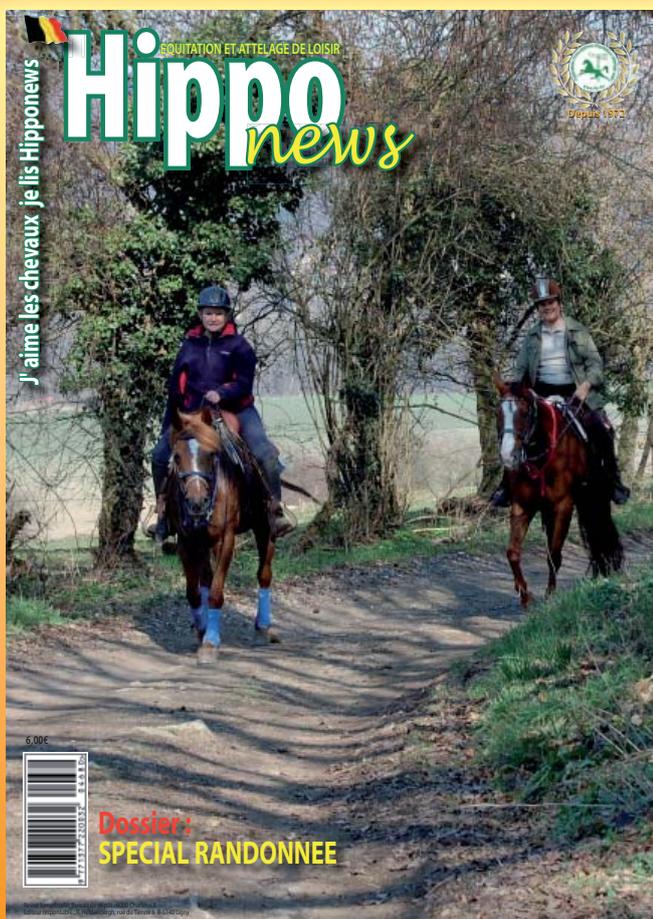


Hippo news

EQUITATION ET ATTELAGE DE LOISIR

Dossier juillet-aôut 2019



SPECIAL RANDONNEE

Par : N. de Jamblinne

Qu'est-ce que « la randonnée » ?

De même qu'il ne faut pas confondre un cavalier faisant un parcours d'obstacles de 60 cm avec un cheval de club et un cavalier de CSO qui passe tous ses weekends sur les terrains de concours internationaux avec son lot de chevaux, il ne faut pas confondre un promeneur du dimanche sur des chemins connus ou sur un itinéraire balisé avec un cavalier randonneur ! Cependant, tous deux sont des cavaliers d'extérieur (par opposition aux « cavaliers de manège » qui ne quittent pas la piste). La « randonnée » est un déplacement à cheval (ou en attelage) de minimum 2 jours avec une nuitée en bivouac, en gîte ou chez un ami !

Que faut-il pour devenir un cavalier randonneur ?

Avant tout disposer (posséder, louer, partager) d'un cheval qui soit « bien dans sa tête » et dont la morphologie permette vous porter (vous et vos bagages) !

Un cheval de randonnée, cela s'éduque à n'avoir peur de rien et à passer partout, en bref : à vous faire confiance ! Physiquement, le cheval se forme par des balades de plus en plus longues, avec des dénivelés, des embuches (petits troncs d'arbres à enjamber, gués, boue, etc.). Un cheval de randonnée doit être un cheval dressé, car il n'y a rien de plus dangereux qu'un cheval qui ne répond pas aux ordres de son cavalier. Le dressage classique de basse école jusque et y compris l'épaule en dedans s'apprend en manège ... avec un moniteur compétent.

Si votre cheval est peureux, commencez par accompagner un cheval plus aguerri en extérieur avant de partir seul.

La randonnée implique aussi des savoirs variés. C'est le sujet de notre dossier de ce mois.

Se diriger avec une carte

Photo : Cl. Saelens



Dès que l'on veut sortir des sentiers battus, il faut pouvoir se diriger pour atteindre son but.

La première démarche est ... d'acheter une carte détaillée de sa région. Les meilleures pour la randonnée sont celles de l'IGN (anciennement Institut Géographique Militaire) aujourd'hui Institut Géographique National.

Il est installé à l'abbaye de la Cambre à Ixelles (Bruxelles). L'endroit est un havre de paix et la boutique regorge de cartes en tous genres. Bien entendu, il existe aussi un site internet sur lequel vous trouverez dans la rubrique « produits », puis « cartes topographiques » les cartes au 20 et 25.000e (1cm = 200 ou 250 m).

Au début, il y avait les cartes au 25.000e qui, même anciennes, étaient parfaites pour les randonneurs (nous en avons encore une collection complète). Puis, celles-ci ont été remplacées par les actuelles 20.000e beaucoup plus difficiles à lire et les randonneurs les ont boudées, les ventes étaient en chute libre et beaucoup de randonneurs sont passés au GPS.

Conscient de son erreur, l'IGN recommence à imprimer des cartes au 25.000e bien à jour et faciles à utiliser.

Actuellement, seules certaines régions sont couvertes par ces nouvelles cartes : les 4 cartes 53 (Mettet, Yvoir, Anhée, Florennes, Onhaye, Dinant, Hastière) ; les 4 cartes 55 (Durbuy, Erezée, Manhay, Lierneux, Rendeux, Odeigne) ; les 4 cartes

56 (Vielsalm, Amblève, Saint-Vith, Gouvy, Burg-Reuland) ; la carte 50 (Sart, Butgenbach, Stavelot, Malmédy, Waimes, Bulange) et la 68 (Léglise, Martelange, Attert, Tintigny, Habay, Etalle, Arlon) Ces cartes 20 et 25.000e sont vendues respectivement 6,5 € et 7,5 €, frais d'envoi en sus. Vous pouvez les commander directement à l'IGN ou via l'AWTE. L'AWTE peut y tracer les itinéraires connus en jaune fluo et demande 10 € par carte frais d'envoi inclus.

Enfin muni de la carte de votre région, étudiez la légende et repérez l'endroit d'où vous partez, ensuite allez en promenade sur vos chemins connus, carte en main. C'est la meilleure méthode, car vous allez découvrir des signes topographiques qui vont vous intriguer et voir sur le terrain de quoi il s'agit (terrils, chapelles, croix,...).

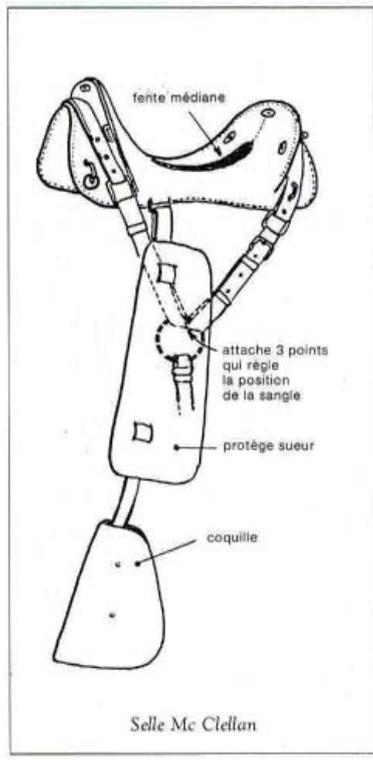
De semaine en semaine, vous agrandirez votre champ d'action en découvrant de nouveaux chemins à chaque balade et, grâce à vos nouvelles connaissances, vous retrouverez le chemin du retour. Rapidement, vous voudrez en savoir plus. Des cours de cartographie sont organisés chaque année par la FFE avec une partie théorique et une partie pratique. Ils sont programmés pendant la période hivernale entre octobre et mars.

L'aventure commence lorsque vous sortez de vos sentiers battus avec une carte en main, que ce soit à pied, à cheval ou à vélo !

Bonne route.



Le choix de la selle



Selle Mc Clellan Extrait du livre «Etre cavalier randonneur» par Claude Lux

Généralement, le cavalier lambda possède une selle dite anglaise classique mixte telle que celles utilisées par les centres équestres classiques (les manèges, comme on dit en Belgique).

Nous avons observé que les chevaux de manège qui travaillent plusieurs heures par jour et les chevaux de randonnée équipés de selles anglaises avait tous, après quelques années, deux taches

blanches de part et d'autre du garrot. Certains d'entre-eux n'ont jamais été blessés à cet endroit (d'autres oui) et ces taches sont dues à la pression de la selle à cet endroit qui, de ce fait, n'est pas irrigué par le sang. A la longue, cela provoque ce blanchiment du poil et aucun cheval n'a pu nous dire à

quel point cela lui a fait mal pendant des années !

Il faut donc que le poids du cavalier et de ses bagages soit réparti sur le dos du cheval par un arçon le plus long possible et que le dos soit protégé par un sous-selle tout aussi long et très épais (genre tapis western). Les randonneurs au long cours utilisent souvent des couvertures militaires pliées en 4. Ces couvertures kaki deviennent difficiles à trouver dans les stocks américains. Elles sont en laine et sèchent donc rapidement pendues sur un fil à linge pendant la nuit. En les pliant en 4, nous avons 8 côtés propres : un pour chaque journée de randonnée pendant 8 jours !

Les randonneurs choisiront de préférence une selle de randonnée (on en trouve maintenant dans le commerce et chez les selliers spécialisés comme JMS) ou dénicheront une vieille selle militaire ! Ces selles ont des arçons avec de patins très longs qui répartissent bien le poids. Les selles Western ou Camargue conviennent également très bien, mais sont très lourdes. Personnellement, je leur préfère la selle McClellan de la cavalerie américaine ((6,5 kg équipée).

Quel que soit votre choix, votre matériel doit être bien entretenu, propre et souple. Une minitrousse de bourrellerie dans la fonte vous permettra de vous dépanner si nécessaire (encore faut-il savoir s'en servir).

Alerte à la myopathie atypique

Dominique Votion, vétérinaire à l'UCL nous tient régulièrement informés des cas de myopathie atypique déclarés en Europe. La Belgique est le pays le plus touché !

Voici ses conseils :

Dans la limite du possible :

- Limiter temporairement l'accès aux pâtures qui contiennent des plantules d'érables sycomores (voire délimiter la pâture pour éviter les zones où les plantules sont présentes en grand nombre) ;
- Limiter le temps de pâturage à quelques heures par jour (la majorité des cas pâturaient plus de 6 heures par jour). Dans la mesure du possible, nourrir les animaux avant de les mettre dans la prairie ;
- Organiser la rotation des pâturages pour offrir exclusivement des prairies fournies ;
- Ne pas placer d'aliment (foin ou autre) à même le sol ;
- Essayer de détruire les jeunes plants le plus précocement possible (tondeuse, broyeur, faucheuse de refus pourraient peut-être tuer les plantules, éventuellement, les brûler). Pour des raisons de protection de l'environnement, éviter les produits chimiques. Attention, ne pas offrir ces pâturages tout de suite, car il a été montré que, même fanées, les plantules contiennent encore la toxine. Attendre que les plantules se décomposent et que l'herbe pousse ;
- Envisager la taille des érables à proximité des pâtures afin d'éviter la production de fleurs et de graines.

Etienne de Wouters nous a fait parvenir un tableau afin de nous éclairer : voir page 30



Choisir son itinéraire

Photo : archives Hipponews



Descente dans la semois.

Choisir son itinéraire ne veut pas dire créer un itinéraire ! Nos cartes regorgent de tracés en jaune fluo de chemins déjà utilisés par les randonneurs. Nous pouvons les tracer sur vos cartes.

Débutants en randonnées, nous vous déconseillons formellement de tracer vous-même l'itinéraire sur carte et de vous y aventurer à cheval. Mieux vaut se fier à l'expérience* des autres qui vous feront découvrir des chemins parfois étroits, parfois pas indiqués sur la carte, que vous découvrirez avec émerveillement !

Si vous voulez vraiment créer un itinéraire vous-même, faites des points au fluo jaune aux croisements de chemins de votre futur itinéraire, puis avec un 4x4, en VTT (ou à cheval) allez voir sur place si « ça passe ». C'est ainsi que nous pratiquons pour créer les itinéraires entre les HIPPOgîtes affiliés à l'AWTE. N'oubliez pas d'indiquer un endroit de pique-nique où vous pourrez attacher vos chevaux et leur offrir de l'eau.

Ne soyez pas gourmands en kilomètres, mieux vaut arriver tôt à l'étape que d'arriver à la nuit tombante (ou tombée !) avec un cheval fatigué par une journée trop longue, par des détours dus aux chemins impraticables, fermés, ou ... à des erreurs de cartographie !

Prévoyez environ 20 kilomètres par jour au début, puis au fil du temps, vous saurez ce que votre cheval et vous êtes capables de faire en une journée. Cela dépend de sa vitesse au pas et au trot, allures les plus courantes en randonnée.

Le galop n'est pas une allure de randonnée. Ne vous laissez pas tenter par un grand galop dans un champ apparemment

non cultivé : vous risquez de vous confronter à un fermier peu aimable ou à mettre le pied (du cheval) dans un trou de lapin. En randonnée, nous ne galopons que dans les endroits déjà connus et repérés sans danger. Interdiction de vous dépasser les uns les autres, vous risquez de débouler au grand galop sur un macadam. Certains chevaux « chauds » sont difficiles à arrêter sur 3 mètres.

Il va sans dire que 2 kilomètres avant l'arrivée, vous vous mettez au pas pour arriver avec un cheval sec et calme. Bonne randonnée !

*Ma définition de « l'expérience » est :
« le souvenir des erreurs passées »



L'équipement du randonneur

Photos : J.M. Wery



Arrivée à l'Equirencontre 2018 sans intendance

Vous n'iriez pas faire un jogging en tenue d'équitation, alors ne montez pas à cheval dans une tenue inadéquate ! Que ce soit simplement pour demander de l'eau ou pour un hébergement, c'est au premier abord que vous inspirerez la confiance ou la méfiance.

La tenue idéale est la chemise militaire ou scoute en coton beige car confortable, inusable, avec poches de poitrine et manches longues. Sur la poche, vous pourrez coudre le badge de votre club ou de la FFE. Au-dessus, enflez une veste à poches et sans manches, certaines ont même une poche dans le dos pour y mettre les cartes !

Un pantalon d'équitation, des bottillons et des chaps complèteront cette tenue. Les chaussettes à la place de chaps sont inesthétiques et peu solides.

Côté sous-vêtements : rien que du coton sans grosses coutures (oubliez les culottes en papier et les strings) et un bon soutien-gorge à larges bretelles pour les dames.

Prévoyez aussi une paire de chaussettes par journée de randonnée et, si vous avez une intendance motorisée, une seconde paire de bottes ou de bottillons. Pour faire sécher des chaussures, bottillons ou bottes, rien de tel que des grains entiers ou, à défaut, du papier journal bien tassé pendant toute une nuit.

Enfin, l'indispensable imperméable super-long qui doit recouvrir le cavalier, sa selle et ses jambes, bottillons compris. Idéalement en toile caoutchoutée type Barbour.

Il sera roulé et attaché de part et d'autre de la selle à l'avant ou à l'arrière par deux courroies en cuir. Ne vous laissez pas



séduire par une petite veste soi-disant imperméable toute fine qui se replie dans une pochette. (Voir ma définition du mot « expérience »).

Votre paquetage sera à votre image : propre et bien entretenu. N'oubliez pas une bonne vieille gourde militaire recouverte de tissus kaki que vous mouillerez abondamment avant le départ pour que votre eau reste fraîche. Vous la pendrez à votre selle.

N'oubliez pas que votre paquetage doit être parfaitement équilibré, faute de quoi il fera pencher votre selle qui risque alors de blesser votre cheval par excès de compression à un endroit.

Veillez au confort de votre cheval avant le vôtre, la randonnée doit être un plaisir pour lui aussi !



Voyager avec un cheval de bât



Le nec plus ultra pour un randonneur au long cours est de se passer d'intendance, d'avoir une autonomie et une liberté totale grâce au cheval de bât qui porte les bagages.

Idéal pour ceux qui ont deux chevaux et qui ne peuvent en abandonner un seul à la maison car il faut que les chevaux s'entendent et forment un « troupeau » à eux deux. Le cheval de bât est en licol et il est tenu par une longe de 2 m. environ par le cavalier. Il doit marcher à la même allure que votre cheval monté et doit se positionner la tête à hauteur de l'épaule du cheval monté.

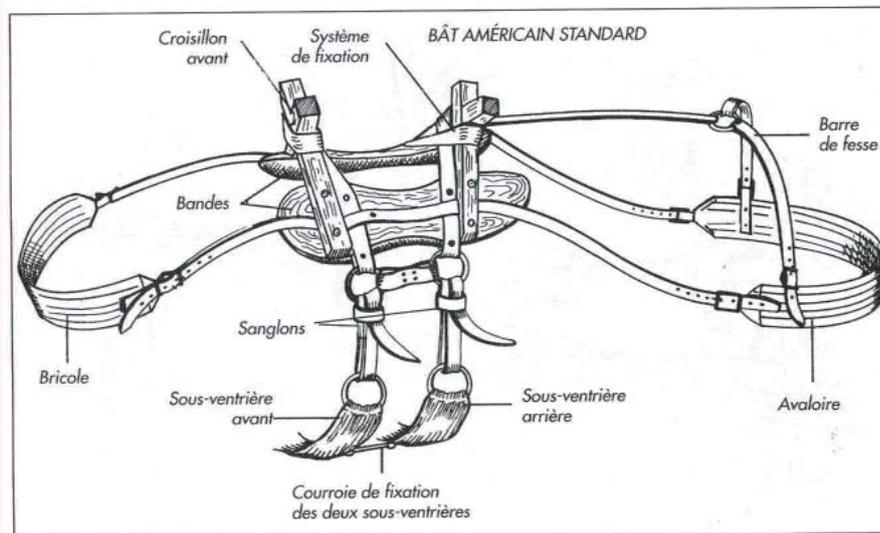
Cela nécessite un apprentissage. Il faut aussi un bât qui se compose d'un arçon auquel est attaché les sacoches. (J'en ai bricolé un en démontant une selle militaire) Dans le commerce on trouve des bâtts pour ânes et des bâtts pour chevaux. Le tout doit être posé sur un grand tapis de selle très épais.

Il est impératif que les deux sacoches aient le même poids, il faut donc emporter un peson pour s'en assurer. Le cheval de bât doit aussi être muni d'une bricole sur la poitrine et une avaloire à mi-hauteur des fesses. Enfin, le plus difficile est d'arrimer le tout de façon à ce que le bât ne tourne

pas. Le nœud en as de carreau nécessite un stage à lui seul ! Marie-Cerise Saelens (photo) pourra vous initier car elle a voyagé 6 semaines de Belgique en France avec ses deux poneys. C'est Jean-Louis Marescaux qui lui a appris les finesses de l'art de bâtter un cheval.

Claude Charvin y a consacré un livre édité par Crépin-Leblond en 1998.

Dessin : Extrait du livre « Le cheval de bât » par Claude Charvin



L'homme et le cheval en voyage

Par : Fabienne Letot

Qu'il est agréable, lorsque la relation de complicité est installée entre le cheval et son humain, d'expérimenter la qualité de ce lien en goûtant aux plaisirs de ce qu'on appelle « l'extérieur » par le biais d'une balade, voire d'une randonnée.

Dans le cadre du sujet de ce mois, il m'a paru intéressant de vous proposer quelques « clés », au cas où cette expérience s'avérerait ne pas être aussi rose que souhaité.

J'ai choisi d'aborder le souci des courbatures, qui peuvent mener à la fameuse myosite ou myoglobinurie, communément appelée « coup de sang » ou « maladie du lundi ».

Tout d'abord, gardons à l'esprit que nos amis chevaux étant tellement enclins à coopérer, rares sont les cavaliers qui sentent le problème s'annoncer.

Si, de plus, le cheval a, par exemple, tendance à ne pas respecter ses limites (tempérament Bois en Médecine traditionnelle chinoise) ou à se laisser emporter par la joie de l'instant présent (Feu en MTC), le risque est d'autant plus élevé.

Ensuite, tout cavalier devrait savoir que faire en cas de crise afin d'éviter le pire.

D'une part, le cheval ressent une douleur tellement atroce, surtout au niveau du dos et de l'arrière-main, qu'il est souvent contraint de refuser le moindre mouvement.

D'autre part, toute crise sévère peut causer une insuffisance rénale pouvant même conduire à la mort de votre compagnon de route.

Je n'ai pas l'espace, ici, pour donner des précisions quant à la préparation émotionnelle du cheval, mais retenons que le stress est un facteur déclencheur.

Il est par conséquent absolument indispensable qu'il soit en confiance avec son cavalier, puisse gérer au mieux les innombrables surprises qui l'attendent lors d'une sortie et soit entraîné de manière régulière et progressive.

Par ailleurs, le cheval vivant au pré toute l'année est plus à l'abri, car son corps est naturellement déjà préparé au mouvement et à l'effort.

De même, celui qui n'est pas suralimenté et reçoit un régime essentiellement constitué de fibres est plus épargné face à cette douloureuse et dangereuse maladie.

Maintenant, au niveau purement pratique donc, voici quelques conseils si vous êtes un jour confronté à une crise intense de myosite lors d'une sortie avec votre cheval :

- * contacter le vétérinaire de toute urgence
- * ne pas bouger le cheval (risque de séquelles graves, comme précisé ci-dessus !)
- * quelques points d'acupressing (pas sur une jument gestante!) pour...
- + le calmer avec des points anti-stress :
- masser la pointe des oreilles
- masser l'intérieur des coudes (tubérosité de l'olécrane)



- + apaiser la douleur avec des points antalgiques
- masser la zone située sous et à l'intérieur des carpes
- masser l'extérieur des jarrets
- + détendre les muscles avec leur point de lâcher-prise
- masser l'avant des épaules (scapula)

- * et finalement, rester vous-même le plus détendu possible pour ne pas ajouter un stress à votre ami en souffrance.
- www.é-ki-libre.be - Facebook : E ki libre – Fabienne Letot – Formation shiatsu équin & soins énergétiques



Trucs et astuces de randonnée

Par : Philippe Vermeulen

Il y a quelques années, j'ai déjà parlé de ma brosse de randonnée bien pratique et très compacte. La voici dix ans plus tard, un peu usée.

Sur base d'une brosse un peu dure, clouer des bouts de cuirs assemblés et collés de manière à former un pont et pouvoir y glisser un cure pied.

Et voilà, simple, léger, utile et facile à placer dans les fontes.

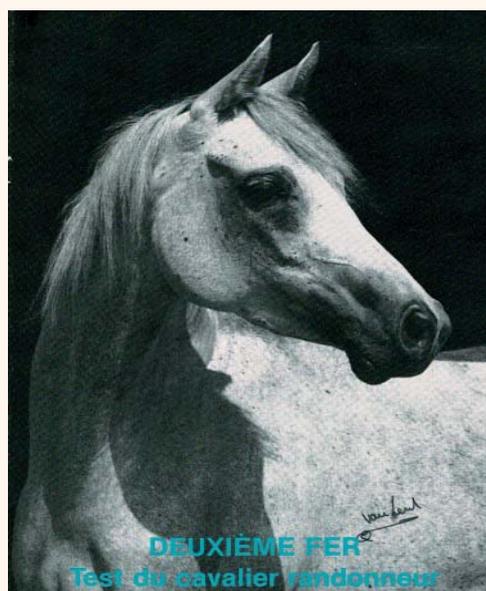
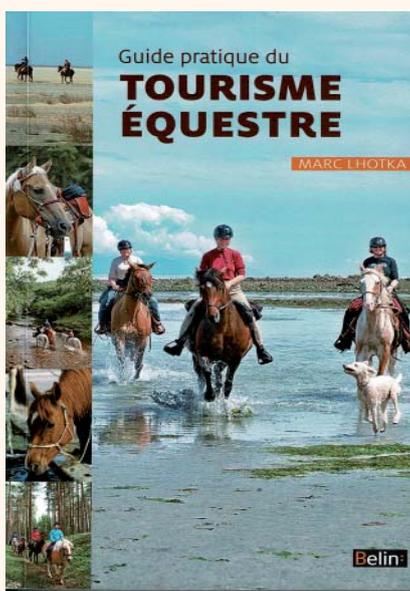
Il y a quelques années, j'ai déjà parlé de ma brosse de randonnée bien pratique et très compacte. La voici dix ans plus tard, un peu usée.

Sur base d'une brosse un peu dure, clouer des bouts de cuirs assemblés et collés de manière à former un pont et pouvoir y glisser un cure pied.

Et voilà, simple, léger, utile et facile à placer dans les fontes.



Bibliothèque du cavalier randonneur



Deuxième fer, Test du cavalier randonneur – Ed. ANTE * (prérequis pour les formations Accompagnateur de la FFE) en vente 9 € frais d'envoi compris.

Guide du cavalier randonneur par Claude Lux - Edition Maloine

A cheval et libre par Jean-François Ballereau - Ed. Arthaud (1979)

Le cheval de bât par Claude Charvin - Ed. Crepin-Leblond (1981)*

Le guide du tourisme à cheval par Claude Lux - M.A. Editions (1990)

Etre cavalier randonneur par Claude Lux – Ed. Maloine (1990)

Nouveau manuel de tourisme équestre par Christian Josquin, Yann Brekilien - Ed. Chiron Sports (1996)*

500 Q.C.M. du tourisme équestre par Marc Lhotka – Ed. Agence cheval de France (2004)

Technique du voyage à cheval par Emile Brager– Ed. Nathan (2005), la bible du cavalier au long cours.

Guide pratique du tourisme équestre par Marc Lhotka - Ed. Belin (2015)

La plupart de ces livres ne sont plus dans le commerce, mais vous aurez peut-être la chance de les trouver en seconde main ou en brocante.

Les livres indiqués * sont disponibles c/o redaction@hipponews.be

