

DESCRIPTION DES FIGURES
DRESSAGE



FEDERATION FRANÇAISE
D'EQUITATION

Mise à jour du 24 novembre 2023, tous droits réservés



SOMMAIRE

L'arrêt et les transitions	Page 2
Le reculer	Page 3
La cession à la jambe	Page 4
La demi-pirouette au pas	Page 5
Le demi-tour autour des hanches au pas	Page 6
L'épaule en dedans	Page 7
L'appuyer	Page 8

FEDERATION FRANÇAISE
D'EQUITATION

L'ARRÊT ET LES TRANSITIONS

Définition :

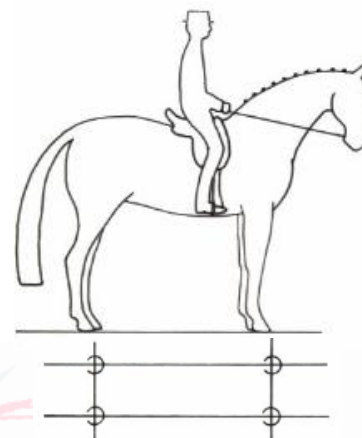
L'arrêt est avant tout la station immobile du cheval, celui-ci étant droit, engagé, d'aplomb sur ses 4 membres à l'appui et carré dans les niveaux les plus élevés. Décontracté et attentif à son cavalier, le cheval doit rester prêt à repartir instantanément à tout moment.

But :

Vérifier le calme, la disponibilité et l'équilibre du cheval.

Observables :

- Netteté et fluidité des transitions,
- Immobilité dans l'arrêt,
- Maintien de l'impulsion, de la rectitude et de l'équilibre dans tout le mouvement.
- L'exigence d'un arrêt carré est secondaire pour les Club et Am.



Qualités selon l'échelle de progression :

De la transition descendante :	De l'arrêt :	De la transition montante :
<ul style="list-style-type: none"> ○ Régularité et rectitude de l'allure qui précède ○ Contact symétrique sur les 2 rênes pour assurer une parfaite rectitude ○ Stabilité de la mise en main ○ Conservation de l'impulsion pour assurer rectitude et équilibre ○ Fluidité et netteté de la transition jusqu'à l'arrêt. 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Immobile pendant au moins 3 secondes et durant tout le salut ○ D'aplomb (les 4 membres à l'appui) et droit ○ Stable sur la main ○ Précis (le buste du cavalier se trouvant au niveau de la lettre). 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Franchise du départ : transition nette et sans brusquerie ○ Régularité et qualité de l'allure de départ ○ Stabilité du contact ○ Maintien de la rectitude et de l'équilibre.

Défauts couramment observés :

De la transition descendante :	De l'arrêt :	De la transition montante :
<ul style="list-style-type: none"> ○ Perte de l'activité ou de l'allure (ex : galop-trot alors qu'il est demandé une transition directe du galop à l'arrêt) ○ Abrupte : trop brusque ○ Traversée ○ Contre la main, enfermé, au-dessus de la main. 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Avant ou après la lettre, pas sur la ligne du milieu (pour l'entrée et la sortie) ○ Pas d'aplomb, sur 3 pieds ○ Loin derrière, campé, sous lui devant ○ Recule un ou les 2 postérieurs ○ Instable sur la main ○ Bouge, se traverse ○ Recule, se défend. 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Trop progressive par manque d'impulsion : ne saute pas dans le trot si arrêt-trot est demandé ○ Faute d'allure : repart au galop au lieu du trot ○ Se traverse ○ Instable sur la main, sort de la main, s'enferme ○ Recule, se défend.

LE RECULER

Définition :

Le reculer est un mouvement vers l'arrière à 2 temps, par bipèdes diagonaux, sans temps de suspension. Chaque diagonal se lève et se pose alternativement, les antérieurs restants en ligne avec les postérieurs. Pendant tout l'exercice, le cheval doit rester sur la main, tout en conservant le désir de se porter vers l'avant.

Directive pour compter les pas :

Les pas sont comptés à chaque déplacement d'un antérieur vers l'arrière. Quand il est demandé un reculer de la longueur d'un cheval, il devra être exécuté en 3 ou 4 pas.

But :

Vérifier la disponibilité du cheval, la perméabilité aux aides. Assouplir le dos et l'arrière-main et améliorer le rassembler du fait de l'abaissement des hanches.

Observables :

- Immobilité de l'arrêt qui précède (3 secondes au minimum),
- Qualité des pas : diagonalisation, régularité, élévation, activité, franchise
- Maintien de la stabilité sur la main, de l'engagement des postérieurs, de l'abaissement des hanches, de la rectitude et de l'équilibre dans tout le mouvement.
- Nombre de pas.
- Franchise et fluidité de la transition vers l'avant.

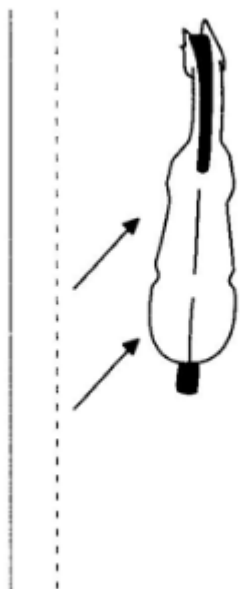
Qualités selon l'échelle de progression :

- La qualité des transitions : arrêt-reculer, puis reculer-pas ou trot ou galop.
- La disponibilité du cheval : bonne volonté dans l'acceptation des aides du cavalier.
- La régularité, la décontraction, la souplesse,
- La stabilité et symétrie du contact.
- L'activité : ne traîne pas les pieds, reste engagé et prêt à se porter vers l'avant à tout moment.
- La rectitude, la précision, la parfaite diagonalisation et le nombre de pas.
- Le soutien de lui-même, la tendance montante.

Défauts couramment observés :

- Pas d'immobilité dans l'arrêt qui précède,
- Se bloque et résiste dans la transition vers l'arrière, s'accule
- Perte de la symétrie des pas, perte de la diagonalisation
- Anticipe et fuit vers l'arrière,
- Instable sur la main,
- Creuse son dos, sort de la main,
- Affaisse son avant-main, s'enferme,
- Traîne les pieds,
- Se traverse.
- Ne repart pas dans l'allure demandée.

LA CESSION A LA JAMBE



Définition :

La cession à la jambe est un mouvement qui fait partie du travail de 2 pistes où le cheval effectue un déplacement latéral, en restant droit, avec un léger pli toléré à la nuque inverse au sens du déplacement, et en croisant antérieurs et postérieurs.

Le mouvement peut s'effectuer sur la diagonale parallèlement au grand côté ou le long du mur avec un angle constant d'environ 30 à 35 degrés.

← Cession à la jambe sur la diagonale

Cession à la jambe le long du mur →



But :

Démontrer la capacité du cavalier à déplacer son cheval latéralement et droit sans altérer la régularité ni bloquer le mouvement en avant.

Observables :

- Le cheval conserve le rachis le plus droit possible, avec, éventuellement, un léger pli à la nuque inverse au sens du déplacement
- Sur la diagonale, il est parallèle au grand côté
- Ses membres du côté intérieur chevauchent ceux du côté extérieur.

Qualités selon l'échelle de progression :

- Maintien de la régularité et de l'élasticité de l'allure
- Décontraction et souplesse du dos
- Contact permanent et symétrique sur les 2 rênes
- Conservation de la cadence et du mouvement en avant
- Rectitude : aucun ploïement d'encolure ni incurvation ne sont à rechercher
- Aïssance et tendance montante.
- Précision du tracé, avec maintien de la régularité du déplacement latéral.

Défauts couramment observés :

- Perte de régularité, perte de l'allure
- Résistances : nuque basculée, sort de la main, s'enferme
- Perte d'impulsion
- Encolure trop ployée et rachis incurvé
- Hanches devant
- Hanches en retard (pas de croisement derrière).

LA DEMI-PIROUETTE AU PAS

Définition :

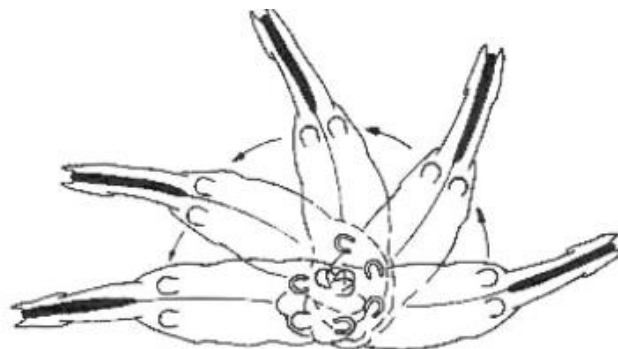
La demi-pirouette au pas est un tourner de 180° exécuté sur 2 pistes, d'un rayon égal à la longueur du cheval, l'avant-main tournant autour des hanches.

Les antérieurs et le postérieur extérieur se déplacent autour du postérieur intérieur, celui-ci servant de pivot et se posant dans son empreinte ou légèrement en avant de celle-ci, en se levant à chaque foulée (le postérieur intérieur décrit un demi-cercle aussi petit que possible).

La demi-pirouette au pas est exécutée à partir du pas rassemblé et le rassembler doit être maintenu pendant tout l'exercice.

But :

Démontrer la bonne volonté du cheval dans l'exécution d'un tourner autour du postérieur interne et mettre en évidence son degré de rassembler.



Observables :

- L'incurvation légère et régulière autour de la jambe intérieure du cavalier
- La conservation de la régularité des posers des membres
- La bonne activité des postérieurs, l'engagement et la flexibilité des hanches
- L'acceptation du « mur » des aides extérieures et la réaction aux aides intérieures impulsives,
- Le retour à la piste initiale sans croiser les postérieurs.

Qualités selon l'échelle de progression :

- La régularité, la conservation du rythme et l'activité des pas ;
- La souplesse, le contact et le soutien du cheval de lui-même ;
- L'incurvation et la bonne volonté du cheval pour tourner ;
- La tendance à se porter vers l'avant ;
- Le rassembler et l'équilibre avant, pendant et après la demi-pirouette ;
- La taille de la demi-pirouette ;
- L'harmonie et le contrôle du cheval par le cavalier pendant tout le mouvement.
- La précision : si 2 demi-pirouettes sont demandées, elles doivent être placées symétriquement. Si une seule est demandée, elle doit être exécutée de façon précise, les postérieurs à la lettre exigée.

Défauts couramment observés :

- Perte de régularité des pas :
 - Un postérieur, voire les 2, reste bloqué et la demi-pirouette est alors dite « collée », voire « vissée » si cela dure
 - Latéralisation : perte des 4 temps égaux du pas
 - Recule un postérieur voire les 2.
- Résistances : nuque basculée, instable sur la main, sort de la main, s'enferme, précipite, se bloque, recule, se défend
- Perte d'activité, s'arrête, dérape une foulée, écarte les postérieurs, tourne autour de son centre
- Placer externe, contre-incurvé
- Trop grand.

LE DEMI-TOUR AUTOUR DES HANCHES AU PAS

Définition :

le demi-tour autour des hanches est un mouvement de 2 pistes dans lequel l'avant-main tourne autour de l'arrière-main, les postérieurs décrivant un demi-cercle d'un rayon d'environ 50 cm à 1 mètre.

Le cheval est légèrement incurvé dans la direction du déplacement. Les antérieurs et le postérieur externe se déplacent autour du postérieur interne, en se levant à chaque foulée et en respectant le rythme de l'allure du pas.

But :

Exercice d'assouplissement préparant le cheval à la demi-pirouette et au rassembler.

Le demi-tour autour des hanches est en général exécuté en venant du pas moyen, et préparé par des demi-parades permettant de raccourcir les foulées, d'alléger l'avant-main et d'améliorer la flexibilité de l'arrière-main.

Observables :

- L'incurvation légère et régulière autour de la jambe intérieure du cavalier
- La bonne activité des postérieurs, l'engagement et la flexibilité des hanches
- L'acceptation du « mur » des aides extérieures et la réaction aux aides intérieurs impulsives,
- Le retour à la piste initiale par une oblique et non en appuyant.

Qualités selon l'échelle de progression :

- La régularité, la correction du rythme et l'activité des pas ;
- La souplesse, le contact et le soutien du cheval de lui-même ;
- La tendance à se porter vers l'avant ;
- L'incurvation et la bonne volonté du cheval pour tourner ;
- Le rassembler et l'équilibre avant, pendant et après le demi-tour ;
- La taille du demi-tour ;
- L'harmonie et le contrôle du cheval par le cavalier pendant tout le mouvement.

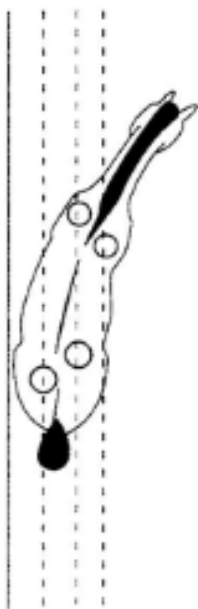
Défauts couramment observés :

- Entame le mouvement avec les hanches, retard des épaules par rapport aux hanches
- Perte de régularité des pas : colle 1 postérieur ou les 2, latéralise
- Résistances : nuque basculée, instable sur la main, sort de la main, s'enferme, précipite, se bloque, recule, se défend
- Perte d'activité, s'arrête, dérape une foulée, écarte les postérieurs
- Perd l'incurvation, placer externe, contre-incurvé,
- Trop grand.

L'ÉPAULE EN DEDANS

Définition :

L'épaule en dedans est un mouvement qui fait partie du travail de 2 pistes où le cheval se déplace légèrement incurvé autour de la jambe intérieure du cavalier, en maintenant un angle d'environ 30° par rapport à l'axe de la marche. Il évolue sur 3 pistes : son antérieur interne passant devant et croisant son antérieur externe, son postérieur interne s'avançant sous sa masse en suivant la même piste que son antérieur externe.



- 1^{ère} piste : postérieur gauche
- 2^{ème} piste : diagonal gauche
- 3^{ème} piste : antérieur droit

But :

Exercice d'assouplissement permettant d'une part, d'accroître la liberté des épaules, d'autre part, d'aborder puis d'augmenter le rassembler, du fait de l'avancée du postérieur interne sous la masse et de l'abaissement de la hanche correspondante. L'épaule en dedans évolue selon le niveau de dressage.

Observables :

- Le mouvement doit être commencé en amenant les épaules à l'intérieur et non en chassant les hanches vers l'extérieur ;
- Le cheval est légèrement et régulièrement incurvé autour de la jambe intérieure du cavalier ;
- Il doit maintenir un angle constant de 30° par rapport à l'axe de la marche et évoluer sur 3 pistes ;
- L'antérieur interne chevauche l'antérieur externe ;
- Le postérieur interne s'engage et vient se placer en avant du postérieur externe ;
- A la fin de l'épaule en dedans, l'avant-main doit être ramenée sur la piste et alignée devant les hanches à moins que l'épaule en dedans ne soit suivie d'un cercle ou d'un exercice sur la diagonale.

Qualités selon l'échelle de progression :

- La qualité du trot, avec un maintien du rythme, du temps de suspension et de l'impulsion.
- La décontraction, la souplesse du dos, la fluidité du mouvement.
- Le contact permanent et symétrique sur les 2 rênes.
- L'engagement du postérieur interne et le non-croisement des postérieurs.
- L'incurvation uniforme, constante et bien marquée.
- L'équilibre, la tendance montante, le rassembler (selon le niveau de dressage).

Défauts couramment observés :

- Perte de régularité, temps de suspension diminué
- Résistances : nuque basculée, instable sur la main, sort de la main, s'enferme
- Perte d'impulsion, cadence trop ralentie vers le trot passé
- Incurvation inexistante : cession à la jambe
- Épaules trop sorties, angle avec la piste trop marqué
- Épaules pas assez sorties, encolure trop pliée.
- Les hanches dérapent au début du mouvement
- Obliquité variable
- Quitte la piste.

L'APPUYER

Définition :

L'appuyer est un mouvement qui fait partie du travail de 2 pistes où le cheval se déplace sur une diagonale, incurvé dans son ensemble dans la direction du déplacement.

Le cheval doit rester parallèle au grand côté, son avant-main précédant légèrement ses hanches. Au trot, les membres externes croisent en avant des membres internes.

L'appuyer peut être exécuté au pas, au trot, au galop, ou encore au passage.

But :

Exercice permettant d'augmenter la souplesse latérale, l'engagement et ainsi le rassembler.

Observables :

- Maintien du rythme, de l'impulsion et de l'engagement des postérieurs
- Le degré d'incurvation dépend du degré d'obliquité de la diagonale
- Le croisement des antérieurs et des postérieurs (au trot)
- Le contact moelleux et stable dans une attitude montante
- Le degré d'incurvation doit être identique des 2 côtés
- Le parallélisme au long côté.

Qualités selon l'échelle de progression :

- La qualité de l'allure, avec un maintien du rythme, du temps de suspension (ou projection si on parle du galop) et de l'impulsion.
- La décontraction, la souplesse du dos, la fluidité du mouvement.
- Le contact permanent et symétrique sur les 2 rênes.
- La liberté des épaules et l'aisance du croisement des membres (au trot).
- L'incurvation uniforme, constante et bien marquée.
- L'équilibre, la tendance montante, le rassembler (selon le niveau de dressage).

Défauts couramment observés :

- Perte de l'allure, perte de régularité, temps de suspension ou projection diminué
- Résistances : nuque basculée, instable sur la main, sort de la main, s'enferme
- Perte d'impulsion, cadence trop ralentie vers le trot passé (au trot)
- Incurvation inexistante (cession à la jambe), voire contre-incurvation
- Hanches devant ou en retard (manque de parallélisme).

