

ifce

*if***ce**  
institut français  
du **cheval**  
et de l'**équitation**

 les Haras  
nationaux

 le Cadre  
noir

# Lecture du plan fédéral en dressage et son implication dans les reprises club"

Marc André MORIN - Ecuyer du Cadre noir

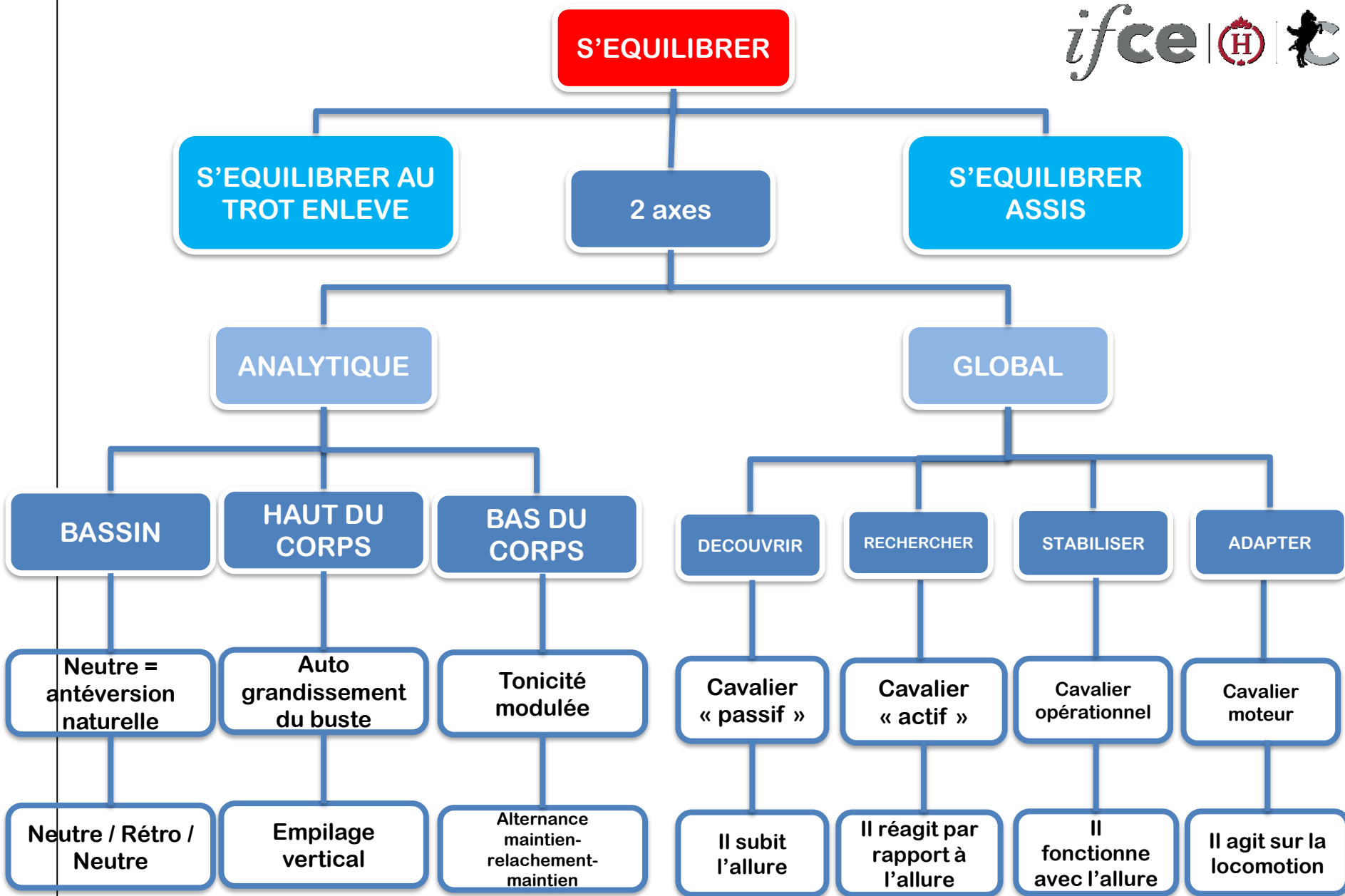
*19 novembre 2019*

# Sommaire

- Présentation plan fédéral dans son ensemble
- Fondamental « S'équilibrer »
- Fondamental « Avancer »
- Fondamental « Diriger »
- Le travail latéral
- Définition des termes pédagogiques
- Le plan fédéral dans les reprises niveau « Club »

## COMMUNIQUER AVEC SON CHEVAL

## Aspects



# Fondamental S'EQUILIBRER

Galop	Position	Bassin	Buste	Jambes
0	Piéton	Antéversion naturelle	Droit, épaules tombantes	Pieds au sol, tonique
1	Cavalier	Rétroversion	Epaules en avant	Raides et fortement en appui sur les étriers
2 -3		Début synchronisation avec les allures	Epaules en arrière	Talons bas, contact avec le cheval
4		Antéversion naturelle	Légèrement en arrière	Descendues et relâchées
5		Synchronisation passive	Verticalité	Indépendance des jambes
6		Synchronisation active	Empilage vertical	Fixité
7			Ouverture d'épaules	Tonicité modulée

AVANCER

CONTROLLER  
L'ALLURE

TRANSITION  
INTRA-ALLURE

Maintien de  
l'allure

Contrôle de la  
vitesse

Contrôle de  
l'amplitude

Contrôle de la  
cadence

Vitesse = Cadence \* Amplitude

CHANGER  
D'ALLURE

TRANSITION  
INTER-ALLURE

SIMPLE

Allure juste au  
dessus ou en  
dessous

Diluée

Sans précision

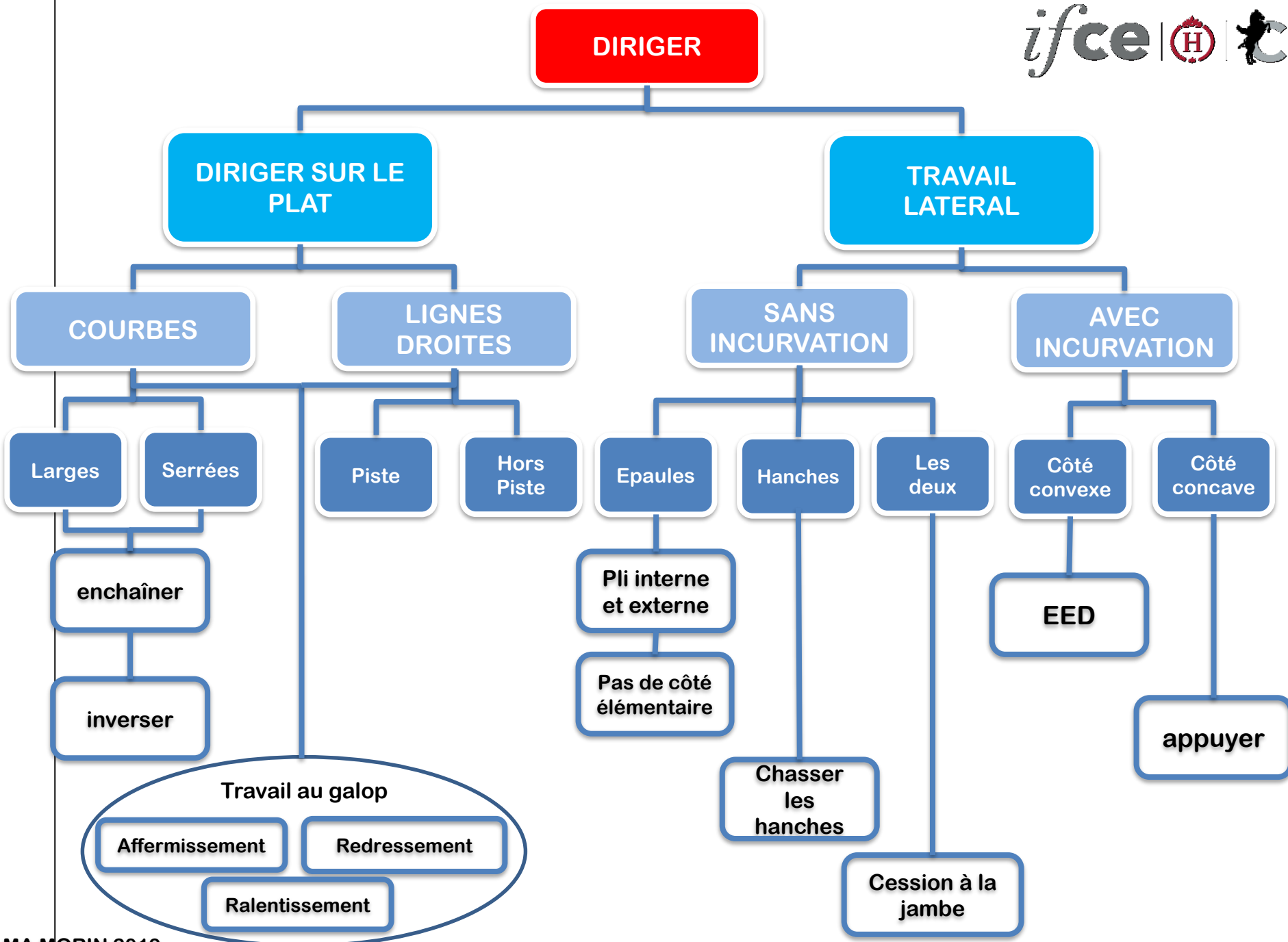
RECULER

COMPLEXE

Saut d'une  
allure

Avec précision

Enchaînée /  
Rapprochée



<b>Sans incurvation</b> <b>(croisement des postérieurs)</b>	<b>Avec incurvation</b> <b>(flexion des postérieurs)</b>
<p><b>Mobilisation des épaules</b>  <i>(jambe à la sangle) :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Pas de coté élémentaire</li> <li>* Evasement du cercle</li> <li>* Epaule <b>dedans</b></li> </ul> <p><b>Mobilisation des hanches</b> <i>(jambe isolée) :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Chasser les hanches sur le cercle</li> <li>* Hanche <b>dedans</b></li> </ul> <p><b>Mobilisation épaules et hanches</b>  <i>(jambe isolée + mains) :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Cession à la jambe sur la diagonale</li> <li>* Pirouette inversée</li> </ul>	<p><b>Convexe</b>  <i>(aide de l'incurvation + jambe intérieure) :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Épaule <b>en avant</b>/ Epaule devant</li> <li>* Epaule en dedans/Contre épaule en dedans</li> </ul> <p><b>Concave</b>  <i>(aide de l'incurvation + jambe extérieure) :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Appuyer élémentaire</li> <li>→ <b>T</b>ête au mur (<b>T</b>ravers)</li> <li>→ <b>C</b>roupe au mur (<b>r</b>envers)</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Appuyer</li> <li>* Pirouette</li> </ul>



# Définitions des termes pédagogiques

AVANCER		DIRIGER	
Contôler l'allure	transition intra-allure	Courbes larges	sup à 15 m au trot sup à 20 m au galop sup à 10 m au pas
Changer d'allure	transition inter-allure	Courbes serrées	inf à 15 m au trot inf à 20 m au galop inf à 10 m au pas
Transition simple	sans saut d'allures	Lignes droites	piste ou hors piste
Transition complexe	avec saut d'allures	Enchaîner	succession dans un temps plus ou moins long
Chercher le contrôle	être au commande/ être maître de	Inverser	succession de courbes dans le sens inverse
Maintenir	faire durée qq chose / conserver	Incurver	courber du dehors en dedans / pli + corps du cheval
Varier	changer	Contrôler la rectitude	maintenir /accentuer un cheval droit ( sans incurvation)
Rapprocher	réduire la distance / diminuer l'espace temps	Redresser	mettre en position droite ( avec incurvation)
Vitesse	rapport longueur par rapport au temps mis	Pli interne	légère flexion de l'encolure dans la direction ou l'on va
Amplitude	distance entre le poser successif d'un même membre	Pli externe	légère flexion de l'encolure dans la direction inverse ou l'on va
Cadence	nb de poser/ minute	contre- galop	galop sur le pied inverse de la direction voulue
maintenir une vitesse régulière	découvrir la cadence	côté convexe	qui est arrondi en dehors
maintenir la vitesse la plus adaptée	adapter dans la durée la vitesse d'une allure de travail		

# S'Equilibrer dans les reprises « Club »

	Galop minimum	enrênement - embouchure	S'Equilibrer
Club 4 imposée	2 ou galop d'or	gogue autorisé	trot enlevé autorisé
Club 3 Préliminaire			trot enlevé autorisé
Club 3 Grand Prix			
Club 2 Préliminaire		enrênement interdit	avancer la main intérieure sur 2-3 foulées au galop
Club 2 Grand Prix		filet/gogue ou bride	
Club 1 Préliminaire	4	enrênement interdit	laisser filer les rênes sur 15-20 m au trot
Club 1 Grand Prix		filet/gogue ou bride	rompre le contact 2-3 foulées au galop
Club Elite Préliminaire	6	enrênement interdit	
Club Elite Grand Prix		filet ou bride	

# Avancer dans les reprises « Club »

	Avancer		
	contrôler l'allure	changer d'allure	
	transitions intra-allures	transitions inter-allures	
		simples	complexes
Club 4 imposée		arrêt- pas pas -trot et inverse trot - galop et inverse G 3	
Club 3 Préliminaire	pas moyen - allongé G 5		pas - galop trot - arrêt progressif G 4
Club 3 Grand Prix		trot - pas - arrêt pas - trot rapprochée G 4	
Club 2 Préliminaire			
Club 2 Grand Prix	développement du trot qq foulées G 4		
Club 1 Préliminaire	raccourcir 2-3 foulées au galop sur 1/2 cercle G 6		
Club 1 Grand Prix	trot moyen sur 1 diagonale galop moyen G 6		
Club Elite Préliminaire			
Club Elite Grand Prix			changement de pied de ferme à ferme ou en l'air G 7+

# Diriger dans les reprises « Club »

	Diriger				
	diriger sur le plat			déplacer sa monture latéralement	
	lignes droites	courbes larges	courbes serrées	sans incurvation	avec incurvation
Club 4 imposée		cercle de 20 m au trot et galop G 3		courbes larges G 3	
Club 3 Préliminaire	rectitude au galop HE et ME G 6			rectitude au galop HE et ME G 6-7	
Club 3 Grand Prix			serpentine 4 boucles au trot G 6		
Club 2 Préliminaire					
Club 2 Grand Prix	rectitude au trot sur ligne du milieu G 6	ligne courbe au galop= découvrir le contre galop G 6	cercle de 12 m au trot cercle de 15 m au galop G 3	Cession à la jambe au trot G 6	
Club 1 Préliminaire				chasser les hanches sur cercle de 20m au pas G 4	
Club 1 Grand Prix			cercle de 10 m au trot serpentine 3 boucles au galop G 7	hanches en dedans de 5 m au pas G 4	
Club Elite Préliminaire			inversion courbes au trot G 5		
Club Elite Grand Prix					EDD au trot G 7

- Le plan fédéral a été construit en suivant celui du dressage d'un jeune cheval
- Les 3 fondamentaux sont indissociables mais il y a toujours prédominance de l'un sur les autres
- La définition des termes et la théorie permettent d'utiliser un langage commun
- La lecture des textes de reprise « club » permet de montrer que l'on peut mettre en pratique des objectifs supérieurs au niveau examiné dans le passage des galops

# Pour en savoir plus...

## Les prochaines webconférences

Le 21 novembre à 11h30 : La responsabilité d'éleveur d'équidé, Claire BOBIN  
Le ...

## Les prochaines webconférences « Equitation »

Le 3 décembre à 11h30 : .... Didier DHENNIN  
Le 17 décembre à 11h30 : l'abord à l'obstacle, Guy Noël CADET

## équipédia

<https://equipedia.ifce.fr>

