



Il faut obtenir du cheval qu'il déplace son avant-main, en croisant un antérieur devant l'autre.



Mobiliser les épaules

★ **Pourquoi ?** Renforcer les muscles des épaules.

★ **Comment ?** Agir par pressions des doigts sur le corps du cheval.



Texte : G. Antoine, BEES 2/BFEE3 ;
ph. A. Laurieux

Mobiliser les épaules est d'abord un acte consistant à créer du mouvement et à l'organiser dans l'espace et dans le temps. Sur un plan mécanique, rappelons-nous que le cheval ne possède pas de clavicule et que ses antérieurs sont reliés à son corps par un berceau musculo-tendineux. Plus les épaules vont être sollicitées latéralement, et plus ce groupe de muscles va se renforcer et se développer, permettant ainsi au cheval de gagner de l'amplitude ou de la rapidité à monter les genoux à l'obstacle.

S'équiper

Pour mobiliser les épaules en main, il n'est pas nécessaire que le cheval soit équipé d'une embouchure : un licol peut suffire. Il n'est pas inutile de mettre au cheval des protections afin que le fait de passer un membre devant l'autre n'entraîne ni blessures ni contusions.

Agir

Le cavalier agit en posant les doigts au sommet de l'encolure et



conformément aux quatre phases déjà décrites (voir CS n° 245, février 2012). Si le cavalier oriente l'avant-main vers la droite, le cheval doit se fixer autour du postérieur droit, et inversement à l'autre main. Ce mouvement effectué à pied correspond à l'action d'une rêne contraire en situation montée. Il constitue pour le jeune cheval un bon apprentissage du langage des aides.

Conserver du sens

Toute démarche gymnastique doit s'inscrire dans une logique de communication et la formulation d'une demande faite au cheval doit toujours respecter les principes de progressivité, d'immédiateté de la cession et d'écoute attentive des signaux émis.