Sommaire

Avertissement 5
Introduction 9
Des allures de qualité 11
Les caractéristiques essentielles des allures 12
Le pas 12
Le trot 16
Le galop 20

Le rythme et la cadence 25
Bien distinguer le rythme et la cadence 25
Bien comprendre le rythme... 26
... et la cadence 28
Qu'est-ce qu'une modification de rythme ou de cadence ? 29
Modification du rythme 29
Modification de la cadence 31

La notion de cadence dans le dressage du cheval 33
Retrouver les allures 34
L'attitude renversée 35
L'attitude raide et étendue dans une position horizontale 35
L'attitude molle et ballante 35
L'attitude rigide et encapuchonnée 37
L'importance du soutien 38

Cadencer son cheval 41
D'abord, en longe... 41
... puis sous la selle 43
Trouver les sensations justes 45
Observer 45
Écouter 46
Réfléchir 46
Travailler 46
L'aide des coins 47
Les barres au sol 49
Monter les yeux fermés 50

L'amplitude 53
Définition 53
L'amplitude horizontale de la foulée 53
L'amplitude verticale ou élévation 54
L'amplitude du geste 55
La notion d'amplitude dans le dressage du cheval 55
Rechercher l'amplitude 56
Dans les changements de direction 56
Varier l'amplitude sans modifier la cadence 58
Une gymnastique exigeante 58
Les allongements 59
Du côté du cavalier 61

Pour éviter les défauts classiques 62
Bibliographie 63

Matériel protégé par le droit d'auteur