

Pré-requis : utiliser le licol et le lien de communication

Objectifs



- Utiliser le licol et le lien de communication pour améliorer les 6 exercices suivants, afin que ce matériel ne soit plus nécessaire :
- Désensibilisation : avec le stick et la cordelette ou le sac plastique sur les 6 côtés.
- Suivre une sensation, suivre une suggestion : reculer, mobiliser les antérieurs et postérieurs.
- Reculer et ramener : reculer et améliorer le ramener.
- Envoyer et ramener : envoyer, désengager, ramener.
- Mener : à la hauteur de chaque coude et changer de côté.
- Déplacements latéraux : contrôle des postérieurs et des antérieurs en même temps.

A quoi sert cet exercice ?

- Je teste et confirme que j'ai utilisé mes outils correctement et les ai rendus obsolètes. Ma communication et ma connexion avec mon cheval se sont développées au point où les artifices physiques ne sont plus nécessaires.
- J'ai appris à n'utiliser le lien de communication qu'en cas de nécessité afin qu'il ne soit plus nécessaire.
- Je n'ai pas manipulé et entraîné mon cheval. Je l'ai éduqué et lui ai enseigné.

Comment dois-je faire ?

Aucun de ces exercices n'est nouveau pour vous ou votre cheval. Vous allez simplement les tester afin de vérifier que vous pouvez réaliser chaque exercice sans utiliser le lien de communication. Votre communication devrait être arrivée au point où vous avez dépassé le besoin de connexions physiques.

A tout moment dans ce degré, n'hésitez pas à remettre le licol et le lien de communication pour renforcer ces pré-requis car revenir en arrière aidera votre cheval. Lorsque vous travaillez en liberté, certains chevaux peuvent se sentir perdus, ce qui peut être très stressant. Il vaut mieux aider le cheval avec le licol et le lien que

d'échauffer son esprit et ses émotions. Utilisez le licol pour renforcer et améliorer les réponses quand cela est nécessaire.

Par exemple, quand vous menez le cheval à la hauteur du coude, laissez-le traîner un peu derrière vous, puis utilisez le lien avec fermeté pour lui apprendre à ne plus le faire. Pour tous les exercices de ce niveau, n'ayez pas peur d'être clair et ferme avec le lien si vous êtes obligé de l'utiliser. Dans les degrés précédents, nous avons souvent dit : « voyez à quel point vous pouvez en faire peu ». Ceci amène certaines personnes à devenir inefficaces. Pour obtenir des réponses légères sans licol, vous devez l'utiliser efficacement quand vous en avez besoin. A chaque fois que votre cheval vous quitte, utilisez clairement le licol pour lui apprendre à ne plus le faire. Votre objectif est désormais de réaliser les exercices en laissant au moins la moitié du lien par terre. Un exercice amusant pour vous tester consiste à attacher un élastique fin entre le mousqueton et le licol. S'il casse, alors cela signifie que vous êtes encore trop dépendant de la corde. Remettez les choses en place en attachant de nouveau le lien au licol, enseignez au cheval comment éviter la pression du licol puis essayez de nouveau avec l'élastique. Lorsque vous parvenez à réaliser les 6 exercices activement et efficacement sans casser l'élastique, alors vous êtes prêt à retirer le licol et le lien de communication sans perdre la connexion et la communication avec votre cheval.

Pour progresser

- Ayez bien conscience de votre position, de la fluidité et de la clarté de votre langage corporel. Distinguez clairement votre langage corporel pour indiquer quand vous ne voulez pas de réponse active (DESENSIBILISATION) et quand vous attendez une réponse active (SENSIBILISATION).
- Utilisez votre lien de communication ou ne l'utilisez pas, mais ne restez pas quelque part entre les deux.
- Aidez votre cheval à gagner en trouvant le « bouton stop » du licol et du lien.

A éviter

- N'utilisez pas constamment le lien pour garder la connexion. Utilisez-le quand il la rompt afin qu'il apprenne à ne pas le faire.
- Ne devenez pas inactif ou inintéressant quand vous utilisez moins de connexion physique. Si vous devenez ennuyant, votre cheval s'ennuiera.
- Ne blâmez pas votre cheval de ne pas comprendre votre langage corporel s'il n'est pas clair.

Concepts utiles

- Corrigez ne critiquez pas.
- Corriger correctement c'est éviter que l'autre se sente critiqué.
- Le licol et le lien sont comme le filet de sécurité d'un funambule. Je n'en aurai peut-être pas besoin, mais je serai content qu'il soit là si j'en ai besoin.

Retirer le licol, contrôle des postérieurs et des antérieurs.

Mener en longe virtuelle.

Objectifs



- Retirer le licol et l'organiser pendant que mon cheval reste immobile et connecté.
- Mobiliser les postérieurs et les antérieurs dans un mouvement continu.
- En mobilisant l'arrière-main, faire en sorte que le cheval avance d'un pas jusqu'à ce que je puisse le mener avec une longe virtuelle.

A quoi sert cet exercice ?

- Je vais au-delà du besoin d'artifices physiques. Je contrôle l'avant et l'arrière-main de mon cheval sans qu'il me quitte mentalement, émotionnellement ou physiquement. Je commence à comprendre ce qu'est la vraie connexion.
- En utilisant une mobilisation de l'arrière-main, je suis capable de « débloquer » mon cheval et de le ramener vers moi comme si j'avais une longe « virtuelle ».

Comment dois-je faire ?

Quel que soit le moment où vous retirez le licol, il est préférable de le mettre quelque part où ni vous ni votre cheval ne risquez de vous prendre les pieds dedans. Nous vous conseillons fortement de ne pas simplement retirer le lien, mais également le licol. Laisser le licol sur un cheval au paddock, où dans n'importe quelle situation de travail, provoque chaque année des blessures graves aux chevaux qui se coincent dans quelque chose. Laisser le licol sur un cheval pour l'attraper est un mauvais prétexte pour compenser une connexion faible.

Lorsque vous retirez le licol, cela ne doit pas indiquer au cheval qu'il peut vous quitter. Votre but est d'enlever la connexion physique tout en conservant la connexion mentale et émotionnelle. Quand vous avez enlevé le licol, demandez-lui de mobiliser ses postérieurs et de vous faire face. Caressez sa tête, changez de

côté, et recommencez de l'autre côté. Si votre cheval croise correctement ses postérieurs, il avancera généralement un antérieur pendant qu'il vous fait face.

Quand il avance, c'est l'occasion pour vous de reculer et de l'inviter à venir vers vous. Vous pouvez tester votre connexion en mobilisant les postérieurs, ensuite laissez passer les antérieurs puis poussez les épaules sur quelques pas.

Une fois que vous contrôlez l'arrière et l'avant-main dans un mouvement continu, menez votre cheval comme si vous aviez le lien de communication. Si votre cheval se bloque ou ne vous suit pas, mobilisez de nouveau les postérieurs, « débloquez » les épaules et ramenez-le vers vous.

Si vous avez clairement utilisé votre langage corporel et ne vous êtes pas simplement reposé sur des artifices physiques, le cheval ne réalisera pas qu'il n'y a plus de lien.

Par-dessus tout, souvenez-vous de ne pas modifier votre attitude simplement parce que vous avez retiré l'artifice physique. Lorsque vous n'avez pas de licol et de lien de communication, faites comme si vous les aviez !

Pour progresser

- Récompensez une bonne mobilisation des postérieurs en laissant passer les antérieurs.
- Dans un mouvement fluide, poussez les postérieurs tout en ramenant simultanément les antérieurs vers vous.
- Avancez pour pousser les postérieurs, puis reculez pour ramener les antérieurs.
- Quand le cheval vient à vous, faites en sorte qu'il soit content de l'avoir fait. Acceptez les moindres essais, et récompensez souvent.

A éviter

- N'agissez, ne bougez ou ne vous comportez pas différemment simplement parce que vous avez retiré la connexion physique.
- Ne laissez pas le cheval passer ses épaules quand il le veut, mais laissez-les passer quand vous le désirez.

Concepts utiles

- Ne récompensez pas une bonne réponse en en demandant une autre.
- Quand tous les artifices physiques sont retirés, il ne reste qu'une chose: LA VERITE.
- Rien n'est plus léger ni plus fort que la connexion lorsqu'elle est invisible et silencieuse.

Simulations

Objectifs



- Réaliser toutes les activités quotidiennes dans un espace plus grand sans avoir besoin de maintenir physiquement mon cheval. Faire les tests suivants :

1. Panser
2. Pulvériser
3. Maréchal-ferrant
4. Dentiste
5. Mettre la couverture
6. Tondre
7. Faire une piqûre
8. Prendre la température
9. Drapeau
10. Mettre le filet
11. Vermifuger

A quoi sert cet exercice ?

- Mon cheval accepte toutes les interventions courantes sans ressentir le besoin de s'échapper ou de se défendre.
- Il a appris à être immobile, il n'a pas besoin qu'on l'y maintienne.
- En utilisant des simulations, je lui explique les diverses interventions. J'évite ainsi d'utiliser des calmants ou des artifices mécaniques tels qu'entraves ou tord-nez.

Comment dois-je faire ?

Dans un rond de longe ou dans un environnement sécurisé, assurez-vous de pouvoir réaliser les exercices précédents. Si vous gardez votre cheval connecté sans avoir besoin du licol et du lien, alors essayez les simulations suivantes :

1. Panser : brossez-le partout y compris la queue et la crinière. Changez de côté devant et derrière votre cheval.
2. Pulvériser : utilisez le concept d'approche / retrait jusqu'à ce qu'il soit confiant lorsque vous le pulvérisez, y compris sous le ventre et entre les postérieurs. Gratouillez-le en même temps pour conserver son confort et sa confiance.
3. Maréchal-ferrant : soulevez les quatre pieds depuis le même côté. Faites-le de chaque côté pour tester son immobilité. Simulez le maréchal-ferrant en râpant et en tapant chaque sabot. Testez les différentes positions prises par le maréchal-ferrant, devant, sur le côté, etc. Si vous avez l'intention de le ferrer, placez un fer sur son pied et tapez-le avec un marteau pour simuler le bruit de la ferrure.
4. Dentiste : touchez-le tout autour du nez et de la bouche. Soyez attentif aux moindres signes de défense qui pourraient poser problème avec le dentiste. Prenez et tenez sa langue, mais faites très attention de ne pas la tirer. Au moindre signe de relaxation, relâchez et caressez.
5. Mettre la couverture : utilisez un imperméable comme dans le degré 5. Voyez si vous pouvez le traîner autour de lui, derrière lui et le lancer sur son dos depuis chaque côté sans que cela le gêne ou qu'il bouge ses pieds.
6. Tondre : beaucoup de petites machines conviennent très bien pour simuler la tonte. Une brosse à dent électrique est à la fois bon marché et facile à se procurer. Certains appareils de massage permettent également au cheval de faire une association positive avec le bruit du moteur. Utilisez le concept d'approche / retrait jusqu'à pouvoir passer le simulateur partout sur les zones délicates (tête, nez, yeux, oreilles).
7. Faire une piqûre : un cure-dent est très pratique pour simuler une aiguille. Faites semblant de préparer une injection en désinfectant la zone. Simulez une injection intraveineuse et intramusculaire. Tapotez ou pincez la zone comme si vous étiez sur le point de piquer. Placez le cure-dent contre la peau et baissez-lui la tête. Dès que la tête descend, retirez le cure-dent. Continuez jusqu'à ce qu'il réponde à la sensation du cure-dent en détendant ses muscles plutôt qu'en les contractants. Ceci rendra les injections plus faciles pour vous, et moins douloureuses pour lui.
8. Prendre la température : recherchez une totale décontraction ou relaxation de la queue. Elle doit être relâchée et souple afin d'être soulevée et bougée à gauche et à droite. Grattez-le à la base de la queue. S'il est confiant, il lèvera la queue et appréciera vos gratouilles. Quand il la lève, grattez-le en dessous de la queue en vous assurant qu'il ne se raidisse pas.
9. Drapeau : agitez le drapeau ou le sac plastique sur chacun des 6 côtés (devant, derrière, à gauche, à droite, au-dessus, en-dessous). Ayez un langage corporel très détendu pour qu'il sache que vous n'attendez rien de lui.
10. Mettre le filet : baissez-lui la tête et mettez le filet comme dans le degré 5.
11. Vermifuger : mettez de la compote de pomme dans une seringue et aidez-le à faire une association positive avec la vermifugation. Quand vous devez réellement vermifuger, faites une simulation avec de la compote de pomme immédiatement après pour qu'il ne fasse pas d'association négative.

Pour progresser

- Recherchez des petites progressions plutôt que la perfection instantanée.
- Après chaque intervention réelle (piqûre, dentiste, etc.), répétez immédiatement la simulation correspondante pour qu'il ne perde pas confiance et ne fasse pas d'associations négatives.

A éviter

- Ne l'entraînez pas. Vous ne pouvez pas le forcer à comprendre, mais vous pouvez l'y aider. - Ne faites pas toutes ces simulations, préparations et explications dès la première fois. Ceci ne ferait qu'ennuyer votre cheval.

Concepts utiles

- Recherchez de petites progressions plutôt que la perfection instantanée.
- Vous ne pouvez pas le forcer à comprendre, vous pouvez seulement l'y aider.
- Il ne sera pas immobile s'il ne comprend pas.
- Les problèmes peuvent durer 20 ans, les solutions peuvent prendre 20 minutes.
- Les chevaux n'oublient jamais mais ils peuvent pardonner.

Reculer et ramener

Objectifs



- Faire reculer mon cheval en en faisant aussi peu que possible, ce dernier restant connecté puisqu'il me fait face.
- L'inviter à revenir vers moi en en faisant aussi peu que possible.
- Il vient à moi au trot parce qu'il me considère comme une zone de confort.
- Trouver un équilibre entre envoyer et ramener afin qu'il soit aussi facile pour lui de reculer que de revenir vers moi.

A quoi sert cet exercice ?

- Mon cheval lit et comprend mon langage corporel.
- Je le fais reculer facilement sans qu'il me quitte.
- Il se hâte de venir à moi quand je l'y invite. Il me considère comme une zone de confort.
- Comme je peux le faire reculer, il vient à moi mais pas sur moi.

Comment dois-je faire ?

Nous avons déjà réalisé cet exercice dans le degré 5 avec le licol et le lien de communication. Le but était de perfectionner le reculer et le ramener jusqu'à ce que le lien de communication ne soit plus nécessaire. Maintenant, nous allons faire une sorte de test de la vérité.

Reculer votre cheval en en faisant aussi peu que possible, mais en restant toutefois efficace. Un petit mouvement du stick tapant le sol devrait suffire. Penchez-vous légèrement en avant en prenant une attitude assurée quand vous lui demandez de reculer. Au départ, demandez-lui de reculer de seulement 2 mètres. Demandez-lui de rester immobile un moment, mais connecté, avant de l'inviter à revenir vers vous. Votre langage corporel doit être totalement différent lorsque vous le ramenez à vous. Un langage corporel clairement différent évitera toute confusion.

Penchez-vous légèrement en avant quand vous le reculez, et légèrement en arrière quand vous le ramenez. Ramenez votre cheval vers votre sternum sans utiliser le stick et la cordelette.

S'il ne se hâte pas de venir vers vous, frappez le sol avec la cordelette comme dans l'exercice 17 du degré 5. Sa capacité de compréhension est à l'image de la clarté de votre langage corporel. S'il se bloque ou ne vient pas directement vers vous, changez votre angle pour désengager les postérieurs. Alors que les postérieurs se croisent, un antérieur devrait avancer vers vous, vous donnant ainsi l'opportunité de reculer pour ramener votre cheval. S'il vous quitte, focalisez-vous sur ses postérieurs. Continuez de les pousser jusqu'à ce qu'il désengage et vous fasse face. Dès qu'il le fait, marchez ou courez en arrière pour le ramener à vous. Quand il vient vers vous, caressez-le et faites en sorte qu'il se sente apprécié. Aidez-le à apprendre que la pression est retirée quand il se reconnecte.

Souvenez-vous que la dose de pression nécessaire pour motiver le cheval à chercher le confort varie selon les chevaux. Les chevaux dits « chauds » n'auront quasiment pas besoin de pression. De tels chevaux se sentiront perdus avec une surdose de pression, ils pourront paniquer et seront incapables de réfléchir suffisamment clairement au moyen de trouver des solutions. Quand un cheval s'enfuit dans un rond de longe, il est déjà sous pression, il est donc improbable qu'il y ait besoin de plus d'inconfort. Utilisez une légère pression sur les postérieurs pour capter son attention et le connecter, puis exagérez le confort quand il vous trouve en le grattant à son endroit préféré et laissez-le se relaxer.

Pour progresser

- Faites attention à l'attitude de votre cheval quand vous l'invitez vers vous. S'il couche ses oreilles en arrière, changez de jeu. Arrêtez-le et demandez-lui de reculer, ou envoyez-le loin de vous. Ajoutez de la variété pour l'intéresser.
- Ecartez légèrement vos bras et ramenez votre cheval vers le centre de votre poitrine. Assurez-vous qu'il est équilibré et qu'il ne préfère pas vous garder dans un œil plus que dans l'autre.

A éviter

- N'arrêtez pas vos pieds quand vous le ramenez. Reculez dès que vous captez son attention pour l'inviter à vous rejoindre.
- Ne le fixez pas du regard quand vous le ramenez. Il pourrait confondre ramener et envoyer.
- Ne frappez pas le sol avec le stick et la cordelette vers lui quand vous le ramenez. Tout mouvement du stick doit se faire au loin et sur le côté.

Concepts utiles

- Le rond de longe peut être une aire de jeu ou une chambre de torture. Tout dépend de ce que vous y faites.
- Tant que votre cheval ne veut pas être avec vous, vous n'avez pas gagné le droit de le monter. Comme pour tout partenariat, chacun doit trouver plus de confort en étant ensemble plutôt que séparé.

Parties du corps (sensation, pression directe)

Objectifs



Contrôler les différentes parties du corps en utilisant une pression directe :

- Demander au cheval de sentir sa queue depuis chaque côté pendant 5 secondes.
- Déplacer les postérieurs de 360° autour des antérieurs des deux côtés.
- Déplacer les antérieurs de 360° autour des postérieurs des deux côtés.
- Combiner contrôle des antérieurs et des postérieurs pour qu'il se déplace latéralement.

A quoi sert cet exercice ?

- Mon cheval est léger, mobile et souple à l'opposé de lourd, raide et contracté.
- Je contrôle isolément les parties de son corps sans avoir besoin de le contraindre.
- Mon cheval est facilement manipulable dans un camion, un box, une douche, ou dans l'écurie pour le vétérinaire, le dentiste, l'ostéopathe, etc.

Comment dois-je faire ?

Pour réaliser la première partie de cet exercice, votre cheval doit être détendu, souple et libéré de toute résistance. Sa queue doit être légère et mobile, à l'opposé de lourde et contractée. Il en est de même pour son encolure. Ne vous contentez pas de ramener le nez de votre cheval vers sa queue. Voyez jusqu'à quel point cela peut être léger. Quelques grammes de pression de votre doigt devraient suffire.

Désormais, votre cheval ne devrait pas résister à la pression de votre doigt même si vous lui demandez de rester dans cette position pendant 5 secondes. Mobilisez les postérieurs comme dans le cycle 1. Concentrez-vous sur la légèreté des réponses. Désormais, votre cheval devrait quasiment pivoter son arrière-main autour de son avant-main et vice-versa.

Ayez un langage corporel clair et essayez de ne pas regarder les pieds de votre cheval. Ressentez-les. Adaptez votre pression au mouvement de ses pieds. Cela signifie que vous ne devez pas lui demander de bouger un pied sur lequel il a du poids. Le tact, le « feeling » et le « timing » vous aideront à ne pas ennuyer ou

frustrer votre cheval. Souvenez-vous des 4 phases progressives de pression du cycle 1.

À ce stade, vous ne devez pas avoir besoin d'aller au-delà des phases 1 (poils) et 2 (peau) pour obtenir une réponse en pression directe.

Votre « feeling » et « timing » sont particulièrement importants quand vous lui demandez un déplacement latéral.

Séparez vos mains en en plaçant une derrière l'épaule et l'autre près des dernières côtes afin de contrôler les antérieurs et les postérieurs. Demandez un pas à chaque pied individuellement pour créer un mouvement latéral fluide. Au début, utilisez la barrière si nécessaire, même si votre but est d'obtenir un déplacement latéral léger sans barrière. Une fois que vous réussissez chaque partie de cet exercice, contentez-vous de les réviser de temps en temps. N'ennuyez pas votre cheval en les répétant systématiquement et en recherchant la perfection.

Pour progresser

- Soyez synchronisé avec les pieds de votre cheval. Demandez-lui de mobiliser un pied au moment où il le soulève.
- S'il bouge trop et ne pivote pas, remettez le licol pour expliquer chaque mobilisation isolément.
- Quand vous mobilisez les antérieurs, placez une main près de l'épaule et une près de la tête.

- Appliquez la pression sur la partie de corps qui doit bouger.

A éviter

- Ne regardez pas les pieds du cheval. Ressentez-les.
- Ne vous contentez pas de pousser les parties du corps, guidez-les comme vous le feriez avec un partenaire de danse.
- Ne piquez pas votre cheval avec vos doigts. Employez une pression constante dont il peut toujours s'éloigner.

Concepts utiles

- Laissez au cheval la possibilité d'enlever lui-même la pression en s'en éloignant.
- Fuir la pression n'est pas la même chose que céder à la pression.
- Les chevaux peuvent devenir soit légers et souples soit lourds et contractés ; le choix est entre vos mains.
- Si vous essayez d'être synchronisé avec lui, il essaiera d'être synchronisé avec vous, vous pourrez ensuite être synchronisés ensemble.

Contrôler et guider l'avant et l'arrière-main.

Objectifs



- Isoler le contrôle de l'avant et de l'arrière-main.
- Utiliser ce contrôle pour guider mon cheval et changer de direction.

A quoi sert cet exercice ?

- Je contrôle les pieds de mon cheval sans aucun lien physique.
- J'influence la direction de mon cheval en contrôlant les postérieurs ou les antérieurs, tout en marchant avec lui en longe virtuelle.
- J'influence la direction de mon cheval, il n'influence pas la mienne.

Comment dois-je faire ?

Quand vous retirez le licol et que le lien de communication devient invisible, il y a généralement deux choses qui ne vont pas :

- La connexion est fragile, le cheval vous quitte.
- Le cheval contrôle vos pieds en poussant et en envahissant votre espace personnel.

Pour corriger chaque situation, il est important d'avoir le contrôle des postérieurs et des antérieurs. Si votre cheval vous quitte, il est essentiel que vous puissiez désengager les postérieurs pour capter son attention et le reconnecter. Au contraire s'il vous pousse ou envahit votre espace personnel, il est essentiel que vous puissiez repousser loin ses épaules. Commencez par mobiliser postérieurs et antérieurs isolément avant de les combiner dans un mouvement continu comme dans l'exercice 2. Une fois que cela est en place, marchez avec lui en le gardant connecté à côté de votre coude. Donnez-vous un tracé clair à suivre sinon il influencera bientôt votre direction. Ceci peut passer inaperçu jusqu'à ce que ce comportement devienne un vrai problème.

Votre but est de marcher avec lui sur la piste, et d'être capable de contrôler son tracé et sa direction en contrôlant postérieurs et antérieurs. Un demi-tour peut s'effectuer soit en désengageant l'arrière-main, soit en poussant l'avant-main. Réduisez le plus possible l'utilisation du stick, une position et un regard coordonnés avec un langage corporel clair devraient suffire.

Mettez-vous au défi en marchant autour de plots ou cônes et dirigez votre cheval en influençant soit les postérieurs soit les antérieurs.

Pour progresser

Pour contrôler les pieds de votre cheval, vous devez d'abord contrôler les vôtres :

- Quand vous envoyez, vos pieds doivent avancer.
- Quand vous ramenez, vos pieds doivent reculer.
- Regardez et appliquez votre énergie vers la partie du corps que vous souhaitez bouger.
- Décidez d'un tracé clair et tenez-vous-y. Si vous ne décidez pas de la direction, votre cheval le fera

A éviter

- Ne faites pas des gestes exagérés ou excessivement mécaniques. Ressentez votre cheval et guidez-le, ne le chassez pas et ne le bloquez pas. Bientôt chacun lira l'autre et finalement, vous fonctionnerez ensemble.

- N'envoyez aucune partie de votre cheval alors que vos pieds reculent, donc le ramène. Des aides contradictoires embrouillent et frustrant le cheval.

Concepts utiles

- Marche avec moi, pas sur moi.
- Pour contrôler les pieds du cheval, vous devez d'abord contrôler les vôtres.
- Est-ce vous qui emmenez votre cheval faire un tour, ou est-ce l'inverse?
- Offrir les choses au cheval n'est pas la même chose que les lui imposer.

Envoyer entre vous et la barrière des deux côtés pour construire un demi-cercle. Ramener au centre. Au pas et au trot.

Objectifs



- Envoyer le cheval entre la barrière et moi, désengager les postérieurs et le ramener vers moi dans un mouvement fluide.
- Augmenter progressivement la distance entre la barrière et moi, et augmenter ainsi la distance de l'envoyer jusqu'à décrire un demi-cercle.
- Envoyer mon cheval sur un demi-cercle et le ramener au centre.
- Réaliser cet exercice aussi bien à main droite qu'à main gauche.

A quoi sert cet exercice ?

- J'envoie mon cheval sans perdre notre connexion.
- Je développe l'ingrédient le plus important des changements de direction fluides.
- Je maintiens la communication et la connexion en ajoutant vitesse et distance.

Comment dois-je faire ?

Ceci est l'un des exercices les plus importants en liberté. Il apporte la communication et la connexion nécessaires à beaucoup d'autres exercices. C'est l'ingrédient fondamental pour développer des changements de direction fluides.

Commencez près de la barrière. Votre but est d'envoyer le cheval entre la barrière et vous. Ayez un langage corporel clair pour l'envoyer car vous ne pouvez pas offrir de direction à l'aide d'une sensation sans le lien. Positionnez-vous de façon à ce que le cheval comprenne l'envoyer. Indiquez la direction avec votre main, levez le stick et poussez votre énergie vers l'épaule pour l'envoyer. Laissez-le passer, puis regardez et poussez ses postérieurs pour qu'il vous fasse face. Pendant qu'il le fait, reculez et ramenez-le à vous. Caressez-le et faites en sorte qu'il se sente apprécié pour être resté connecté. Cela doit fonctionner aussi bien d'un côté que de l'autre. La plupart des chevaux ont une connexion plus faible d'un côté ou d'un œil. Une fois que chaque côté est bon, construisez à partir de ces fondations.

Progressivement, augmentez la distance entre la barrière et vous jusqu'à ce que vous puissiez envoyer votre cheval depuis le centre du rond de longe. Tout en faisant cela, augmentez la durée de l'envoyer.

Progressivement, augmentez l'énergie de votre envoyer jusqu'à ce que vous puissiez envoyer votre cheval au trot sur un demi-cercle, le désengager puis le ramener à vous.

L'un des aspects les plus difficiles de cet exercice est de désengager et ramener le cheval tout en conservant le trot. Vous devez presque pousser les postérieurs avec une main tout en ramenant les antérieurs avec l'autre. Vous ne demandez pas un désengagement complet. Dès que votre cheval se tourne vers vous, courez en arrière vers le centre du cercle. Quelque soit la vitesse à laquelle votre cheval revient vers vous, arrêtez-vous au centre et caressez-le avec « votre cœur dans la main ». Le centre est la partie la plus importante du rond de longe, vous devez toujours le préserver pour qu'il reste une zone de confort.

Il y a quatre étapes de base dans cet exercice :

1. Envoyer : le cheval sur un cercle et...
2. Autorisez : le cheval à avancer jusqu'à ...
3. Désengagez : légèrement pour capter l'attention du cheval puis ...
4. Ramenez : le cheval à vous jusqu'au centre.

Pour progresser

- Trouvez un équilibre entre envoyer et ramener. Les deux doivent être égaux.
- Faire du centre une zone de confort augmentera la motivation de votre cheval à revenir au centre du cercle.
- Regardez les oreilles de votre cheval, elles vous indiqueront où se trouve son esprit.
- Pour ramener au centre, poussez les postérieurs d'une main tout en ramenant les antérieurs de l'autre.
- PENSEZ : focaliser, position, langage corporel, énergie, clarté et fluidité.

A éviter

- Ne chassez pas le cheval s'il ne désengage pas. Continuez de vous focaliser sur les postérieurs tout en reculant vers le mur opposé où vous pourrez plus facilement ramener le cheval vers vous.
- Ne sous-estimez pas le pouvoir du confort comme outil d'apprentissage. Rendre le cheval confortable avec vous apporte souvent plus de motivation que de le rendre inconfortable quand il ne l'est pas.

Concepts utiles

- Rien n'est plus efficace que tourner en rond sans raison pour que les chevaux arrêtent de réfléchir et se déconnectent.
- Rien n'est plus léger que rien.
- Lisez les oreilles de votre cheval. Elles vous indiquent où va son esprit, et ses pieds suivent son esprit.

- Le rond de longe peut aussi bien fasciner que frustrer l'homme et le cheval. Tout dépend de la manière dont vous l'utilisez.

Envoyer vers des obstacles variés, avec et sans barrière.

Objectifs



- Placer des obstacles variés (bâche, obstacle, etc.) entre la barrière et moi. Envoyer mon cheval par-dessus ces embûches, puis désengager et le ramener.
- Diriger mon cheval au-dessus d'obstacles variés sans utiliser la barrière.
- Mettre au défi et tester la confiance, le contrôle et la connexion entre mon cheval et moi.

A quoi sert cet exercice ?

- Mon cheval franchit des embûches, relève des défis et saute sans perdre la connexion avec moi.
- J'apprends à mon cheval à passer dans l'eau, traverser des bâches, sauter des obstacles sans précipiter ou embarquer. Ceci sera très important quand je franchirai de telles embûches en selle.
- Mon cheval peut se concentrer et résoudre des puzzles sans m'oublier.

Comment dois-je faire ?

Assurez-vous que lorsque vous envoyez votre cheval, vous l'envoyez vraiment. Cela signifie que les épaules s'éloignent en se croisant, et que les postérieurs poussent ensuite le cheval en avant sur le cercle. Si vous êtes inefficace dans votre envoyé, vous risquez d'être tapé s'il coupe son cercle devant vous au lieu de partir sur le cercle.

Une fois que vous avez réalisé l'exercice précédent, mettez au défi vos niveaux de confiance, de contrôle et la connexion établie entre votre cheval et vous. Nous avons déjà expliqué au cheval de tels défis dans le Cycle 1. Il est important que le cheval ne précipite plus par-dessus ces défis ou obstacles avant que vous retiriez le licol et le lien de communication.

Commencez par des défis faciles et des petits obstacles. « *Si le cheval est surexposé et s'inquiète à la vue des obstacles, il aura plus tendance à précipiter ou les charger, et en faisant cela, il perd la connexion avec vous.* » La même chose se

produit à cheval quand vous traversez ces défis ou sautez si le cheval est surexposé ou manque de confiance.

Le but est d'apprendre au cheval à être mentalement et émotionnellement connecté avant, pendant et après le saut.

Si l'impulsion nécessaire pour le saut implique que votre cheval vous quitte, **NE LE CHASSEZ PAS** et ne rajoutez pas de pression. Il n'en sera que plus effrayé de vous quitter, et cela amplifiera le problème. S'il vous quitte après le saut, poussez simplement ses postérieurs avec très peu d'énergie jusqu'à ce qu'il se reconnecte. S'il panique réellement, déplacez-vous près du mur où vous pourrez capter son regard et le ramener vers vous. Calmez-le, caressez-le et essayez de nouveau. Remettez le licol si nécessaire. Revenez à quelque chose que le cheval connaît et comprend, puis recommencez. Évitez qu'il se sente critiqué ou son attitude dans le rond de longe et envers vous se dégradera rapidement. Ne l'obligez pas à rester avec vous, faites en sorte qu'il en ait envie.

Pour progresser

- Arrêtez, grattez et caressez votre cheval après l'obstacle pour qu'il sache que les franchir lui apportera du confort.
- Demandez au cheval d'être droit avant, pendant et après l'obstacle, avant de lui demander un désengagement fluide.
- Placez des cônes plusieurs mètres après chaque obstacle et ne désengagez pas tant qu'il ne les a pas dépassés.
- Dirigez et envoyez votre cheval, ne le chassez pas.

A éviter

- Ne continuez pas de traverser des embûches et sauter jusqu'au point où cela deviendra inconfortable.
- Ne commencez pas avec un saut inquiétant pour votre cheval qui lui fera perdre la connexion avec vous. Commencez avec une barre au sol en construisez les choses à partir de là.
- Ne désengagez pas trop vite après l'obstacle. Votre cheval doit continuer d'aller en avant, et désengager plusieurs mètres après.
- Évitez les gestes mécaniques vides qui manquent de clarté, de fluidité et de « feeling ».

Concepts utiles

- Lorsqu'ils sont mis au défi, les chevaux soit se connectent soit se déconnectent.
- Le cheval doit être capable de vous quitter physiquement sans vous perdre mentalement et émotionnellement.
- Entre ne pas vouloir partir ou être trop effrayé de le faire, il y a une grande différence. Alors récompensez votre partenaire de rester plutôt que de le punir de partir.
- Plus grand est le stress, plus faible est la connexion.

Changement de directions fluides au trot, Yin Yang.

Ramener au centre au trot.

Objectifs



- Envoyer mon cheval sur un cercle au trot. Le laisser faire au moins deux tours en conservant l'allure et la direction.
- Inviter mon cheval vers le centre puis le renvoyer à l'autre main en conservant le trot.
- Etre capable de ramener le cheval droit au trot vers le centre sans qu'il anticipe le changement de direction.

A quoi sert cet exercice ?

- Mon cheval maintient l'allure et la direction sans avoir besoin d'être « micro-assisté ».
- Je redirige le mouvement de mon cheval sans le déranger.
- Il y a deux exercices qui améliorent beaucoup la connexion avec mon cheval :
 1. les changements de directions fluides,
 2. les transitions fluides.
- Mon cheval s'incurve naturellement vers le centre du cercle car le centre est l'objet de son attention.

Comment dois-je faire ?

Dans l'exercice 7, vous avez envoyé le cheval sur un demi-cercle dans le rond de longe, puis vous l'avez ramené au centre du cercle. Dans cet exercice, demandez au cheval de maintenir son allure et sa direction pendant au moins 2 tours avant de le ramener au centre. Essayez à chaque main. **NE MAINTENEZ PAS** continuellement le cheval au trot, mais corrigez-le quand il ne le fait pas. Conserver l'allure est sa responsabilité, **PAS LA VOTRE !** Essayez de ramener votre cheval au centre tout en maintenant un trot actif. A ce stade, la rectitude est très importante. S'il n'est pas droit, vous aurez des difficultés pour le rediriger. C'est seulement une fois que

l'envoyer, le cercle et le ramener sont acquis à chaque main que vous pourrez essayer les changements de direction fluides. Nous avons déjà réalisé cela avec la ligne de communication (corde de 7 mètres) dans l'exercice 15 du degré 5.

Maintenant que vous ne pouvez plus offrir de direction par sensation, il est important que votre langage corporel soit à la fois clair et fluide. Invitez le cheval à quitter son cercle pour venir vers vous en poussant légèrement les postérieurs et en aspirant les antérieurs. Quand votre cheval est droit, décalez-vous sur un côté pour ouvrir une nouvelle porte et levez délicatement votre stick pour fermer l'autre. Utilisez votre stick pour guider les épaules du cheval et le renvoyer dans l'autre direction.

Au départ, renvoyer le cheval peut le rendre confus. Employez un langage corporel clair, régulier, fluide et gracieux pour éviter de le perturber. Le changement de direction ce n'est pas « bloquer et pousser » soudainement, mais une simple redirection d'un flux d'énergie. Ce flux doit être fait de grandes courbes régulières plutôt que d'angles droits. Le tracé du changement de direction ressemble au signe du Yin et du Yang. Le cheval doit être calme et confiant quand vous changez d'œil ou il ne maintiendra pas son allure et sa cadence lors du changement de direction. La plupart des chevaux ont plus de difficultés pour changer de main dans un sens que dans l'autre. Essayez d'obtenir que les changements de direction aux deux mains soient équilibrés de la même manière.

Un autre équilibre important est celui entre envoyer et ramener. Trop de changements de direction risque de vous faire perdre votre ramener, et votre cheval n'acceptera plus votre invitation vers le centre.

Pour maintenir cet équilibre, un bon ratio est 4 ramenés pour 1 changement de direction. Le cheval doit être intéressé de vous lire, et se demander si vous allez le rediriger ou simplement l'inviter à s'arrêter au centre.

Pour progresser

- Quand le cheval vient DROIT vers vous, ouvrez une porte et fermez-en une autre pour rediriger le mouvement.
- Soyez discret et coordonné avec le stick quand vous le changez de main pour changer de direction. Des gestes mal coordonnés rendront le cheval confus et le dérangeront.
- Quand vous redirigez le cheval, écartez-vous pour lui laisser de la place afin qu'il trouve la « porte ouverte » alors que vous fermez l'autre en levant le stick.
- Arrêtez-vous et donnez toujours du confort au centre pour qu'il devienne le centre de son attention.

A éviter

- Ne laissez pas votre cheval envahir votre espace personnel quand vous redirigez le flux.
- N'apprenez pas au cheval à anticiper le changement de direction. Vous perdrez soit le ramener, soit votre cheval changera de direction avant que vous lui ayez demandé.
- Ne faites pas trop de changements de direction. Si vous invitez constamment le cheval vers vous, puis le renvoyez, il refusera bientôt votre invitation.

Concepts utiles

- Redirigez le flux, ne le bloquez pas.
- La répétition enseigne, mais la variété rajoute du piquant dans la vie. Trouvez l'équilibre.

- Le centre du cercle doit être le centre de son attention.
- Les progrès viennent souvent plus vite si vous vous dépêchez de ralentir.

Transitions montantes et descendantes fluides.

Trot, galop, trot, pas, arrêt, reculer (aux deux mains)

Objectifs



- Envoyer mon cheval au trot sur un cercle pendant au moins deux tours. Demander au cheval de partir au galop en en faisant aussi peu que possible.
- Demander au cheval de galoper au moins deux tours sans avoir besoin de mon aide.
- Demander une transition descendante précise du galop au trot, suivie par une du trot au pas, puis de l'arrêt au reculer (au moins 5 pas).

A quoi sert cet exercice ?

- Mon cheval maintient son allure et sa direction sans être micro assisté.
- Je peux faire des transitions montantes et descendantes en en faisant de moins en moins.
- Je peux demander à mon cheval de s'arrêter et de reculer sur le cercle.

Comment dois-je faire ?

Voici un autre exercice que nous avons déjà réalisé avec la ligne de communication (corde de 7 mètres). Sans connexion physique, il est important que le cheval garde une connexion mentale et émotionnelle forte.

Envoyez le cheval au trot, et maintenez un trot relativement calme pendant au moins deux tours. Désormais, votre cheval devrait maintenir son allure et sa direction sans que vous ayez besoin de l'embêter. Soyez présent dans l'allure choisie, mais n'assistez pas votre cheval. Un micro management continu désensibilise le cheval ce qui nuit à la subtilité et à la précision de vos signaux.

En élevant votre niveau d'énergie et en plaçant l'énergie au moins un quart de cercle derrière le cheval, demandez à votre cheval un départ au galop. Au début, ne

demandez que quelques foulées de galop jusqu'à ce qu'il comprenne que quand il galope, vous devenez moins actif. Attendez que votre cheval soit confortable dans sa transition au galop avant de lui demander de maintenir l'allure plus longtemps.

Au final, il doit être capable de maintenir un galop relaxé sur plusieurs tours sans que vous ayez à intervenir.

Pour accélérer, placez de l'énergie au moins un quart de cercle derrière le cheval afin qu'il ne confonde pas avec le désengagement. Vos épaules tournent dans la direction du cercle et poussent le cheval en avant : « va avec le flux ».

Pour les transitions descendantes, levez délicatement le stick d'au moins un quart de cercle devant le cheval. Vos épaules tournent à l'inverse du mouvement puis poussez de petites vagues d'énergie avec le stick vers le nez du cheval si nécessaire. Détendez votre langage corporel et expirez. Ne bougez votre stick ou vos pieds pour ralentir le cheval qu'en cas de nécessité absolue. Imaginez une sorte de jeu qui s'appellerait « ne me fais pas bouger mon stick ou mes pieds ». Dès que la transition descendante est passée, arrêtez tout stimulus mais restez présent dans la nouvelle allure choisie. Effectuez la transition du trot au pas de la même manière, en tournant vos épaules, puis si nécessaire envoyez de petites vagues d'énergie vers le nez du cheval.

Faites de même pour la transition à l'arrêt. En s'arrêtant, votre cheval se tournera sûrement et vous regardera par habitude. Ne le critiquez pas, c'est une bonne réponse. Corrigez-le simplement en le plaçant le long du mur. Une transition descendante maintenue avec un rythme du stick de haut en bas le fera reculer. Récompensez juste un pas au début, jusqu'à ce que vous puissiez demander 5 pas tout en restant au centre.

Pour progresser

- Une réponse précise est celle qui arrive en moins de trois foulées après le signal.
- Une aide vocale peut aider mais soyez sûr de sensibiliser le cheval à ce signal et non l'inverse.
- Aller avec le mouvement = accélérer.

- Aller contre le mouvement = ralentir.
- Améliorez la précision de la réponse tout en diminuant l'aide.
- Essayez d'effectuer toutes les transitions en restant au centre du rond de longe dans un cercle de la taille d'un cerceau.
- Combinez transitions et changements de direction.

A éviter

- Ne poussez pas votre énergie vers les postérieurs pour accélérer ou il se tournera et vous fera face. Placez votre énergie au moins un quart de cercle derrière lui.
- Ne « micro-managez » pas et ne désensibilisez pas votre cheval.
- Ne quittez pas le centre du cercle à moins que vous n'y soyez obligé.
- Ne chassez pas le cheval dans une transition montante, aidez-le à comprendre ce qu'est une transition.

Concepts utiles

- Obtenez autant que vous pouvez en en faisant le moins possible.
- Préparez le cheval à réussir et si ce n'est pas le cas, prenez-en la responsabilité.
- Si vous n'êtes pas clair dans ce que vous souhaitez, vous ne l'obtiendrez probablement pas.
- Votre présence doit conforter, guider et aider et non effrayer, agacer ou gêner.

Reculer, désensibilisation, immobilité, ramener.

Objectifs



- Demander à mon cheval de reculer de 5 pas. Etre capable de frapper le sol avec la cordelette sans qu'il anticipe un envoyer.
- S'éloigner du cheval. Il reste mentalement et émotionnellement connecté, mais physiquement immobile.
- Demander à mon cheval de trotter jusqu'à moi en utilisant un langage corporel clair.

A quoi sert cet exercice ?

- Mon cheval n'anticipe pas l'envoyer. Il lit mes intentions et reste connecté.
- Mon cheval peut reculer, rester calme et patient puis se hâter de venir à moi quand je l'y invite.
- Je peux lui demander de rester immobile et d'attendre pendant que je fais quelque chose d'autre, comme bouger un obstacle par exemple. Alors qu'il est physiquement immobile, il reste mentalement et émotionnellement connecté.

Comment dois-je faire ?

Demandez à votre cheval de reculer en restant droit face à vous. Voyez combien vous pouvez en faire peu tout en restant efficace. Quand votre cheval a reculé de 5 pas, détendez votre langage corporel, retirez l'énergie de votre corps et commencez à frapper le sol avec le stick et la cordelette. Le but est de vérifier que le cheval n'anticipe pas l'envoyer après les exercices précédents.

Si le cheval vous « lit », il verra qu'il n'y a pas d'intention dans votre langage corporel.

Eloignez-vous de lui en conservant ce manque d'intention. S'il vous suit, activez-vous et demandez-lui de reculer. Enlevez de nouveau toute intention dans votre langage corporel et aidez-le à comprendre que vous ne lui demandez pas de vous suivre. Au début, éloignez-vous seulement de quelques pas avant de le reconnecter et de l'inviter à vous rejoindre. Une fois que votre cheval commence à comprendre

l'exercice, augmentez votre énergie pour le ramener afin qu'il fasse un effort pour venir à vous.

Si, et seulement si, cela est nécessaire, utilisez le stick et la cordelette comme dans le degré 5, et frappez le sol pour que le cheval mette plus d'effort dans le ramener. Ne devenez pas dépendant du stick et de la cordelette pour le ramener. Le but est que le stick devienne une phase non nécessaire. Au début, vous aurez besoin de reculer vos pieds pour ramener le cheval à vous. Conservez la rectitude dans le ramener en faisant en sorte que le centre de votre poitrine soit une zone de confort. Faire en sorte que le cheval soit confortable avec vous ajoutera de la motivation dans son ramener. Ainsi, vous serez bientôt capable de moins bouger vos pieds alors qu'il bougera davantage les siens.

Pour progresser

- Si le cheval se bloque et ne vient pas à vous, déplacez-vous pour créer un angle et désengagez les postérieurs. Ceci déblocuera ses pieds, et vous pourrez ensuite le ramener à vous.
- Ayez un langage corporel clair afin de différencier quand vous demandez quelque chose et quand vous ne demandez rien.
- Penchez-vous légèrement en arrière, écartez vos bras et invitez votre cheval vers vous. Ne vous penchez pas en avant vers lui en le suppliant de venir. C'est un cheval, pas un chien.

A éviter

- Ne blâmez pas le cheval s'il anticipe ou ne vous lit pas. Vous devez être plus clair.
- N'obligez pas le cheval à se hâter vers vous, faites en sorte qu'il en ait envie (renforcement positif).
- Ne soyez pas trop fier au point de ne pas remettre le licol si nécessaire.
- N'utilisez pas le stick et ne demandez pas au cheval de venir à vous si c'est ce qu'il est en train de faire. Ceci ne ferait que l'agacer.
- Ne comptez pas sur le renforcement négatif, le renforcement positif sera plus efficace dans cet exercice. Caressez-le et grattez-le avec « le cœur dans la main ».

Concepts utiles

- Vous ne lui apprenez pas un tour, vous créez une connexion grâce à la communication et à la compréhension.
- Il est plus facile de s'inventer des excuses que de tester la vérité.
- Rien n'est plus agaçant que de se voir demander quelque chose qu'on est déjà en train de faire.
- La liberté renforce la connexion, elle démasque aussi les faiblesses.

Marcher et trotter à côté de chaque coude. Changer de côté

Objectifs



- Marcher et courir avec mon cheval qui reste à la hauteur de mon coude.
- En levant le stick sur le côté, demander au cheval de passer derrière mon dos pour changer de côté et se connecter au coude opposé.
- Changer de direction au pas et demander au cheval de changer de côté pour qu'il rester à la hauteur du coude extérieur.

A quoi sert cet exercice ?

- Mon cheval trouve du confort en étant à côté de moi, et rester avec moi devient son objectif.
- Mon cheval est équilibré. Il se laisse mener en longe « virtuelle » aussi bien de chaque côté.
- Quand je me déplace en cercle, je peux facilement passer mon cheval à l'extérieur en changeant de direction.

Comment dois-je faire ?

Pour préparer les choses afin de réussir, il est sage de vérifier quelques pré-requis en utilisant le licol et le lien de communication. Par exemple :

- Menez votre cheval au pas et au trot sans aucune pression sur le lien.
- Arrêtez-vous depuis le trot avec un cheval qui s'arrête à la hauteur de votre coude.
- Changez de côté en levant légèrement le stick sans avoir besoin d'utiliser le lien. (cf. exercice 18, degré 5)

Si vous avez correctement réalisé ces exercices du degré précédent, le retrait du licol et du lien ne sera qu'une simple formalité. A ce stade, il est très important que vous vous souveniez d'une règle simple :

Quand vous avez le lien, faites comme si vous ne l'aviez pas ; et quand vous ne l'avez pas, faites comme si vous l'aviez.

Si vous ne modifiez pas vos actions, votre cheval ne modifiera pas ses réponses. Si vous agissez différemment parce que vous n'avez plus le lien en main, votre cheval le remarquera et réagira différemment. Le meilleur moyen de ne pas changer vos actions est d'imaginer de manière très concrète que vous avez en réalité le lien dans vos mains. Pour accélérer, augmentez l'énergie de votre corps et gardez vos pieds dans le mouvement en avant. Si votre cheval n'accélère pas en même tant que vous, ajoutez du rythme de haut en bas avec votre stick qui doit toujours être dans la main du côté opposé au cheval. Dès qu'il répond en accélérant, arrêtez le mouvement du stick. Au début, arrêtez et grattez votre cheval à chaque fois qu'il arrive à la hauteur de votre coude. Votre coude doit devenir une zone de confort afin que l'objectif de votre cheval soit de le rejoindre rapidement.

Une fois que votre cheval est confortable avec un coude (généralement le droit), aidez-le à devenir aussi confortable avec l'autre. Pour changer de côté, levez légèrement le stick devant le cheval. Si votre préparation du degré 5 a été bonne, il cherchera rapidement la zone de confort du coude opposé. Marchez sur un huit de chiffre, en gardant toujours votre cheval connecté près de votre coude extérieur. Le changement de direction aidera votre cheval à trouver la bonne réponse. Attendez que votre cheval soit confiant au pas pour trotter. Ayez conscience de votre espace personnel en changeant de côté, sinon votre cheval risque de vous faire un croche-pied ou vous risquez de prendre un coup de tête lorsqu'il passe derrière vous. Vous aurez peut être besoin de toucher le cheval avec le stick s'il envahit votre espace personnel ou vous pousse. En plaçant votre cheval à l'extérieur d'un cercle, il devra faire un effort supplémentaire pour rester à la hauteur de votre coude. Changez souvent de direction en vous éloignant de lui jusqu'à ce que cela devienne son objectif de se dépêcher et d'être avec votre coude « confortable ».

Pour progresser

- Décidez de votre tracé et restez-y. Vous guidez le cheval, et non l'inverse.
- Ayez conscience de vos actions et n'agissez pas différemment parce que vous n'avez plus le lien de communication. N'oubliez jamais que les chevaux perçoivent les plus infimes détails.
- Lisez l'attitude de votre cheval et soyez sûr qu'il vous suit et ne vous chasse pas. Si vous êtes clair et intéressant, il sera respectueux. Si vous êtes difficilement lisible et ennuyant, vous ne gagnerez pas son respect.
- Faites en sorte que votre épaule devienne l'objectif du cheval en en faisant une zone de confort. En changeant de direction et en vous éloignant du cheval, il devra se dépêcher pour rester à la hauteur de votre coude, caressez-le quand il le rattrape.

A éviter

- Ne laissez pas le cheval influencer votre chemin en vous poussant, ou bientôt vous constaterez qu'il vous chasse au lieu de vous suivre.
- Ne laissez pas votre cheval envahir votre espace personnel quand vous changez de côté ou vous risquez d'être blessé.

- Ne soyez pas ennuyant ou vous perdrez de l'intérêt aux yeux de votre cheval. Faites en sorte qu'il continue à chercher des réponses.
- Ne demandez pas à votre cheval d'être léger et exubérant s'il est fatigué. Ceci ne ferait que le rendre amer et grincheux.

Concepts utiles

- Les chevaux sont sensibles aux changements les plus infimes des gens.
- Quand vous jouez ensemble, il est préférable d'être le meneur de jeu plutôt que le jouet.
- Si vous menez, il vous suivra. Si vous ne menez pas, il ne vous suivra pas.
- « Rien de forcé et d'incompris ne peut être beau »— Xénophon, 370 av J.-C.
- Ce que vous faites aujourd'hui affectera demain.

Le long de la barrière, trotter, arrêter, reculer et demi-tour (roll back)

Objectifs



- Avec un cheval le long de la barrière, marcher, trotter, arrêter et reculer de chaque côté.
- Avoir un cheval connecté pour qu'il avance quand j'avance, et s'arrête quand je m'arrête.
- Arrêter, reculer puis tourner mes épaules pour amener les antérieurs du cheval à faire demi-tour dans l'autre direction.
- Mettre de l'énergie ou de « la vie » dans le « roll back » (demi-tour) afin d'engager l'arrière-main et d'alléger l'avant-main.

A quoi sert cet exercice ?

- Mon cheval devient mon miroir. Nous développons des départs vivants, des arrêts nets, un reculer confiant et des changements de direction rapides.
- Ce type de changement de direction, « roll back », est très utile pour de futurs exercices.
- Mon cheval apprend à utiliser ses postérieurs pour alléger ses épaules.
- Mon cheval et moi apprenons un second type de changement de direction. 1-Yin et Yang, 2-Roll back.

Comment dois-je faire ?

Dans le degré 5, nous avons commencé à mettre le cheval au défi. Ces défis peuvent mener à l'exubérance et donner des résultats positifs, mais s'ils sont pratiqués exagérément, ils stressent le cheval et font plus de mal que de bien. Quand vous exposez le cheval à de tels défis et situations plus actives, vous marchez sur une lame de rasoir émotionnelle. Vous devez lire le cheval afin de pousser les limites de sa bulle émotionnelle sans la faire exploser. Si votre

préparation du cycle 1 et du degré 5 a été bonne, votre cheval devrait être fortement connecté à chacun de vos coudes. Marchez avec votre cheval le long de la barrière, arrêtez-vous et reculez. Testez la finesse de votre connexion. Pouvez-vous marcher 5 pas en avant, vous arrêter et reculer de 2 pas avec un cheval qui reflète vos actions ? Partez avec plus d'énergie pour que votre cheval parte directement au trot depuis l'arrêt.

Essayez de vous arrêter depuis le trot et reculez, puis repartez au trot depuis le reculer pour obtenir un cheval vif et connecté. Votre but est d'obtenir un cheval prêt à partir, prêt à s'arrêter et à changer de direction à tout moment sans anticiper ou faire de supposition.

Une fois que vous pouvez avancer, arrêter, et reculer activement à chaque main le long de la barrière, nous pouvons commencer à enseigner le « roll back ». Le « roll back » est un changement de direction rapide où le cheval engage ses postérieurs et ramène rapidement ses épaules sur 180° pour faire face dans l'autre direction.

Lorsque vous enseignez ce mouvement, allez doucement. Vous aurez peut-être besoin de remettre le licol et le lien pour aider le cheval à comprendre.

Votre langage corporel est capital pour réussir. Soyez particulièrement attentif à vos épaules. Si vous souhaitez aller en avant, vous arrêter et reculer, gardez vos épaules perpendiculaires à la barrière. Si vous souhaitez effectuer un « roll back », tournez vos épaules vers la tête du cheval. Utilisez le stick pour amener la tête, l'encolure et les épaules hors de la piste et vers vous. Quand les épaules quittent la barrière, continuez de tourner vos épaules tout en poussant les siennes jusqu'à ce qu'il fasse face dans la direction opposée.

Commencez au pas, et accélérez progressivement les choses. Continuez de mélanger arrêt, reculer et départ au trot avec les « roll back ». Si le cheval anticipe le « roll back », sa tête peut accidentellement vous percuter et risque d'endommager sérieusement votre nez et vos dents.

Le « roll back » depuis un reculer est une aide précieuse pour engager les postérieurs et obtenir des épaules légères. Un départ prompt à partir du « roll back » est également important pour l'aider à maintenir ses postérieurs engagés.

Pour progresser

- Mettez de la vie dans les pieds de votre cheval pour qu'ils s'allègent.
- Quand vous tournez vos épaules vers le cheval, reculez d'un pas et laissez de la place aux antérieurs pour qu'ils puissent passer, et évitez ainsi de vous casser les dents.
- Soyez prêt à bloquer la tête du cheval, et protégez votre tête au cas où il anticiperait accidentellement le « roll back ».
- Après avoir laissé passer les épaules, changez rapidement votre stick de main pour qu'il soit dans la main la plus éloignée du cheval et puisse être utilisé comme un accélérateur pour les postérieurs.

A éviter

- Ne demandez pas au cheval de bouger rapidement alors que vous restez dans son chemin. Laissez-lui de la place pour bouger.
- Ne soyez pas difficile à lire où le cheval fera des erreurs qui ne seront pas de sa faute.

- N'explosez pas sa bulle émotionnelle. Si les choses chauffent, ralentissez, et recommencez.

- Ne continuez pas de jouer jusqu'à ce que ce ne soit plus un jeu.

Concepts utiles

- Ralentissez un peu, nous ne pouvons nous permettre de perdre du temps.

- Un cheval peut bouger comme un chat si on l'y motive.

- Il est difficile pour le cheval de donner une bonne réponse s'il n'a pas la bonne information.

- Recherchez une vitesse gracieuse, une force douce, une légèreté puissante.

Petits cercles et changements de direction variés

Objectifs



- Au pas ou au petit trot, faire de petits cercles dans chaque direction en gardant mon cheval connecté à la hauteur de mon coude extérieur.
- Changer de direction sur le cercle de manière active en utilisant les différents changements de direction que j'ai appris :
 1. Mon cheval passe derrière mon dos
 2. Figure du Yin et Yang
 3. Mouvement du « Roll back »
- Mon cheval se met en cercle autour de moi comme s'il était en longe virtuelle.

A quoi sert cet exercice ?

- Mon cheval trotte autour de moi comme s'il était en longe virtuelle. Les connexions physiques ont été remplacées par une forte connexion mentale et émotionnelle.
- Je peux envoyer mon cheval sur un cercle en longe virtuelle et changer de direction sans perdre notre connexion.
- Comme mon cheval est connecté mentalement et émotionnellement, il s'incurve sur le cercle. Son attention est centrée sur l'intérieur du cercle.

Comment dois-je faire ?

Commencez par tester l'exercice 12. Une fois que votre cheval trotte à côté de votre coude, marchez en cercle en gardant votre cheval connecté à la hauteur de votre coude extérieur. Réduisez progressivement la taille de votre cercle. Quand vous diminuez votre cercle, jusqu'à la taille d'un cerceau environ, mettez de la vie dans votre corps.

Chaque fois que le cheval dévie, éloignez-vous de lui tout en activant votre stick en rythme de haut en bas. Dès qu'il retrouve votre coude, laissez-le être confortable. Dès que votre cheval s'éloigne de vous, devenez plus actif et faites en sorte qu'il cherche la zone de confort (votre coude). Il doit être confortable avec vous, et moins confortable loin de vous jusqu'à ce qu'il choisisse de rester à la hauteur de votre coude.

Au final, il deviendra moins dépendant de votre coude et trottera en petits cercles autour de vous comme s'il était en longe virtuelle. Pour changer de direction sur le cercle, vous disposez maintenant de plusieurs techniques. Votre cheval en trouvera certaines plus faciles que d'autres.

Vous pouvez marcher légèrement devant lui et lever votre stick pour l'encourager à changer de coude pendant que vous changez de direction. Vous pouvez tourner vos épaules et envoyer ses épaules comme pour un roll back avant de lui demander de se reconnecter avec votre nouveau coude extérieur. Vous pouvez aussi le ramener à vous depuis le cercle avant de lui tourner le dos et lui offrir un coude confortable auquel se connecter.

Il n'y a pas de changement de direction meilleur qu'un autre. Il y a simplement différentes façons d'atteindre le même objectif.

Mélangez-les, évitez que votre cheval anticipe, gardez-le en éveil et essayez d'obtenir des changements de direction et des cercles aussi bons des deux côtés.

Généralement, vous trouverez que votre cheval effectue des petits cercles autour de vous plus facilement dans un sens que dans l'autre. Continuez simplement de vous éloigner de lui et de le ramener à votre coude jusqu'à ce qu'il choisisse de ne plus s'en éloigner.

Comme toujours, équilibrez votre cheval pour être capable de l'envoyer aussi bien sur un large cercle que sur un petit. Ne rendez pas votre cheval trop confortable près de vous, au point où vous ne pourriez plus l'envoyer sur un cercle plus grand.

Votre but est de pouvoir envoyer le cheval autour de vous sur un petit cercle et changer de direction comme dans les exercices précédents, mais cette fois sans lien physique.

Pour progresser

- Quand votre cheval s'éloigne ou perd la connexion, activez votre stick de haut en bas. Quand il arrive à la hauteur de votre coude, arrêtez le mouvement du stick. Le cheval trouve ainsi le « bouton stop » du stick.

- Si votre cheval vous quitte ou devient confus, gardez ses pieds en mouvement jusqu'à ce qu'il trouve votre coude de confort puis autorisez-le à s'y reposer.

- Garder ses pieds en mouvement ne signifie pas le chasser ou le critiquer.

- Au final, votre cheval doit devenir moins dépendant de votre coude jusqu'à ce que vous puissiez vous concentrer davantage sur la ligne de conduite et le faire tourner en cercle comme s'il était en longe virtuelle.

A éviter

- Ne chassez pas votre cheval avec trop de pression s'il vous perd. Continuez simplement de bouger ses pieds et aidez-le à trouver une place confortable (avec vous).

- Ne demandez pas à votre cheval de choisir entre inconfortable avec vous et intolérable loin de vous, ou il restera avec vous mais avec une mauvaise attitude.

Concepts utiles

- Tout commence dans l'esprit, et le corps suit.

- Beaucoup de gens souhaiteraient que les chevaux aient la parole. La plupart devraient être contents qu'ils ne l'aient pas.

- Un cheval qui a le choix entre mauvais ou pire ne peut pas être un cheval heureux.
- Imaginez un couple talentueux de patinage artistique en musique : fluidité, rythme, force, grâce, vitesse, puissance, légèreté, complicité et beauté sont ensemble sur une lame de rasoir.

Déplacements latéraux avec la barrière, envoyer en déplacements latéraux ; déplacements latéraux sans barrière ; déplacements latéraux en étant face au cheval

Objectifs



- Envoyer le cheval en déplacements latéraux à gauche et à droite avec le nez face à la barrière. Combiner déplacement latéral et envoyer entre la barrière et moi dans un mouvement fluide.
- Envoyer mon cheval en déplacements latéraux à droite et à gauche sans avoir besoin de la barrière.
- En me tenant face à mon cheval, être capable de le bouger latéralement à gauche et à droite.

A quoi sert cet exercice ?

- Je combine le contrôle des antérieurs et des postérieurs pour déplacer latéralement mon cheval avec et sans barrière, sans avoir besoin d'utiliser des connexions physiques.
- Depuis des positions variées, je combine divers exercices pour améliorer la complicité de notre langage.
- Accroître l'énergie dans ces exercices ajoute esprit du jeu, exubérance et légèreté à nos séances.

Comment dois-je faire ?

Nous allons voir divers exercices de déplacements latéraux. Nous avons isolé et séparé beaucoup d'ingrédients, et nous pouvons maintenant les combiner et les mélanger pour ajouter de l'intérêt et de la variété aussi bien pour vous que pour le cheval.

Lorsque vous demandez un déplacement latéral le long de la barrière, vous ressentirez l'importance du dosage de la pression. Si vous appliquez trop de

pression vers les épaules de votre cheval, vous l'enverrez au loin. Si vous appliquez trop de pression vers les postérieurs, il désengagera et vous fera face.

Soyez en rythme avec les pieds de votre cheval : demandez simplement à chaque pied de croiser avec un mouvement rythmique binaire. Antérieur, postérieur, antérieur, postérieur. L'envoyer en déplacement latéral est le même que dans l'exercice 19 du degré 5. Après avoir déplacé latéralement le cheval le long de la barrière, désengagez les postérieurs, envoyez le cheval entre vous et la barrière, désengagez les postérieurs et au moment où les antérieurs se présentent à vous, poussez les épaules pour que le cheval termine face à la barrière. Depuis cette position, vous pouvez vous déplacer latéralement dans cette nouvelle direction et répéter l'exercice à l'autre main.

Utiliser la barrière aidera votre cheval avec le concept du déplacement latéral en liberté. Sans la barrière, essayez d'imaginer un couloir de confort. Si le cheval avance dans le déplacement latéral, activez votre stick et demandez-lui de reculer. Si le cheval avance de deux pas, reculez-le de quatre pour contrebalancer son « erreur ». Si le cheval recule de deux pas, avancez-le de quatre. S'il se déplace latéralement, faites en aussi peu que possible mais maintenez le mouvement. Votre cheval restera ainsi entre les deux murs actifs du couloir imaginaire.

Pour compléter l'exercice, placez-vous devant votre cheval, et utilisez le stick comme une extension de votre bras pour mobiliser les antérieurs et les postérieurs dans un mouvement combiné (déplacement latéral) à gauche et à droite.

Une fois que le cheval a dépassé la phase d'apprentissage, augmentez l'énergie dans ces exercices pour ajouter légèreté et exubérance.

Pour progresser :

- Ayez conscience de votre position (par rapport à la ligne de conduite) et de vos pieds (qui avancent) avant de corriger sa position et ses pieds.
- Contrebalancez ses « erreurs ». S'il avance d'un pas, reculez-le de deux.
- Définissez clairement les barrières de votre couloir de confort.
- Si vous utilisez votre présence et votre énergie efficacement, vous pouvez remplacer une gestuelle mécanique et brute par des gestes clairs, légers, fluides et discrets.

A éviter :

- Ne corrigez pas en permanence et n'assistez pas votre cheval. Aidez-le à trouver le « couloir de confort ».
- Ne faites pas des mouvements instables et saccadés, trouvez un rythme fluide et synchronisé avec votre cheval.
- Ne faites pas de mouvements dénués de sens. Si vous agissez c'est que vous attendez une réponse, sinon vous désensibilisez.
- Ne regardez pas les pieds de votre cheval, focalisez-vous sur la partie du cheval que vous souhaitez bouger.
- Evitez que le cheval avance ou que ses postérieurs traînent. Une fois que les déplacements latéraux sont appris et compris, vous pouvez envisager des variations.

Concepts utiles

- Si vous ne contrôlez pas les postérieurs, vous ne contrôlez pas le cheval.
- Ne blâmez pas le cheval pour avoir mal fait, enseignez-lui à bien faire.
- Le couloir de confort doit toujours être ouvert pour que le cheval le trouve. S'il peut le trouver, il le choisira.
- Proposez des défis et jouez avec votre cheval, mais assurez-vous de lui avoir expliqué les règles du jeu.

Connexion et direction derrière le cheval

Objectifs



- Faire reculer mon cheval vers moi par les jarrets et la queue sans utiliser d'autres artifices physiques.
- En tenant la queue, faire avancer mon cheval, puis arrêter et reculer.
- En me tenant derrière la ligne de conduite, mener le cheval et changer de direction en passant par le centre du rond de longe.

A quoi sert cet exercice ?

- Je crée une connexion plus forte, je mélange envoyer et ramener pour créer des lignes de conduite invisibles.
- J'aide mon cheval à changer d'œil plus facilement, par conséquent j'aide mon cheval à être meilleur.
- Je deviens plus conscient du dosage de la pression, du « feeling » et de ma position.
- Après avoir enseigné des réponses simples et isolées à de simples signaux, je combine et dose les signaux pour demander des réponses plus complexes et plus ambitieuses.

Comment dois-je faire ?

Reculer votre cheval vers vous par les jarrets et par la queue a déjà été réalisé dans l'exercice 7 du degré 5. Si ces exercices ont bien été compris, le retrait du licol ne devrait pas faire de différence. Grattez votre cheval sur la croupe, puis reculez, levez votre main et faites un appel de langue : votre cheval reculera bientôt vers vous. S'il ne le fait pas, menez-le par la queue jusqu'à ce qu'il comprenne que lorsque vous levez votre main et faites un appel de langue, il peut reculer pour trouver une gratouille. Si la réponse « aller en avant » est correcte en longues rênes, vous devriez mener en avant en étant derrière lui, dire « whoo » pour qu'il recule en maintenant la connexion. Employez des signaux clairs pour éviter les confusions. Revenez aux longues rênes si nécessaire, et voyez à quel point vous pouvez peu les utiliser jusqu'à ce que vous puissiez les enlever de nouveau. Les signaux que vous

employez (voix et langage corporel) doivent être clairement différents entre avancer, s'arrêter, et reculer.

La dernière partie de cet exercice testera vraiment votre « feel », votre « timing » et votre connexion. C'est un peu comme si vous meniez votre cheval sur un huit de chiffre (figure du Yin et du Yang) en « longues rênes virtuelles ». Le problème est qu'avec des longues rênes virtuelles, vous ne pouvez pas tirer ! Mais vous pouvez envoyer et ramener. Imaginez-vous dans un rond de longe : votre cheval est près du mur, à main gauche (sens inverse des aiguilles d'une montre). Tenez-vous à un cheval d'écart du vôtre et de trois quarts derrière lui, sur le côté, vers ses hanches. Votre cheval vous voit de son œil gauche. Faites un appel de langue, pointez la direction (main gauche) et menez (main droite) pour que votre cheval marche sur la piste.

Placez-vous en fonction des circonstances. S'il s'éloigne de la barrière, avancez et poussez votre énergie vers son œil et son épaule. S'il se déconnecte, mettez un peu d'énergie sur la hanche et reculez pour le ramener et obtenir qu'il se reconnecte. Il doit vous « garder » dans son œil gauche. Mettez un peu de pression vers la hanche (main droite), pendant que vous « ramenez » son œil (main gauche) pour qu'il s'éloigne de la barrière vers le centre.

Quand il quitte la piste, repositionnez-vous en avançant légèrement et en poussant votre énergie vers l'œil et l'épaule. Si vous ne marchez pas côte à côte, il continuera en cercle autour de vous ou désengagera.

Quand vous approchez le mur opposé, augmentez votre énergie vers l'œil et l'épaule gauches et envoyez (main gauche) cet œil loin de vous.

A ce moment, le cheval vous « perd » de son œil gauche et vous « retrouve » dans son œil droit. Quand il change d'œil, il peut être gêné car il y a un bref moment où il vous « perd ». Quand il vous a retrouvé, continuez dans la nouvelle direction et faites la même chose à main droite.

Pour progresser

- Utilisez la première partie de l'exercice pour construire une ligne de communication et une connexion invisibles entre votre cheval et vous.

- S'il se bloque, désengagez l'arrière-main pour le « débloquer ». Faites un appel de langue pour avancer, dites « whoo » pour vous arrêter. Grattez-le souvent pour qu'il ait envie de rester « en contact ».

- Ayez conscience de ce que font vos épaules (envoyer / ramener) à tout moment.

- Les étapes du mener au sol :

- Marchez le long de la barrière
- Eloignez-vous en
- Traversez le rond de longe en ligne droite
- Changez de direction et d'œil près du mur
- Répétez à l'autre main

Une fois que ceci est acquis dans le rond de longe, essayez de le faire dans un espace plus grand.

A éviter

- Ne le tirez pas par les jarrets et la queue, connectez-le vers l'arrière, jusqu'à ce que la pression physique ne soit plus nécessaire.
- N'essayez pas de régler un problème en liberté, remettez le licol, expliquez-vous, puis essayez de nouveau.
- N'oubliez pas l'importance de la position de votre corps, surtout celle de vos épaules. Vous avez un bras qui envoie et un autre qui ramène, et ils doivent travailler ensemble.
- Ne vous tenez pas trop loin derrière le cheval, ce qui le garderait en petits cercles. Ne vous tenez pas trop loin devant, ce qui l'enverrait au loin.
- N'apparaissez pas soudainement dans le « nouvel œil » au risque d'effrayer votre cheval. Laissez-le vous trouver.

Concepts utiles

- Quand le cheval change mieux d'œil, il devient meilleur.
- C'est en laissant votre cheval vous quitter que vous lui apprenez à rester.
- Soyez conscient de quel bras envoie et quel bras ramène, à quel moment et de quel endroit.
- Avant qu'une réelle communication puisse exister, nous devons établir un vocabulaire.

Travail en liberté dans de grands espaces

Objectifs



- Développer la connexion dans de grands espaces ouverts tels qu'un paddock ou un pré.
- Apprendre à mon cheval à ne pas me quitter en l'autorisant à le faire.
- Au final, éliminer toutes les contraintes physiques y compris les barrières.
- Faire confiance à mon cheval et tester la vérité.

A quoi sert cet exercice ?

- Je teste ma connexion et ma relation avec mon cheval. En l'autorisant à me quitter, il prend ainsi à ne plus le faire.
- Je n'ai pas besoin d'aller attraper mon cheval car il vient à moi.
- Je crée une connexion de base qui me permettra un jour de jouer avec mon cheval dans son pré.
- Ma connexion avec mon cheval est plus forte que n'importe quelle corde, même dans un grand espace ouvert.

Comment dois-je faire ?

Quand vous entrez dans un nouvel espace, il est sage de montrer à votre cheval les limites de celui-ci afin que votre cheval ne traverse pas une clôture au galop ne sachant pas qu'elle existait.

Concentrons-nous ici sur les stratégies possibles quand le cheval vous quitte. Il doit être clair que votre but ici n'est pas d'empêcher votre cheval de vous quitter car c'est uniquement en vous quittant que votre cheval apprendra à ne plus le faire.

Testez le contrôle des postérieurs et des antérieurs, puis marchez et courez avec votre cheval. S'il trotte, arrêtez-vous et caressez-le. Sinon, faites demi-tour vers lui et poussez ses postérieurs pour le ramener à vous. Continuez de tester votre connexion jusqu'à ce que vous trouviez son point de rupture. Assumez le fait qu'il vous quitte.

Ne le chassez pas, mais ne le laissez pas être confortable à un autre endroit qu'avec vous. Gardez-le en mouvement pour qu'il cherche une solution.

Ajustez la dose de pression que vous appliquez vers ses postérieurs ou sa hanche en fonction du niveau d'attention qu'il vous porte.

Si vous ne pouvez voir qu'une seule oreille, appliquez une légère pression vers la hanche. Tapez votre jambe par exemple. Si vous voyez la queue et aucune oreille, appliquez une pression plus importante vers ses postérieurs. Agitez le sac en plastique ou frappez le sol avec le stick et la cordelette.

Si vous voyez deux oreilles, détournez rapidement votre regard de lui et reculez ou tournez-lui le dos et éloignez-vous.

S'il vous suit, ralentissez et laissez-le vous rattraper, puis grattez son garrot.

Assurez-vous d'être en position de retrait à l'instant précis où votre cheval se reconnecte. Placez-vous de façon à ce que vous soyez facile à trouver, près de la barrière par exemple. Ainsi, lorsqu'il suit la clôture, il peut voir votre retrait et vous suivre.

Si votre cheval devient confus et effrayé, il est généralement préférable de le reconnecter et de recommencer. Quand il panique, il n'est pas dans un état d'esprit où il peut apprendre.

Dirigez-vous vers lui, présentez-lui votre main et attendez qu'il s'approche de quelques centimètres pour vous rejoindre et entrer en contact. Puis recommencez. Quand le cheval vous quitte, grandissez-vous et imaginez que vous fusillez du regard ses postérieurs quand vous marchez vers lui.

Dès qu'il vous montre la moindre attention, ne serait-ce qu'une oreille, détournez votre regard, relâchez-vous et éloignez-vous de lui en marchant.

Pour progresser

- Avant de commencer, assurez-vous d'avoir un bon contrôle des postérieurs.
- Soyez facile à trouver, mais ne vous mettez pas devant le cheval pour le bloquer. Si votre cheval vient vers vous, vous devez vous en éloigner.
- Pour avoir un bon « timing », vous devez être capable de prévoir ce qu'il va faire avant qu'il le fasse. Ainsi, vous n'aurez pas à vous mettre en position car vous y serez déjà.
- Adaptez-vous à votre cheval. Inconfortable ne signifie pas insupportable. Une mouche peut être inconfortable. Garder ses pieds en mouvement ne signifie pas le chasser.

A éviter

- Ne le chassez pas ou ne l'effrayez pas. Gardez-le simplement occupé.
- Ne commencez pas dans un espace trop grand où il pourrait s'arrêter et être confortable autre part qu'avec vous.
- N'essayez pas de toucher un cheval effrayé. Approchez votre main de $\frac{3}{4}$ et attendez qu'il s'approche du dernier quart pour vous toucher.
- N'en faites pas trop, sachez quand vous arrêter. Partez en laissant votre cheval se sentir bien avec lui-même et avec vous.

Concepts utiles

- Le cheval recherche du confort. Vous devez lui expliquer où il est et où il n'est pas.
- N'attrapez pas votre cheval, aidez-le à vous trouver. Il y a une grande différence.
- Faire confiance au cheval signifie enlever les contraintes physiques et tester la vérité.
- Pour travailler avec la nature du cheval, nous devons souvent travailler contre la nature humaine.
- Pensez à ce que ferait la plupart des gens, et faites l'inverse.

Mettre au défi votre connexion et votre communication. Liberté collective.

Objectifs



Dans un espace suffisamment grand, mettre au défi ma connexion et ma communication en :

- Contrôlant les pieds : mener, envoyer, pousser, ramener depuis chaque côté dans différentes directions, à des allures et vitesses variées et par-dessus divers obstacles.
- Maintenir cette connexion parmi d'autres gens et chevaux, malgré la nature grégaire du cheval. Faire en sorte que les autres personnes vous aident à renforcer cette connexion.

A quoi sert cet exercice ?

- Les fondations que j'ai établies dans le rond de longe peuvent être développées dans un espace plus grand.
- Je commence à ressentir la communication et la connexion ultimes au sol.
- Je contrôle les pieds et les mouvements de mon cheval. Je peux mener, envoyer, pousser et ramener depuis chaque côté, dans chaque direction à différentes allures, vitesses et par-dessus des obstacles divers. Que demander de plus !
- Le cheval est de nature grégaire, mais le mien préfère rester connecté avec moi plutôt que de me quitter pour rejoindre les autres chevaux.

Comment dois-je faire ?

Les défis que vous pouvez imaginer ne sont limités que par votre imagination. Voici quelques idées pour aller facilement au-delà des fondations que vous avez mises en place.

- Mobiliser les postérieurs et les antérieurs dans un mouvement continu en utilisant le sac plastique.
- Marcher et trotter avec mon cheval à la hauteur de mon coude. Contrôler la vitesse à l'intérieur du pas et du trot.
- Avec le cheval à la hauteur de votre coude, sauter de petits obstacles, passer par-dessus une bâche en plastique, arrêter et reculer.
- Envoyer le cheval par-dessus des obstacles, bâche en plastique, au travers d'espaces étroits, et par-dessus des directionnels (un tonneau isolé par exemple).
- Ramener le cheval à vous par-dessus un obstacle, à travers de l'eau et depuis de plus grandes distances.

Si votre cheval vous quitte, reconnectez-le comme dans l'exercice précédent et ne soyez pas trop fier pour remettre le licol si nécessaire. Le cheval se moque de votre égo.

La seconde partie de cet exercice concerne le jeu de groupe. Travailler en groupe est un excellent moyen de renforcer votre connexion. Comme dans le rond de longe, la qualité du travail détermine les résultats. Si vos assistants n'ont jamais joué à ce jeu, il vaut mieux commencer sans chevaux. Le rôle des assistants est de vous aider à diriger et pousser votre cheval vers vous quand il vous quitte.

Quand le cheval est perdu, les assistants ne doivent pas le chasser ou l'effrayer. Ils doivent lever une main dans votre direction et utiliser un rythme approprié avec l'autre main pour le repousser. C'est un travail d'équipe pour aider le cheval. Vous devez être facile à trouver et offrir un confort proportionnel à l'inconfort que le cheval a ressenti quand il était perdu. Plus il a été perdu, et plus il aura besoin d'être caressé et gratté avec affection.

Bientôt, les assistants pourront mener leurs chevaux tout en vous aidant. Ceci aidera votre cheval à être moins grégaire avec d'autres chevaux. Les assistants jouent le rôle du « méchant » afin que vous n'ayez pas à le faire. Bientôt votre cheval trouvera plus confortable d'être avec vous que n'importe où ailleurs. Confirmez ceci en vous arrêtant et en le caressant souvent, et ne continuez pas jusqu'à ce qu'il n'ait plus envie d'être avec vous.

Un objectif formidable serait d'imaginer qu'un jour, ni vous ni les assistants n'aient besoin de licol et que chacun relèverait des défis variés tout en gardant chaque cheval connecté à son cavalier.

Pour progresser

- Sachez quand vous arrêter.
- Arrêtez-vous toujours avec le cheval droit à côté de vous. Evitez qu'il vous bloque ou pousse. Gardez un mouvement fluide avec de larges courbes plutôt que de forts désengagements, et faites des transitions régulières plutôt que des arrêts brutaux.
- Plus longtemps le cheval est perdu, plus il aura besoin de confort quand il vous aura trouvé.
- Quand vous courez et jouez, soyez sûr que votre cheval respecte votre espace personnel.
- Aidez les assistants pour qu'ils aident les chevaux. Meilleure est l'aide, meilleurs seront les résultats.

A éviter

- Ne gardez pas toujours le cheval occupé quand il est avec vous. Occupez-le quand il ne l'est pas. Beaucoup de tranquillité signifie quelque chose pour le cheval, mais beaucoup d'entraînement n'est pas son idée du confort.
- N'empêchez pas votre cheval de vous quitter, autorisez-le à apprendre.
- N'employez pas des assistants qui ne connaissent pas le concept de la main qui envoie et de celle qui pousse ainsi que leur importance, où ils ne feront que rendre le cheval confus.
- N'énervez pas le cheval jusqu'à ce qu'il ne puisse plus réfléchir. S'il est trop perdu, avancez vers lui et reconnectez-le, laissez-le vous rejoindre puis recommencez.
- Ne chassez pas le cheval, continuez de le rediriger jusqu'à ce qu'il trouve son cavalier.

Concepts utiles

- S'il est perdu et effrayé, le punir n'aidera pas.
- Jouez avec votre cheval mais gardez à l'esprit que ce n'est pas un jouet, et que vous n'en n'êtes pas un non plus. Conservez le respect mutuel de chacun.
- La réelle connexion entre deux individus ne peut exister sans confiance et respect mutuels.
- Laissez au cheval la liberté de choix et d'expression ainsi que le droit d'apprendre.

Changements de pied et jeu dans le rond de longe

Objectifs



- Progresser en offrant motivation, imagination et inspiration.
- Dans un seul et même exercice fluide, combiner la pureté des allures, les transitions, les changements de direction et de pieds.
- Aider mon cheval à changer de pied au lieu de le lui faire faire.
- Motiver le cheval à jouer et à exprimer son exubérance au travers d'un « stress positif ».
- Mon cheval associe le rond de longe avec du plaisir et non de la torture.

A quoi sert cet exercice ?

- Je combine la pureté des allures et les transitions avec les changements de direction.
- Mon cheval change de pied en liberté tout en restant calme et équilibré.
- Je peux « jouer » dans le rond de longe pour créer exubérance, motivation, légèreté et pour que mon cheval fasse une association positive avec le rond de longe.
- Mon cheval peut passer rapidement d'exercices qui demandent un niveau élevé ou faible d'énergie sans devenir émotionnel ou troublé.

Comment dois-je faire ?

En créant cet exercice, notre objectif est de vous aider à garder le rond de longe intéressant.

C'est un endroit formidable pour développer l'esprit et l'envie de jouer du cheval s'il est correctement utilisé. S'il est mal utilisé, c'est l'effet inverse qui se produira. Vous devez maintenant être capable de combiner vos compétences pour réaliser l'enchaînement suivant :

- Envoyer le cheval à droite au trot, 3 tours
- Transition fluide au galop, 3 tours

- Changement de pied au vol au centre, vers la gauche
- Transition descendante au trot, pas, arrêt, reculer
- Ramener au centre au trot
- Se relâcher et caresser, désensibiliser
- Répéter à l'autre main

Le changement de pied ne doit pas être tenté avant d'avoir un galop équilibré, un ramener solide et un changement de direction fluide (Yin Yang).

La plupart des chevaux sont mentalement et émotionnellement tourmentés par les hommes au sujet des changements de pied. Que se soit au sol ou en selle, vous devez organiser le changement de pied avant de le laisser se réaliser. Voici quelques clefs pour vous aider à apprendre des changements de pieds calmes en liberté :

- Pas de préparation + pas d'ingrédient = pas de résultat
- Un changement de pied forcé est rarement correct et jamais beau à regarder.
- Ralentissez après chaque changement de pied, même s'il n'est pas réussi.
- Si le cheval se désunit, il est préférable de repasser au trot puis de redemander le galop. Chasser votre cheval ne lui fera qu'associer le changement de pied avec vitesse, pression et stress.

Pour un changement de pied réussi, tous les ingrédients isolés du changement de direction doivent être combinés dans un seul mouvement fluide.

1. POUSSER- les postérieurs à l'extérieur (main qui pousse)
2. RAMENER- les antérieurs à l'intérieur (main qui ramène)
3. FERMER - une porte ou une direction,
4. OUVRIR - l'autre porte / direction

L'ensemble dans un seul mouvement fluide
--

Voici quelques idées pour motiver l'esprit de jeu et l'exubérance de votre cheval.

- Accélérez et mélangez aller en avant, arrêter, reculer et changements de direction par « roll back ».
- Envoyer, désengager et envoyer de nouveau dans un mouvement continu en mettant plus de vie et d'énergie.
- Changements de direction rapides à côté de vous, devant vous (type « cutting ») et sur un petit cercle autour de vous.
- Passez rapidement entre énergie élevée et basse.
- Comme pour les hommes, la séance de votre cheval peut être influencée positivement et améliorée par un niveau contrôlé de « stress positif ».

Pour progresser

- Accélérez légèrement avant de changer de pied, ralentissez après.
- Ajoutez de la variété pour ajouter de l'intérêt. Soyez compris tout en restant imprévisible sans causer de « stress négatif ».
- Le propos n'est pas de gagner ou de perdre. Les changements de pied peuvent attendre demain. Qu'est ce qui est important, le changement de pied ou le cheval ?
- Vous devez être fluide et léger sur vos pieds si vous souhaitez que votre cheval le soit sur les siens.

A éviter

- N'accélérez pas si ce n'est pas solide lorsque les choses vont lentement.
- Ne pensez pas au changement de pied, pensez à rediriger l'énergie du galop, et laissez simplement le changement de pied se produire de lui-même.
- Ne demandez pas au cheval de jouer s'il n'est pas d'humeur joueuse. Jouez quand il est frais.
- N'amenez pas le cheval à associer les changements de pied avec pression et stress négatif.
- N'apprenez pas au cheval à ne pas changer de pied en pratiquant continuellement l'imperfection. Vérifiez vos ingrédients et attendez que votre cheval soit prêt.

Concepts utiles

- Vous aimez être avec votre cheval, est-ce qu'il aime être avec vous ?
- Préparez les choses et laissez-les arriver.
- Il y a une frontière fragile entre « stress positif » (exubérance) et « stress négatif » (résistance).
- Changer de pied au vol est parfaitement naturel pour le cheval, cela ne lui pose aucune difficulté.
- Ne travaillez pas sur le cheval, travaillez sur vous-même.

Motivation, imagination, inspiration, exubérance.

Objectifs



- Voir jusqu'où je peux progresser dans ma connexion et ma communication.
- Laisser libre cours à mon imagination et explorer les possibilités.
- Appréhender le cheval à son niveau.
- Laisser mon cheval s'exprimer et me montrer ce qu'il a à m'offrir.

A quoi sert cet exercice ?

- Les exercices détaillés m'ont donné les concepts pour aller plus loin « en liberté ».
- Je peux maintenant faire des choses avec mon cheval, pour mon cheval, à son niveau, et mieux satisfaire ses besoins.
- Mon cheval et moi nous nous amusons ensemble.
- Mon cheval ne m'associe pas qu'avec le travail mais aussi avec le plaisir.

Comment dois-je faire ?

Si vous avez construit votre vocabulaire et votre connexion avec succès jusqu'à ce point, vous avez maintenant tous les concepts nécessaires pour progresser sans limites. Maintenant, votre seule limite est votre imagination. Voici quelques idées pour vous aider au départ.

- Désensibilisation imaginative : aidez votre cheval à n'être effrayé de rien, mais prêt à tout.
- Jeu dans le paddock : allez souvent dans le pré de votre cheval et jouez. Décidez de ce que vous ferez en fonction de son humeur. Quittez-le toujours en faisant en sorte qu'il soit content de votre visite.
- Galoper avec vous : imitez le galop quand vous courez avec lui. Ne courez pas de plus en plus vite. Créez un signal préparatoire pour amorcer la transition au galop. Au départ, ne demandez que quelques foulées de galop et récompensez beaucoup.
- Ramener au galop : pour que le cheval galope vers vous, vous devez vraiment représenter le confort. Caressez-le et grattez-le beaucoup quand il vient vers vous, même si ce n'est qu'au trot. Faites en sorte que votre idée devienne la sienne, mais ne lui imposez pas votre idée. Les friandises (carottes par exemple) peuvent aider, mais assurez-vous d'avoir un respect total. La meilleure manière d'obtenir de la complicité avec un cheval passe par son esprit et son cœur, et non par son ventre. Ne le forcez pas à galoper vers vous, ou il le fera avec une mauvaise attitude. Utilisez plus de renforcement positif et faites en sorte qu'il veuille galoper vers vous. S'il pense qu'il y est obligé, il ne le fera probablement pas.
- Cercles et changements de direction : commencez lentement et reconnaissez le moindre progrès. Modulez votre présence pour être sur la même longueur d'énergie que la sienne. Soyez léger et fluide pour qu'il le soit. Au départ, laissez de la place au cheval. Bougez vos pieds pour enseigner, mais bougez-les progressivement de moins en moins. Construisez jusqu'au galop et aux changements de pieds.
- Changements de pied avec vous : quand votre cheval galope avec vous, changez de côté quand vous vous éloignez de lui. Il devra accélérer pour rattraper votre nouvelle épaule extérieure et changera probablement de pied. Assurez-vous qu'il respecte votre espace personnel !
- Sauter : avec vous, vers vous, à distance. Directionnels et obstacles intéressants. Toujours du plaisir, jamais du travail. N'en demandez pas trop. Sachez quand arrêter.
- Chargement dans le van : avec vous, vers vous, à distance, en reculant, etc. Soyez prudent, le van peut devenir si confortable qu'il vous quittera pour s'y cacher !
- Jeux : cabrer, faire des sauts de mouton, etc. peuvent faire partie d'un jeu actif. Prenez garde de ne pas devenir le jouet. Ne le forcez pas à se cabrer, trouvez ce qui le provoquera, puis récompensez. Attention : quand vous jouez, vous jouez à ses jeux; soyez sûr de savoir comment jouer. Demandez-lui des choses quand il en a envie, cela rendra l'enseignement et l'apprentissage beaucoup plus faciles. Laissez le cheval vous montrer les nouvelles choses qu'il a à vous offrir.

Maintenant travaillez avec votre cheval, pour lui et à son niveau.

Pour progresser

- Jouez quand le cheval est frais et joyeux. Ne critiquez pas son énergie, utilisez la !
- Le « timing » est la capacité à demander quelque chose au moment opportun pour

tous les deux.

- Le cheval doit se sentir gagnant et fier d'être un cheval.
- Le cheval a besoin de sentir que vous l'appréciez.
- Maintenant que vous avez les bases, vous pouvez progresser en utilisant plus de renforcement positif (gratouilles pour tous les chevaux, friandises pour certains).

A éviter

- Ne laissez pas votre cheval vous dépasser ou vous pousser quand il joue. Il pèse au moins 4 à 5 fois plus que vous. Il ne sait pas que vous avez un corps d'humain fragile.
- Ne perdez pas son respect pour vous et maintenez le vôtre pour lui.
- Ne tournez pas serré et ne vous arrêtez pas soudainement continuellement. Respectez sa taille et sa morphologie. Si vous vous arrêtez et tournez trop souvent, il ne fera bientôt plus l'effort de vous suivre. Soyez facile à suivre.
- Ne continuez pas de jouer jusqu'à ce que ce ne soit plus un jeu.

Concepts utiles

- Travaillez avec le cheval, pour le cheval et offrez-lui quelque chose.
- Ne tirez pas votre cheval à votre niveau, mettez-vous à son niveau, et travaillez depuis là.
- Les chevaux nous amènent à une meilleure compréhension de nous-mêmes.
- La liberté c'est être libre :
 - Liberté de penser
 - Liberté de faire des choix
 - Liberté de s'exprimer (jeu)
 - Liberté d'apprendre