

Partir au galop sur le bon pied

Texte : N. de Jamblinne, d'après
l'enseignement de l'Ifce*
Photos : Morgefile

Exigé à partir du Niveau 3 FFE, le départ au galop sur le bon pied est la preuve d'un niveau de dressage basique de votre cheval ou d'un cheval dit « de manège ».

Rappel : Le galop est une allure sautée, basculée et dissymétrique, à 3 temps, suivie d'un temps de projection.

On distingue un galop à gauche ou un galop à droite, selon que l'antérieur qui va se poser le plus loin devant est l'antérieur gauche ou l'antérieur droit. Galoper sur le bon pied signifie galop à droite à main droite, galop à gauche à main gauche.

La qualité du galop va évoluer progressivement avec le niveau de dressage de la paire cavalier-cheval. Progressivement le cheval va s'équilibrer et se « verticaliser » en reportant du poids sur ses hanches et en engageant le postérieur.

Le départ au galop n'est pas simplement un changement d'allure sans contrainte ni objectif si ce n'est de passer à l'allure supérieure. C'est un très bon exercice physique pour le cheval. Le départ au galop va progressivement devenir une véritable transition, effectuée par prise d'équilibre.

Au début (jeune cheval et/ou jeune cavalier), le cheval « tombe » dans le galop par perte d'équilibre en augmentant l'allure du trot. Il part alors sur le pied droit ou le pied gauche par hasard.

Par la suite, le trot sera équilibré avec un cheval qui se « verticalise » progressivement : il va abaisser ses hanches en engageant le postérieur pour partir au galop par prise d'équilibre (comme un hors-bord qui sort de l'eau au démarrage).

Au début, les coins et les cercles vous aideront à partir sur le bon pied, car ils favorisent la prise d'équilibre. Pour comprendre, faites l'exercice à pied : courez sur un cercle de plus en plus petit en vous penchant en avant, vous comprendrez rapidement la signification de la « verticalité ».

Les aides du départ au galop sont : impulsion par la jambe intérieure à la sangle ; jambe extérieure très reculée (au début) ; contact avec la rêne extérieure pour libérer l'épaule intérieure ; contact moelleux sur la rêne intérieure ; assiette centrée : au-dessus de vos ischions, sans vous pencher ni à gauche ni à droite, ni en avant, ni en arrière.

Ce n'est pas en balade que vous apprendrez à votre cheval à partir sur le bon pied, profitez de l'hiver pour travailler au sec dans



un manège. Prenez au besoin quelques leçons avec un professeur de dressage.

Cela dit, en balade, regardez sur quel pied galope votre cheval. Idéalement, il doit galoper parfois à droite, parfois à gauche. S'il galope toujours sur le même pied, il se fatiguera plus d'un côté que de l'autre et ce sera nocif pour sa santé.

*Ifce : Institut français du cheval et de l'équitation

