

La cession à la jambe

Texte : Marie-Alice Dumont

Photo : Xavier Dumont

Une fois que votre cheval connaît l'ABC, c'est-à-dire les différentes aides de façon isolées, à savoir : l'action des deux jambes pour la mise en avant, l'action des mains qui freine ou qui arrête, la rêne d'ouverture pour tourner (combinaison de poids, bas de la jambe et rêne) et que vous êtes capables de vous déplacer aux trois allures avec un cheval en main et stable (ayant le même contact sur les deux rênes), alors vous êtes prêts pour aborder les exercices latéraux. Le premier que j'ai choisi d'expliquer est la cession à la jambe.

La cession à la jambe est un assouplissement dans lequel le cheval se déplace sur deux pistes, en restant droit. Cet exercice permet de vérifier l'obéissance du cheval à la jambe isolée et la capacité du cavalier à déplacer sa monture de part et d'autre du manège, en gardant le contrôle des épaules, de l'angle de la cession, l'équilibre, la mise en main et la cadence.

Exercice de préparation à la cession à la jambe

Quand vous abordez un nouvel exercice, il est toujours bon d'y aller par étapes afin de préparer au mieux votre cheval. J'utilise le travail des flexions comme exercice de préparation à la cession à la jambe.

Celui-ci vous permettra de vérifier la perméabilité de votre monture à une rêne isolée et l'aidera également à améliorer sa souplesse. Pour ce faire, déplacez-vous sur une ligne droite (au centre, ou bien sur la ligne de trois quarts) et demandez la flexion. Par exemple, si je suis piste à main droite et que je veux fléchir mon cheval à droite, je vais jouer avec mes doigts en vibrant sur la rêne droite, alors que la rêne gauche reste au contact et régule également le degré de flexion que je veux obtenir. La jambe droite intervient également au niveau de la sangle afin de soutenir le cheval dans sa trajectoire et l'empêcher de tourner à droite. Lorsque qu'on demande la flexion, il y a plusieurs choses auxquelles le cavalier doit prêter attention, notamment :

- La rectitude : le cheval doit rester droit dans son corps (droit d'épaules et de hanches). Il ne peut donc pas dévier de sa trajectoire, ni rentrer/sortir les hanches/les épaules.
 - Basculement de la nuque : les oreilles du cheval doivent rester alignées. Imaginez que vous tirez une ligne horizontale entre les deux oreilles de votre cheval, celle-ci doit être bien droite, parallèle au sol.
 - Lors de la flexion, le cavalier doit être capable de voir le coin de l'œil, et le naseau de sa monture du côté de la flexion.
- Une fois que vous êtes capables d'effectuer cet exercice aussi facile-



ment aux deux mains sans que votre cheval ne change d'attitude, de cadence et de trajectoire et que vous avez une sensation de légèreté sur la rêne qui demande la flexion, alors vous pouvez passer à l'étape suivante.

La cession à la jambe

L'exercice de cession à la jambe peut être introduit assez tôt dans le dressage du cheval, à condition que celui-ci soit bien fait et qu'il n'amène pas de contractions ou de stress supplémentaire pour le cheval.

Lorsque j'introduis cet exercice, la chose sur laquelle je vais premièrement porter mon attention est sur le fait que mon cheval réagisse à la jambe isolée. La sensation qui doit primer ici est la sensation que mon cheval s'écarte de ma jambe. À ce stade, je ne me préoccupe pas encore de l'attitude générale du cheval. Ce n'est pas grave si je perds la mise en main. J'aborde cet exercice tout d'abord sur la diagonale au pas, en partant du coin avec une contre-flexion.

Si je veux lui demander une cession à la jambe vers la gauche, je mets piste à main gauche et je lui demande la flexion à droite. Une fois que je passe le coin, je lui demande de se déplacer latéralement avec une action de ma jambe droite (légèrement reculée derrière la sangle). Si le cheval ne réagit pas, j'utilise doucement la cravache, juste derrière la jambe. Souvent, le cheval ne comprend pas du premier coup et va essayer d'accélérer ou de s'échapper. Dans ce cas, je le ralentis et réitère l'action, jusque quand j'obtiens la réaction voulue (= que mon cheval se déplace latéralement). Aussitôt que le cheval se déplace latéralement, je le récompense en le caressant et en arrêtant de le solliciter à la jambe droite (cf. notion de confort/inconfort).

C'est très important que le cheval se déplace latéralement sous l'action de la jambe isolée et non, comme on le voit souvent, sous l'action de la main intérieure du cavalier qui essaie de « pousser » le cheval sur le côté. En aucun cas, la main ne peut remplacer l'action de la jambe.

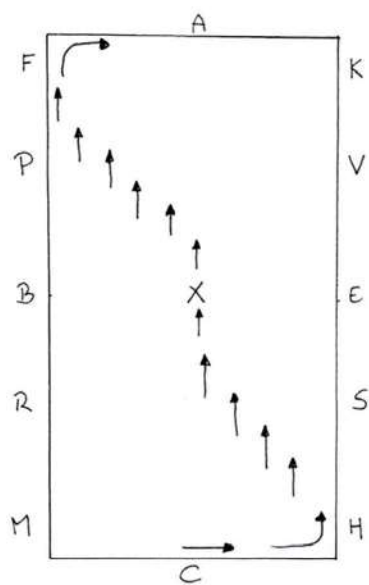
Une fois que le cheval accepte le mouvement latéral, soignez l'attitude, la mise en main, le contact, la rondeur et jouez avec les différentes cadences, tantôt plus lente, tantôt plus rapide et les différents angles de cession.

Lorsque vous avez la sensation d'avoir toutes les variantes sous contrôle, essayer de faire l'exercice au trot. Le cheval risque d'avoir les mêmes réactions qu'au pas, c'est-à-dire qu'il risque d'accélérer ou de fuir vers l'avant. Dans ce cas, ralentissez le dans un petit trot jusqu'à ce qu'il comprenne que vous voulez le mouvement latéral. Une fois la bonne réaction obtenue, récompenser aussitôt.

Une autre chose à laquelle le cavalier doit faire attention, c'est qu'il doit pouvoir, à tout moment dans sa cession à la jambe, pouvoir repartir droit, avec un demi-arrêt sur la rêne extérieure. Cet exercice vous permettra de vérifier si vous avez bien le contrôle des épaules

et vous évitera que votre cheval ne vous « emmène » de l'autre côté de la piste.

l'autre côté de la piste.



Un bon exercice pour vérifier si le cheval réagit correctement aux aides du cavalier est de monter quatre foulées en cession, et puis quatre foulées en avant, et ainsi de suite.

NB du randonneur : Ne pensez-pas que ceci ne peut se réaliser

que dans une piste en sable de 20 x 40 couverte ou non. Cet exercice peut se faire sur tous chemins d'une largeur de 3 à 4 m pour autant que ce chemin soit plat, ou sur une jachère, ou tout autre endroit plane. Un ancien terrain de football désaffecté peut vous servir de piste ! Vous pouvez aussi demander un « droit de piste » dans le centre équestre le plus proche.

