle de progression.
<b>2 – Mal</b>	Les mouvements sont présentés avec imprécision et de sévères problèmes au regard de l'échelle de progression.
<b>1 – Très mal</b>	Les mouvements présentés sont à peine reconnaissables. Montrant de sérieuses résistances, par exemple : acculement, se sauvant en arrière, etc.
<b>0 – Non exécuté</b>	Mouvements non exécuté. Aucune partie du mouvement n'est réalisée.

## Récapitulatif des dessins

- 1 schéma (pas de dessin)**
- 2 frise du trot**
- 3 deux dessins (extension puis allongement de rênes)**  
Faire en silhouette
- 4 deux dessins (bouche contractée et celle attitude)**  
35x + oreilles en avant
- 5 le cheval dans l'harmonie (dessin avec flèches)**  
110 x
- 6 quatre dessins sur le cercle (incurvation)**  
128 x 125 x Bien mal
- 7 un dessin cheval vu de face (redressement du galop)**  
A venir
- 8 série de dessins (frise verticale)**  
à l'identique
- 9 dessin de l'appuyer**  
63x
- 10 schéma de l'échelle (pas de dessin)**  
? Trot allongé
- 11 série de trois dessin de poneys (bien , enfermé, au dessus de la main)**  
106 x sur la main , derrière la main, sur les mains
- 12 deux dessins la « bonne » position. Le changement d'attitude au pas**  
66 x 116 x
- 13 reprise d'un des dessins de la frise verticale 8.**