

À lire la veille de la reprise. Au Galop® 3 on quitte le manège des débutants : le galop aux deux mains, la première reprise de dressage, le premier obstacle — et le pied du cheval, dont on prend soin seul.

Le galop, troisième allure

Trois temps et un silence

Le galop est une allure à trois temps suivie d'un temps de suspension, les quatre pieds en l'air. Au galop à droite : le postérieur gauche, puis le diagonal gauche (postérieur droit et antérieur gauche ensemble), puis l'antérieur droit, qui pose le plus loin devant.

Sur le bon pied

On galope « juste » quand l'antérieur intérieur pose devant : à main droite, c'est l'antérieur droit. Pour le vérifier sans regarder en bas, on sent l'épaule intérieure avancer plus loin.

Le départ

Depuis le trot assis ou le pas, dans un coin ou sur un cercle : jambe intérieure à la sangle, jambe extérieure un peu reculée, main extérieure qui retient, main intérieure qui place. On garde le galop avec l'assiette, pas avec les rênes.

Les aides

Naturelles

Les jambes (l'impulsion, la direction), les mains par les rênes (l'allure, la direction, l'équilibre), l'assiette (le poids, le bassin), la voix. Elles passent toujours en premier.

Artificielles

La cravache, les éperons, la chambrière à la longe, les enrênements : un complément, jamais un remplacement, et seulement avec l'accord du moniteur.

Le principe

Une aide se prépare, se demande, puis se relâche dès que le cheval répond. Une aide qui ne s'arrête jamais devient du bruit.

Le pied, et ses soins

La boîte cornée

La paroi (le mur du sabot), la sole (le plancher), la fourchette (le V souple au milieu), les talons, et la ligne blanche entre paroi et sole. La corne pousse d'environ un centimètre par mois.

Curer

Du talon vers la pince, de chaque côté de la fourchette, sans creuser la fourchette elle-même. On cherche le caillou, le clou, l'odeur de pourriture.

Graisser

Sur une corne sèche, la paroi et la sole ; pas tous les jours, jamais sur un pied mouillé. Un pied trop gras devient mou.

Ce qu'on signale

Une chaleur, une odeur, un fer qui bouge, une seime (une fente dans la paroi) : on le dit avant de monter.

Se tester en ligne

Cinq quiz corrigés du Galop® 3 sont ouverts sans carte, et le carnet de progression à cocher s'imprime : equirider.fr/galop-3/

Le rectangle et la reprise

Le rectangle — 40 m sur 20 au club, 60 m sur 20 en compétition, bordé de lettres.

A, C, X — A l'entrée, C en face, X le centre. Sur les longs côtés : K, E, H d'un côté, F, B, M de l'autre.

La reprise — un enchaînement de figures imposé, aux lettres, noté mouvement par mouvement.

L'entrée — au trot sur la ligne du milieu, arrêt à X, salut, on repart au trot.

La précision — une figure commence et finit à sa lettre, un cercle est rond, une ligne est droite.

Au Galop® 3 on découvre l'obstacle et la longe, on apprend les figures nouvelles, et on met des noms sur les chevaux qu'on croise.

L'abord d'un obstacle simple

Les cinq phases

L'abord (une trajectoire droite, perpendiculaire à la barre), la battue (les postérieurs s'engagent), le planer (le dos s'arrondit), la réception (les antérieurs d'abord), la reprise (on repart droit).

La position

Les fesses légèrement au-dessus de la selle, les jambes fixes, les talons bas, le buste incliné, les mains qui avancent le long de l'encolure pour libérer la bouche. Le regard au-delà de l'obstacle.

Les fautes

Regarder la barre, se jeter en avant avant la battue, tirer sur les rênes à la réception, laisser le cheval dériver de côté sur l'abord.

Le travail à la longe

À quoi ça sert

Détendre avant de monter, faire travailler un cheval sans le poids d'un cavalier, éduquer un jeune, travailler l'assiette d'un cavalier sans rênes.

Le matériel

Un caveçon ou un filet, une longe de huit mètres, une chambrière, des gants. Des guêtres pour le cheval, qui tourne beaucoup.

Le triangle

Le longeur est le sommet : la longe vers la tête, la chambrière vers les hanches, le cheval fait la base. On se tient à hauteur de la hanche et on tourne sur place. Jamais la longe enroulée autour de la main.

Les figures nouvelles

Doubler

Quitter la piste au milieu d'un côté, traverser tout droit, rejoindre la piste en face, sans changer de main.

Changer de main

Sur la diagonale, ou en doublant puis en tournant vers l'autre main. Au trot enlevé, on change de diagonale au passage de X.

Le cercle de 20 m

Il touche la piste en quatre points et il est rond : on le trace en regardant loin. C'est là qu'on demande le départ au galop.

La serpentine

Deux, trois ou quatre boucles régulières, changement de main à chaque passage de la ligne du milieu.

Les races qu'on rencontre

Chevaux de sang

Fins, rapides, réactifs : le Pur-Sang anglais (les courses), l'Arabe (l'endurance), l'Anglo-Arabe.

Chevaux de selle

Le Selle Français, roi de l'obstacle en France ; les chevaux de sport allemands, hollandais, belges (Hanovrien, KWPN, BWP).

Chevaux de trait

Lourds et calmes, faits pour tirer : Percheron, Breton, Comtois, Ardennais, Boulonnais.

Poneys

Classés par la taille, de A à D : Shetland, Welsh, New Forest, Connemara, Poney Français de Selle. Le Camargue et le Mérens sont des chevaux de petite taille.

Le trotteur

Le Trotteur Français, cheval de course qui trotte, souvent reconverti en club.

Ce que votre moniteur regarde vraiment

Le Galop® 3 se valide compétence par compétence, quand l'enseignant estime qu'elles sont acquises. Un départ au galop calme et sur le bon pied vaut mieux qu'un galop rapide ; un cheval abordé droit sur une croix vaut mieux qu'un grand saut désordonné. Réviser cette fiche sert surtout à mettre des mots sur ce que vous faites déjà au club.