



Corso base di Equitazione Western



Cavaliere 1° Livello



Corso base di Equitazione Western Cavaliere 1° livello

Corso di formazione per principianti realizzato ed utilizzato da SIWA Performance

In collaborazione con l' Ente di Promozione Sportiva ACSI rappresentata dal Dott. Claudio Bartelletti

Il Corso è suddiviso in quattro sezioni ed ha lo scopo di formare un cavaliere idoneo all' Equitazione Western di base, in grado di gestire con sicurezza un cavallo in completa autonomia , svolgere il lavoro in piano all'interno del maneggio e passeggiate al di fuori della struttura.

L'idea e la direzione del progetto dispense formative sono a cura di SIWA Performance

I contenuti formativi delle dispense sono stati realizzati con il contributo dei

sig. Walter Colleoni – tecnico di Equitazione Americana 3° livello

Tutti i disegni sono stati realizzati dalla sig.ra Margherita Corbellini

La trascrizione e la grafica è stata realizzata dalla sig.ra Denise Bonaccorso

L'utilizzo di queste dispense formative è a solo uso interno degli autorizzati da SIWA Performance né sono vietate la pubblicazione per intero o parte dei contenuti, o diversi utilizzi dagli scopi formativi.

Aggiornamento 20 Maggio 2015

Copyright SIWA Performance 2015





Per conseguire il brevetto Cavaliere di 1° Livello, i candidati devono essere in grado di eseguire i seguenti compiti e quelli che verranno giudicati pertinenti dall'esaminatore durante la valutazione dell'esame pratico, quali attitudine e tecnica, inoltre saranno valutati la tenuta del cavaliere, le condizioni di pulizia e di igiene del cavallo ed in generale le regole di sicurezza e comportamento del cavaliere.

BASI DEL CAVALLO A TERRA

- 1. Mettere la capezza e legare il cavallo in modo sicuro**
- 2. Fare una dimostrazione di strigliatura**
- 3. Dimostrazione della gestione del cavallo a terra**
- 4. Sellare e imbrigliare il cavallo**

BASI IN SELLA

- 1. Eseguire la salita e la discesa in modo accettabile**
- 2. Spiegare l'effetto della redine diretta e della redine di apertura e farne una dimostrazione**
- 3. Dimostrazione del metodo elementare per fermare il cavallo e farlo indietreggiare**
- 4. Mantenere l'assetto : il corpo, le gambe, le mani in posizione accettabile durante le tre andature: passo trotto e galoppo**
- 5. Dimostrazione degli aiuti relativi alle tre andature e riconoscere su quale piede galoppa il cavallo**
- 6. Superare la prova scritta, basata sui contenuti del programma Cavaliere 1° Livello**

I candidati dovranno sostenere un esame teorico e successivamente una prova pratica.

INDICE

MORFOLOGIA DEL CAVALLO

Aspetti in generale
La testa
Le regioni del corpo

IGIENE DEL CAVALLO

Procedura di strigliatura
Tolettatura
Cura e mantenimento dello Zoccolo
Il Maniscalco
Problemi di mascalcia
Dotazione di pronto soccorso
Salute del cavallo

GESTIONE DEL CAVALLO A TERRA

Principi di sicurezza
Legare un cavallo
Mettere e fissare la capezza
Principi di base del controllo del cavallo a terra
Conduzione del cavallo a piedi (senza sella)

EQUIPAGGIAMENTO

Finimenti
Tenuta del cavaliere
Descrizione della sella
Metodi per la bardatura

IN SELLA

Come montare a cavallo
Come smontare da cavallo
Assetto in sella posizione del busto, delle gambe e delle mani
Assetto e gli aiuti alle tre andature
Partenza al galoppo giusto
Gli Aiuti
Descrizione delle andature
Lo Stop
Back
Preparazione fisica del cavaliere

MORFOLOGIA DEL CAVALLO

ASPETTI GENERALI

I Cavalli vengono classificati per razza e anche in base alla struttura.

La classificazione in base alla struttura: brachimorfo, mesomorfo e dolicomorfo e i gruppi intermedi meso-dolicomorfi e meso-brachimorfi



Esempio di cavallo Brachimorfo Cavallo Belga

Brachimorfo

Cavallo più idoneo a sviluppare forza che velocità; torace ampio, forme potenti e massicce, linee corte e muscolatura più sviluppata in spessore che in lunghezza. Gli angoli delle articolazioni sono molto chiusi.

Brachimorfi sono i cavalli da tiro e da lavoro



Esempio di cavallo Mesomorfo Quarter Horse

Mesomorfo

Cavallo con struttura fisica molto più leggera rispetto al brachimorfo, ma comunque potente e compatta. E' il cavallo da esercito in età moderna, da caccia o da campagna, intesa come equitazione non agonistica; a questo tipo appartengono moltissimi cavalli moderni, soprattutto mezzosangue.



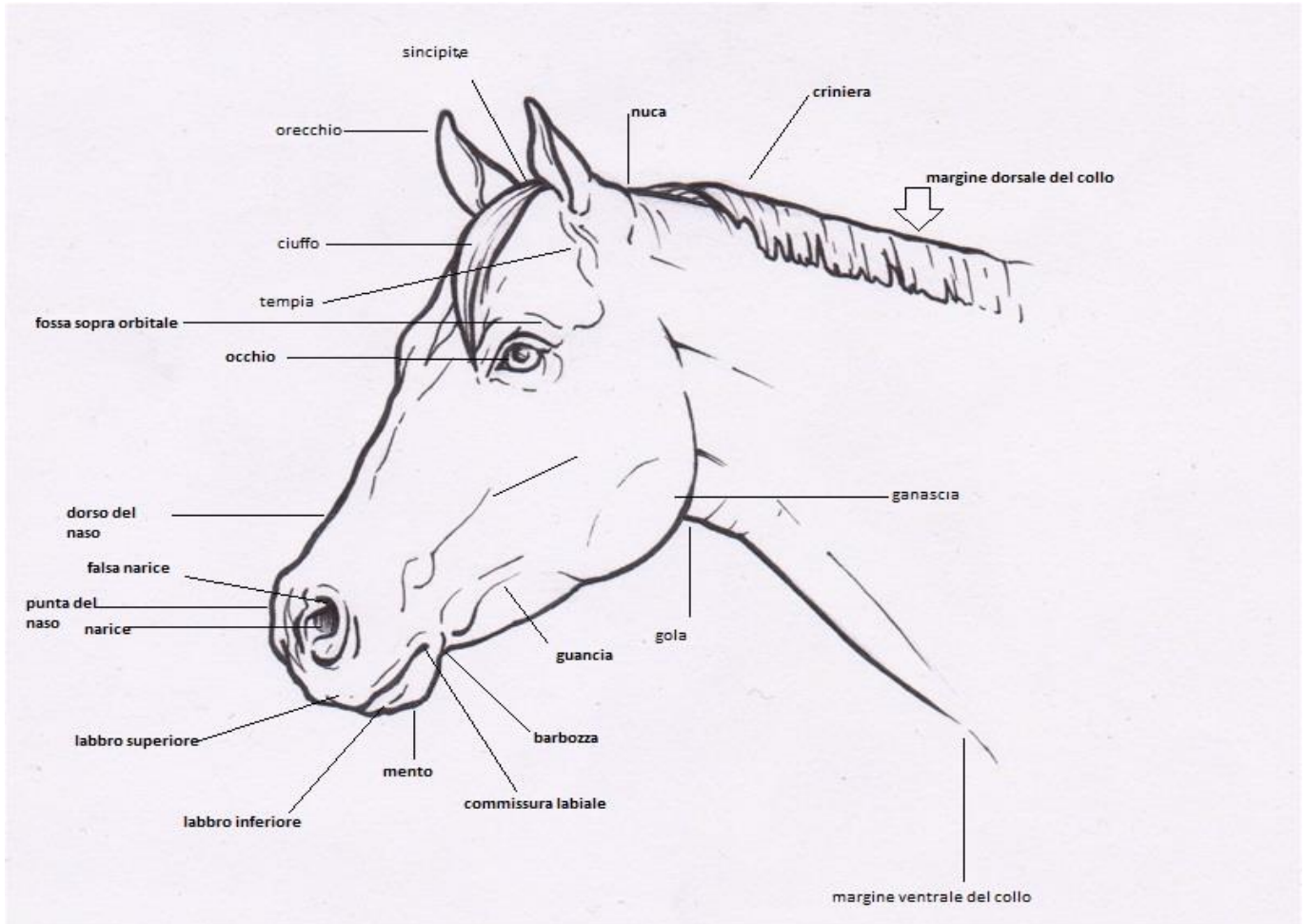
Cavaliere 1° livello

Dolicomorfo

Cavallo più idoneo alle andature veloci e allungate che alle prove di forza: ha torace ampio e profondo, linee allungate e articolazioni con angoli molto aperti. La figura è agile, leggera e slanciata.

MORFOLOGIA DEL CAVALLO

LA TESTA



Sincipite: è la prominenza ossea posta fra le orecchie

La fronte: forma la parte superiore del muso, regione compresa tra orecchie e tempie

Il naso: è il prolungamento della fronte; termina all'estremità delle narici

Le barre : poste all'interno della bocca nella mascella inferiore sono spazi di sola gengiva tra i denti molari e gli incisivi

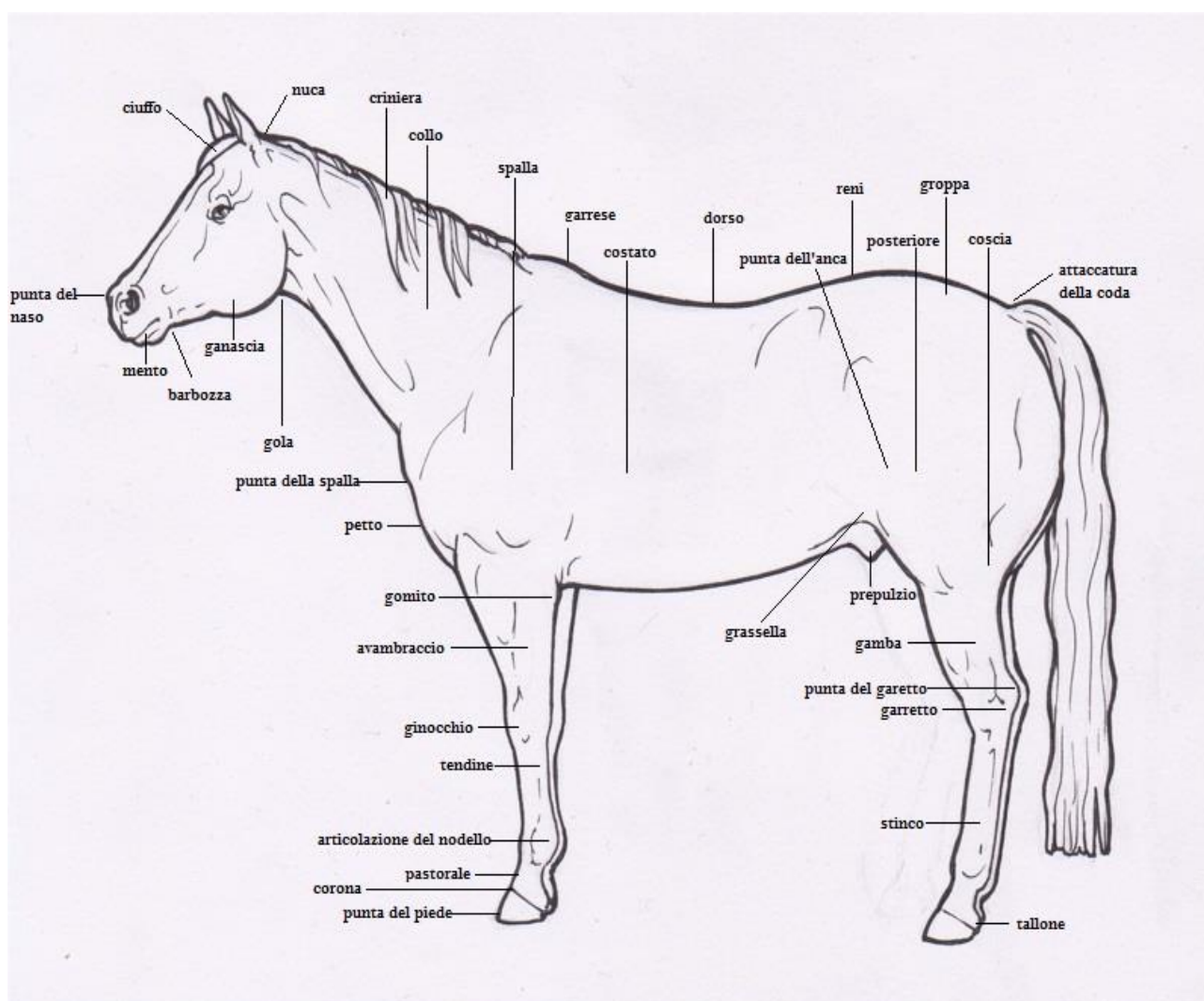
La nuca è la parte immediatamente dietro le orecchie perpendicolare all'incollatura

La **Cresta** costituisce la parte superiore dell'incollatura e si estende dal garrese fin dietro le orecchie

Le **fosse sopraorbitarie o fontanelle** sono le depressioni che si trovano sopra le orbite, che con l'età si accentuano

MORFOLOGIA DEL CAVALLO

IL CORPO



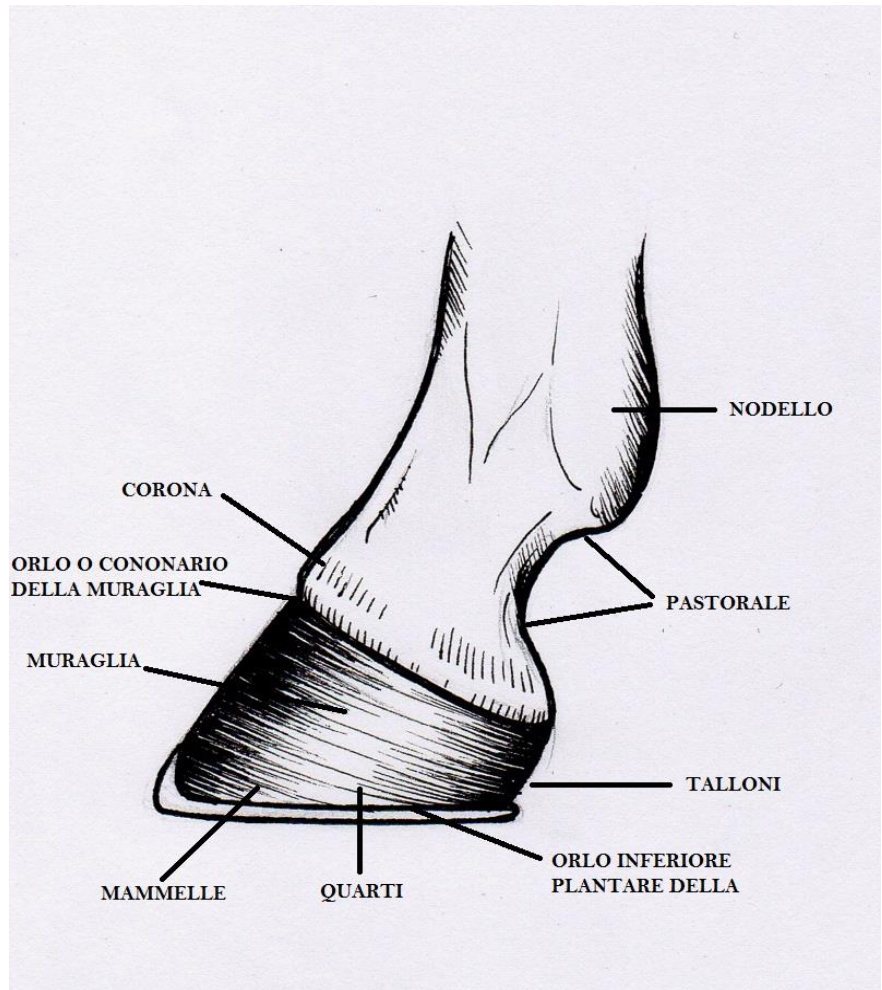
In questo schema sono rappresentate le principali regioni del corpo del cavallo.

MORFOLOGIA DEL CAVALLO

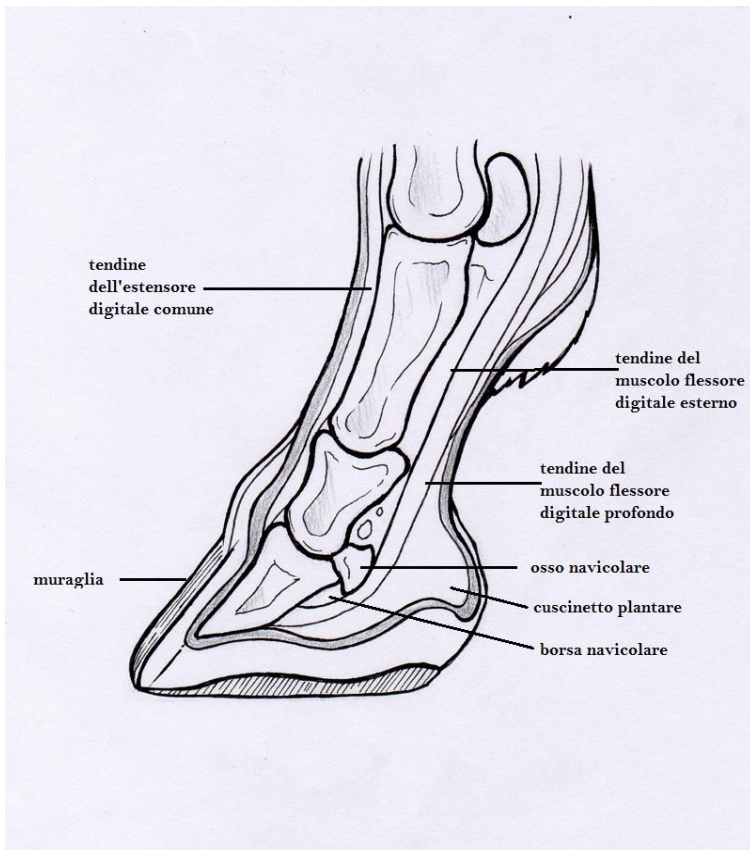
LE PRINCIPALI REGIONI DEL CORPO

- **La punta della spalla** è un angolo osseo prominente. Questo angolo si trova da ogni lato del pettorale e un po' al di sotto della giuntura d'incontro tra l'incollatura e la spalla.
- **Il garrese** è una protuberanza ossea che forma il prolungamento del dorso. Dal punto più alto del garrese al suolo si misura l'altezza del cavallo.
- **Il dorso:** dal punto di vista anatomico è la parte di colonna vertebrale nella quale si inseriscono le costole. Il garrese fa parte del dorso.
- **Le reni** si trovano fra il dorso, la groppa ed i fianchi. Comprendono quella parte della colonna vertebrale dove non ci sono più costole e che tocca il limite del bacino superiore.
- **La punta della natica** è quella prominente ossea che precede la radice della coda.
- **La coscia:** in alto congiunta alla groppa, in basso alla gamba e alla grassella.
- **La grassella** è l'articolazione della gamba posteriore che si trova nella parte inferiore del fianco e che corrisponde al nostro ginocchio. La punta della grassella è la parte immediatamente davanti all'articolazione.
- **Il fianco** è la parte molle del cavallo, ricopre in parte l'intestino. Quest'area è delimitata anteriormente dalle costole e posteriormente dalla coscia e dalla punta dell'anca, inferiormente dalla pancia- ventre.
- **L'addome** è quella grande cavità che contiene le viscere.
- **La groppa** è la parte superiore del corpo, anteriormente tra le reni, posteriormente dalla coda.
- **La punta dell'anca** è una superficie ossea prominente che si trova un po' arretrata rispetto all'ultima costola.
- **Il garretto** è l'articolazione posteriori che si trova tra la gamba e lo stinco.
- **La punta del garretto** è una protuberanza ossea che si trova nella parte supero-posteriore del garretto stesso.
- **Il gomito** fa parte dell'avambraccio è formato da una grossa prominente ossea tra la parte superiore e posteriore dell'avambraccio. La punta del gomito è la parte sporgente.
- **Le castagnole** sono delle escrescenze ossee che troviamo all'interno degli arti
- **Il ginocchio** è l'articolazione posta tra l'avambraccio e lo stinco.
- **Lo stinco** è l'osso posto tra il ginocchio e il nodello.
- **Il nodello:** è un articolazione formata dall'unione dello stinco con il pastorale. Ha un ruolo estremamente importante nell'ammortizzare la battuta in movimento. La faccia posteriore del nodello porta un'escrescenza ossea detta sperone. Vi è un ciuffo di crini posteriormente al nodello, la cui funzione è quella di proteggere il pastorale da traumi superficiali.

LO ZOCCOLO



Disegno schematizzato dello zoccolo e parte dell'arto. Per identificare le varie zone.

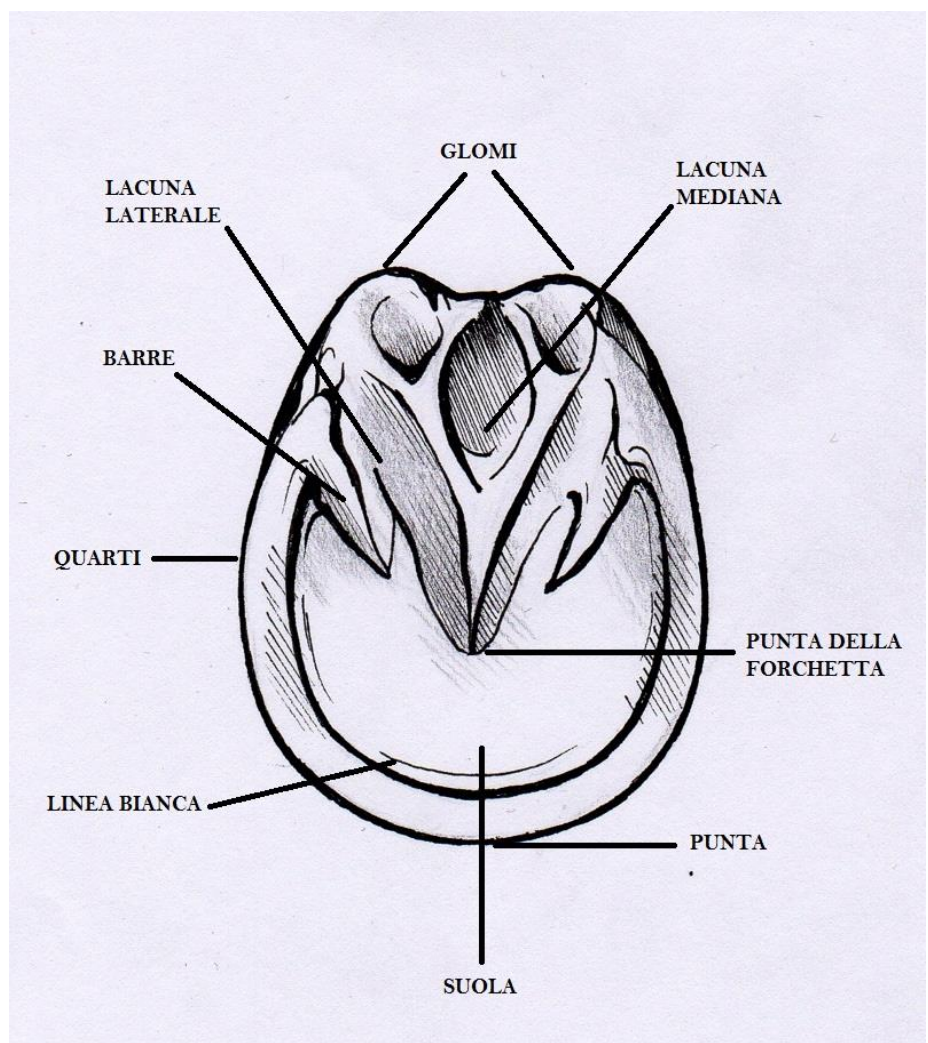


Disegno schematizzato dell'interno dell'arto. Mostra i tendini flessori e l'osso navicolare.

LO ZOCCOLO

- Il **pastorale** è composto tra le due ossa situate fra il nodello e lo zoccolo
- La **corona** è la regione compresa tra il pastorale e lo zoccolo.
- Lo **zoccolo** è la parte cornea che protegge l'arto inferiore. La parte esterna dello zoccolo è la muraglia o parete. L'esterno della muraglia è duro e fibroso. La parte interna è costituita da uno strato corneo molle e non fibroso
- La **forchetta o fettone** è il cuscinetto triangolare che si trova posteriormente nel mezzo della parte dello zoccolo che tocca il suolo. La suola costituisce la superficie plantare dello zoccolo.
- Le **lacune della forchetta o fettone**, dividono la linea mediana del fettone e formano una depressione da ogni lato.
- Le **barre dello zoccolo** sono una parte della muraglia che si sviluppa internamente partendo dal tallone e che risultano parallele alle lacune del fettone.

Disegno schematicizzato della parte inferiore dello zoccolo. Mostra nel dettaglio il fettone e le lacune dello stesso. La parte inferiore dello zoccolo va sempre controllata e pulita, prima e dopo aver montato a cavallo, per verificare che non vi siano tagli o piccole abrasioni oppure corpi estranei che si possono incastrare tra il ferro il zoccolo stesso, come ad esempio un piccolo sasso o un legnetto



IGENE DEL CAVALLO

La procedura di strigliatura va eseguita sia al momento della vestizione del cavallo, sia al termine del lavoro, quando vengono tolti i finimenti, facendo particolare attenzione a quelle zone a contatto il sottopancia, la sella o il sottosella, eliminando con cura i residui di sporco o sudore che potrebbero dare origine alle "fiaccature" piccole abrasioni della cute.

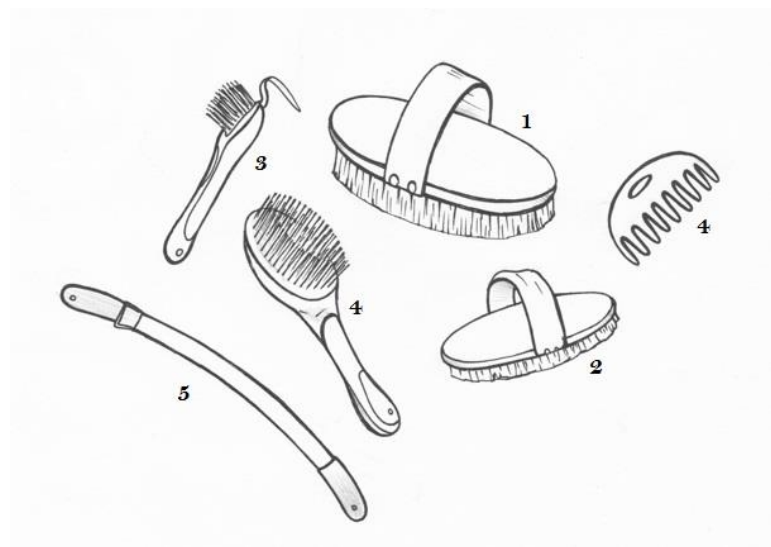
Strigliatura

1. Utilizzare una striglia in caucciù, spazzolando circolarmente per stimolare la circolazione e la secrezione sebacea.
2. Utilizzare una brusca dura , con stole rigide, e spazzolare con piccoli movimenti rapidi. Questo permette alle setole della spazzola di penetrare il mantello ed eliminare lo sporco e la pellicola di forfora. Non bisogna utilizzare ne la striglia ne la brusca dura sulle ossa del cavallo. (testa e parte inferiore delle gambe).
3. Utilizzare la brusca a setole morbide, con movimenti lunghi e morbidi al fine di togliere lo sporco e spargere il sebo naturale su tutto il manto. Per le gambe e la testa utilizzare una spazzola molto soffice
4. Pettinare la coda e criniere con una pettine da coda o con una spazzola per coda e criniera.
5. Pulite occhi e narici con una spugna morbida, utilizzate un'altra spugna morbida per la regione del sottocoda.
6. Asciugate tutto il manto con l'aiuto di un panno soffice, dopo il lavoro se il cavallo è sudato, potete utilizzare gli appositi accappatoi, sia in pile che in spugna.
7. Pulite ogni zoccolo come nella sezione "mantenimento e cura degli zoccoli"

Tolettatura

Se un cavallo è lasciato al pascolo non gli si devono tagliare né coda né la criniera perché servono all'animale per allontanare gli insetti molesti.

Se invece è tenuto in scuderia è possibile tagliare i peli del muso e delle orecchie, regolare il ciuffo, la coda e la criniera e tosare quella parte della nuca dove vengono sistemate testiera e capezza.



1. Brusca Dura
2. Spazzola a setole morbide
3. curasnette
4. spazzole e pettine x coda e criniera
5. Stecca

IGENE DEL CAVALLO

Cura e mantenimento degli zoccoli

Dovete assicurarvi della pulizia degli zoccoli, prima e dopo aver montato a cavallo. Con il Curasnette o nettapiedi pulite le lacune del fettone. Togliete tutti i corpi estranei, come i sassolini ed il letame, in quanto il letame può causare la putrefazione del fettone stesso.

Quando pulite gli zoccoli, verificate regolarmente il loro stato e quello dei ferri. Il vostro istruttore vi può mostrare praticamente come fare. Il buon mantenimento degli zoccoli, dipende in gran parte dall'igiene e dalla cura che presterete.

Osservate i seguenti principi sia che lo zoccolo abbia il ferro o meno.

1. Mantenete un angolo e una lunghezza appropriate all'unghia
2. Badate che sia rispettata la funzione di tutte le parti dello zoccolo, come la flessibilità ed elasticità del cuscinetto plantare; assicuratevi che lo zoccolo ed in particolare il fettone subiscano uguale pressione nel momento in cui entrano in contatto con il suolo
3. Non pensate che lo zoccolo non ferrato di un cavallo al pascolo o in scuderia si mantenga in buono stato da solo, dobbiamo controllarlo regolarmente per evitare eccessiva usura ed in certi casi la ferratura può risultare necessaria.
4. L'agente protettore naturale dello zoccolo è secreto da una ghiandola posta sotto i peli della corona, posteriormente, sopra i talloni. Se questa zona dovesse essere ferita, lavatela accuratamente e trattatela in modo che lo zoccolo possa mantenersi in buono stato.
5. Non bisogna lavare in modo esagerato gli zoccoli, perché i lavaggi troppo frequenti possono seccare la muraglia e riducono la resistenza ai traumi.
6. All'inizio della giornata prestate le cure necessarie alle lacune del fettone.
7. Ungete gli zoccoli con prodotti specifici. Ciò conserva l'umidità, la flessibilità e l'elasticità dello zoccolo
8. Nel momento in cui si manifesta una secrezione o un'infezione nelle lacune del fettone, utilizzate un buon disinfettante, se occorre fasciare la parte infettata.

Abitualmente è necessario ferrare il cavallo, per prevenire l'usura eccessiva dello zoccolo ed assicurare una buona protezione ed una buona presa sul terreno.

Bisogna verificare regolarmente la ferratura e cambiare i ferri.

Dopo aver tolto il ferro il maniscalco taglia l'unghia in eccesso, così come la suola e il fettone e rimuove tutti i corpi estranei. Disinfetta la piccola ferita e adatta il nuovo ferro alla forma della muraglia, per poi sagomarlo secondo la curvatura dello zoccolo.

Gli zoccoli anteriori hanno una forma a "U" mentre i posteriori a "V".

Un ferro necessita da sei a otto buchi per fissare i chiodi.

Ogni ferro deve combaciare perfettamente alla forma di ogni zoccolo, integrandosi a esso per correggere i problemi di andatura, sia per la parte interna che esterna (tali correzioni devono essere apportate prima che il cavallo compia 4 anni o anche se quest'ultimo effettua un lavoro leggero, in ragione dei rischi di distorsione delle articolazioni e dello stiramento dei tendini).

Lo zoccolo è una parte molto fragile e delicata, suscettibile a subire incidenti e malattie. Il maniscalco conosce il tipo di ferro appropriato per ogni cavallo, in base al lavoro che deve eseguire.

COMPITI DEL MANISCALCO

Cure dello zoccolo

Gli istruttori devono sapere che bisogna tagliare gli zoccoli della maggior parte dei cavalli circa ogni 45 giorni, al fine di assicurarsi che il cavallo mantenga una lunghezza normale dello zoccolo e che il peso sia ripartito ugualmente su ogni parte dello zoccolo, in particolare sul fettone. Un lavoro lento e regolare su una superficie dura favorisce la crescita dell'unghia. Bisogna riservare le stesse cure ad un cavallo ferrato se tenuto al pascolo. I bordi dello zoccolo devono essere tagliati regolarmente per evitare che lo zoccolo si scheggi. Può succedere che un cavallo con i piedi delicati abbia bisogno di portare sempre i ferri affinché lo zoccolo non si deteriori irreparabilmente.

Riassumiamo per punti le cure che dobbiamo riservare allo zoccolo.

1. Evitare di togliere le protezioni naturali, quali ad esempio i peli della corona; occorre tagliarli esclusivamente in caso di ferita.
2. Curate e pulite gli zoccoli prima del lavoro; se è indispensabile fate bagni ai piedi con particolari sostanze medicali, ma non abusate perché l'acqua indebolisce la resistenza dell'unghia
3. Pulite lo zoccolo tutti i giorni con il nettapiedi, togliete la sporcizia e le parti friabili e caduche della suola e del fettone.
4. Ingrassate moderatamente lo zoccolo per mantenerne l'elasticità. È consigliabile ingrassare lo zoccolo prima di bagnarlo.
5. Trattate tutte le eventuali secrezioni che fuoriescono dalla suola o dal fettone applicando prodotti astringenti.

Bisogna verificare frequentemente la ferratura e cambiare i ferri all'occorrenza.

Il cavallo va ferrato in funzione del lavoro che dovrà eseguire, esistono tipi differenti di ferri, adatti a tipi lavoro o terreno differenti.

I ferri dei cavalli da corsa sono leggeri e sottili, dato che il loro scopo è quello di aiutare lo zoccolo ad aderire alla pista.

I cavalli da reining hanno ferri posteriori lisci, appiattiti e allungati posteriormente, per permettere al cavallo di mantenere l'equilibrio durante lo sliding stop.

Se si cambia tipo di lavoro, si dovrà necessariamente cambiare tipo di ferratura.

La scelta di un buon tipo di ferro aiuterà a correggere alcuni problemi, come quello del cavallo che inciampa o si tocca.

Se la ferratura è adeguata anche un cavallo sofferente potrà riprendere il suo lavoro. Un buon ferro contribuirà ad alleggerire la pressione, ad eliminare gli effetti delle sobbattiture a correggere la crescita difettosa dello zoccolo.

Un buon maniscalco tiene comunque conto di questi fattori.

LA cura ed il mantenimento degli zoccoli, tra una ferratura e l'altra contribuisce ad individuare rapidamente eventuali problemi dei piedi prima che si manifestino in modo grave.

Problemi di mascalcia

Attingere

Quando lo zoccolo tocca il nodello opposto

Forgiare

Quando lo zoccolo posteriore tocca la punta del piede anteriore quando è flesso

Raggiungere

Quando la punta del piede posteriore tocca il tallone del piede anteriore.

SALUTE DEL CAVALLO

E' necessario conoscere le principale regole igieniche ed applicarle in modo intelligente per avere e mantenere il cavallo in ottima salute e per poter così svilupparne le attitudini.

Un cavallo in buona salute è più disposto a lavorare e ci si aspetta che possa vivere più a lungo.

Alcune malattie sono causa di un' errata applicazione delle elementari regole di igiene.

La salute del cavallo è determinata da più fattori: la stagione, il clima, l'età, il sesso, l'alimentazione, il lavoro, ecc....

La temperatura normale di un cavallo è attorno ai 37,7 gradi.

Se questa dovesse raggiungere i 38,8 comunicatelo immediatamente al veterinario. Per misurare la temperatura di usa il termometro veterinario perché munito di sicurezza.

La temperatura di un cavallo si misura tramite rilevazione rettale.

Il polso normale di un cavallo a riposo è di 40 pulsazioni al minuto, si misura tastando la mandibola, un poco in avanti verso la gola.

DOTAZIONE DI PRONTO SOCCORSO

Ogni cavaliere dovrebbe avere a disposizione quei farmaci che gli permettono di risolvere i piccoli problemi di salute che normalmente possono affliggere un cavallo.

Una buona borsa di pronto soccorso di base deve contenere

- Garza, cotone idrofilo
- Pomata antibiotica
- Termometro
- Disinfettante, tintura di iodio
- Acqua ossigenata
- Una sostanza per coagulare il sangue
- Il numero del veterinario.



GESTIONE DEL CAVALLO A TERRA

Principi di sicurezza

- I principianti devono ricorrere all'aiuto di un istruttore
- Non avvicinate mai un cavallo da dietro, e nel caso cercate sempre di far sentire la vostra presenza all'animale toccandogli delicatamente la groppa durante i passaggi.
- Quando vi avvicinate ad un cavallo parlategli e toccatelo per indicargli dove siete
- Mettersi sempre sul lato sinistro
- Per condurre un cavallo usate sempre una longhina abbastanza lunga, per evitare che fugga qualora dovesse impennarsi.
- Non avvolgete mai la longhina attorno alle vostre mani, polsi o peggio attorno al corpo.
- Assicuratevi sempre che il vostro equipaggiamento sia in ottimo stato, da questo dipende la vostra sicurezza.
- Mettete la sella in modo corretto e sicuro sul dorso del cavallo e tirate leggermente il sottopancia, fate avanzare di qualche passo il cavallo e verificate la tensione del sottopancia.
- Qualora il cavallo fosse agitato, fatelo girare in un cerchio diminuendo gradualmente il diametro sino a quando non si sarà calmato.
- Quando uscite in passeggiata, mantenete sempre la distanza di sicurezza tra un cavallo e l'altro, circa la lunghezza di un cavallo. Prestate attenzione a possibili ostacoli naturali.
- Andate al passo per salire o scendere una collina.
- Rallentate quando attraversate un terreno roccioso, sabbioso, rallentate anche se il terreno è ghiacciato o comunque non vi sembra in condizioni stabili.
- Evitate le strade asfaltate e se dovete attraversarle andate sempre al passo.
- Una buona passeggiata a cavallo può essere molto rilassante sia per il cavallo che per il cavaliere, basta prestare attenzione ai possibili imprevisti e mettersi sempre nelle condizioni di sicurezza.

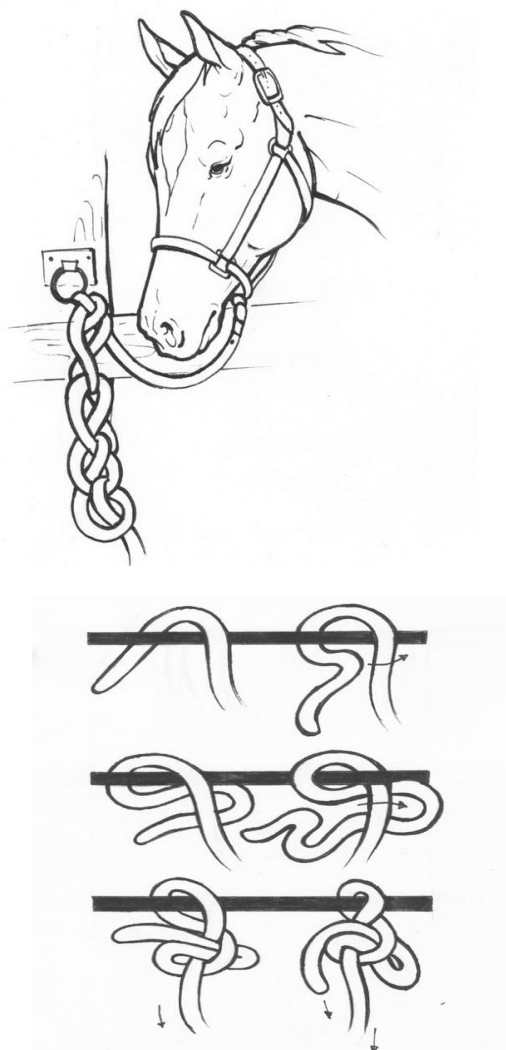
- Evitiamo di rientrare in maneggio ad andatura sostenuta, ma facciamo rilassare il cavallo anche durante il percorso di rientro.

Come legare un cavallo

Quando legate un cavallo è importante adottare un nodo che sia facile da disfare. Non legate mai il vostro cavallo ad un ramo o ad uno steccato o comunque a qualcosa che sia facile da spostare.

Bisogna poi legarlo ad una giusta altezza lasciandogli poca corda, come riferimento potete utilizzare la lunghezza del collo del cavallo, la corda non deve mai essere più lunga del collo del cavallo in modo da evitare che possa attorcigliarsi e bloccare il cavallo in posizioni innaturali.

Fermate il nodo facendo passare l'estremità nell'ultimo anello della catenella.



Come fissare la capezza

Le migliori capezze sono in cuoio o in nailon.
L'importante è che la capezza sia della giusta misura per la taglia della testa.
La capezza è posizionata bene quando lo spazio tra essa e la testa è di circa 2 dita
Qualora il cavallo sia nel box, bisogna togliere la capezza che va utilizzata solo al momento di trattenere il cavallo al momento di muoverlo o legarlo.

Principi di base del controllo del cavallo a terra

Un cavaliere deve saper controllare il proprio cavallo a terra prima di montarlo. Ciò significa che deve essere in grado di portarlo in qualsiasi direzione con l'utilizzo della capezza, farlo arretrare e mantenerlo in posizione stabile al momento dell'arresto.

Ecco di seguito alcuni principi che è bene conoscere e mettere in piedi.

- Non conducete mai un cavallo con la corda intorno al collo.
- Non tenere mai un cavallo con la capezza quando lo spostate, ma attaccate sempre la longhina.
- Per condurre un cavallo mettersi alla sua sinistra a lato della testa, vicino alla spalla.
- Impugnate la longhina con la mano destra circa 15 cm dalla capezza. Tenete il resto della longhina piegato nella mano sinistra.
- Per far avanzare il cavallo incoraggiatelo con la voce ed avanzate anche voi.
- Non mettersi mai arretrati rispetto alla spalla del cavallo per condurlo.
- Per fermare il cavallo, dategli l'ordine verbale, tirando la longhina verso il petto del cavallo. Se non dovesse obbedire tirate la longhina con maggiore energia.
- Per far arretrare il cavallo mettersi in fronte alla spalla sinistra, e dopo aver dato un ordine verbale, esercitate una leggera trazione sulla longhina. Camminate in direzione del cavallo
- Per girare a destra, è sufficiente spingere la testa del cavallo verso destra, forzando il cavallo a girare sulle anche. Per motivi di sicurezza conviene far girare il cavallo sempre verso destra. Dovendolo fare girare a sinistra la mano sinistra dirige la testa, la mano destra si appoggia alle costole.

CONDUZIONE DEL CAVALLO A PIEDI (non sellato)

Le manifestazioni di presentazione alla longhina (morfologia) costituiscono un evento di prim'ordine per dimostrare l'importanza dell'addestramento di un cavallo non sellato.

E' un ottima occasione per tutti i cavalieri, sia giovani che adulti, di mettere in pratica le corrette tecniche di addestramento, al fine di ottenere la massima sicurezza nel governo di un cavallo.

Condurre correttamente un cavallo non sellato, aiuterà ad avere una maggior sicurezza anche durante il lavoro in sella.

Il cavaliere deve dimostrare al meglio le tecniche di strigliatura, di tolettatura e di conduzione.

Il cavallo deve essere sempre accompagnato alla sua sinistra.

Al momento della conduzione, il cavaliere deve tenere la longhina con la mano destra, ad una distanza di circa 15 cm dalla testa del cavallo, evitando di toccare l'eventuale catenella che fissa la capezza.

Il resto della longhina deve essere piegato nella mano sinistra a forma di otto, oppure a cerchio.

Quando conduciamo un cavallo a piedi, il nostro assetto deve essere corretto, spalle dritte e lo sguardo volto nella direzione in cui dobbiamo andare, durante il passo la testa del cavallo deve restare all'altezza della nostra spalla, e deve essere pronto ad arrestarsi nell'attimo in cui noi smettiamo di camminare.

Non ci deve essere tensione tra la longhina e le mani, devono essere leggermente flesse, senza aumentare o diminuire la distanza di 15cm.

Durante le competizioni i cavalli devono essere in grado di obbedire prontamente agli ordini impartiti per avanzare, trottare, fermarsi, girare sulle anche e arretrare.



Il conduttore tiene in modo sicuro e corretto la longhina, la parte che avanza tenuta morbidamente, all'altezza della vita in modo naturale.
E' preferibile tenere le dita lontano dal gancio che fissa la longhina alla capezza.
Tenere la longhina a forma di otto è un metodo consigliato per ottenere la massima sicurezza, in caso il cavallo si spaventi e tenti di fuggire. In tal modo il cavaliere non rischia di restare legato con la mano alla longhina e di essere così trainato dal cavallo impaurito.

EQUIPAGGIAMENTO

Finimenti e bardature

La conoscenza dei finimenti di base è essenziale per i cavalieri, devono saper descrivere e spiegarne l'uso. I Finimenti si dividono in due categorie, quelli di base, necessari per poter montare a cavallo in totale sicurezza, e quelli facoltativi, indicati per cavalieri con più esperienza o per cavalli con particolari necessità, il vostro istruttore sarà in grado di dirvi quando sarà il momento di aggiungere eventuali finimenti facoltativi durante il vostro percorso formativo.

Come detto precedentemente è necessario mantenere puliti ed in ordine i finimenti e le bardature, la corretta cura e manutenzione del nostro equipaggiamento aumenta la sicurezza del lavoro a cavallo.

Finimenti di Base

- Sella
- **Testiera**
- Redini
- Imboccatura
- Sottosella
- Capezza
- Longhina
- Sottopancia
- Cinghia del sottopancia

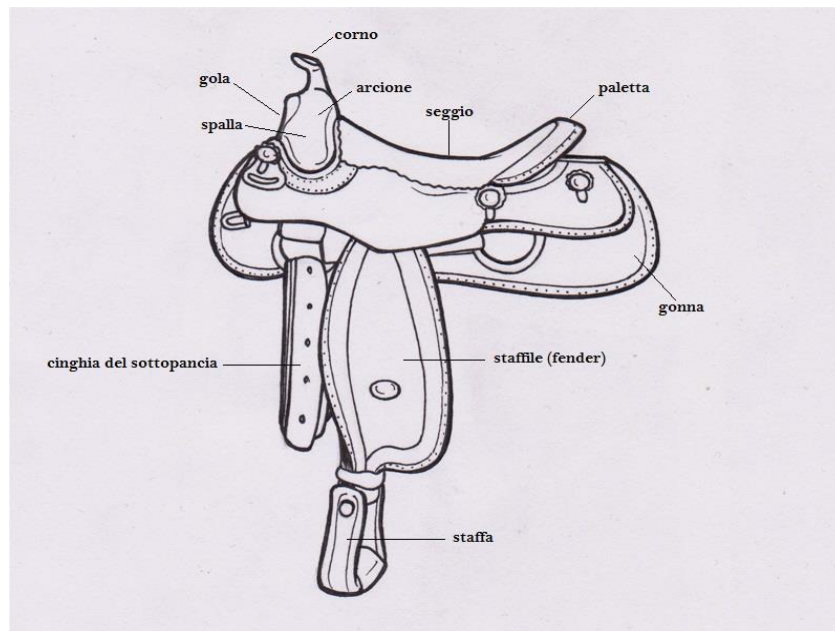
Finimenti Facoltativi

- Martingala fissa
- Chiudibocca
- Martingala ad anelli
- Fasce di cotone
- Parastinchi
- Paranodello posteriore
- Paraglomi
- Coperte
- Coperte da sudore
- Frusta
- Frustino
- Speroni
- Corda
- Borse
- Sottopancia Posteriore

Tenuta del cavaliere

- Stivali
- Pantaloni
- Cintura
- Cappello
- Camicia a manica lunga

LA SELLA

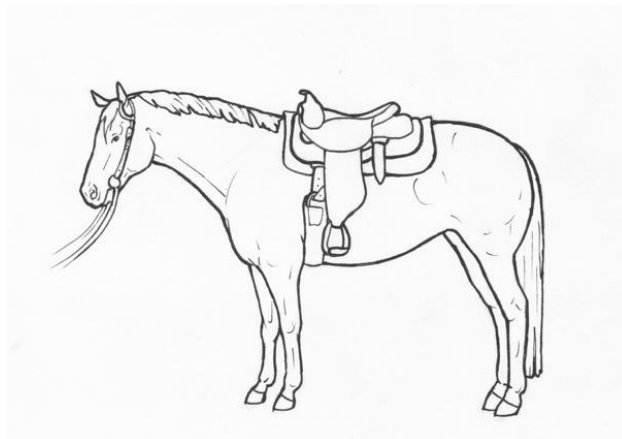


Disegno che mostra le parti principali della sella

Metodi per la bardatura

Sellare il cavallo

1. Il sottosella deve essere posizionato prima in avanti, oltre il garrese e poi fatto scivolare indietro fino a metà spalla
2. Sollevare la sella verso il cavallo avendo cura di mettere tutti gli elementi (staffa, cinghie del sottopancia, ecc) sul seggio o appesi al corno
3. Sollevare la sella sufficientemente in alto da non spostare il sottosella.
4. Appoggiare la sella sul cavallo nel modo più delicato possibile
5. Risistemare tutte le parti della sella, e fate scivolare sella e sottopancia nella corretta posizione
6. Alzate il sottosella fino a farlo aderire alla gola della sella
7. Passate due volte la cinghia del sottopancia intorno all'anello e tirate moderatamente il sottopancia. Posizionale la staffa sul corno, per agevolare questa manovra e per ricordare che il sottopancia non è sufficientemente tirato. Tirate in modo adeguato la cinghia solo dopo che il cavallo avrà fatto qualche passo.
8. E' importante che la sella non sia a contatto con il garrese.
9. Se utilizzate anche il sottopancia anteriore, assicuratevi che sia unito al sottopancia anteriore tramite un gancio.
10. E' preferibile usare un sottopancia munito di anelli ad ogni estremità.



Come mettere l'imboccatura



Fig.1

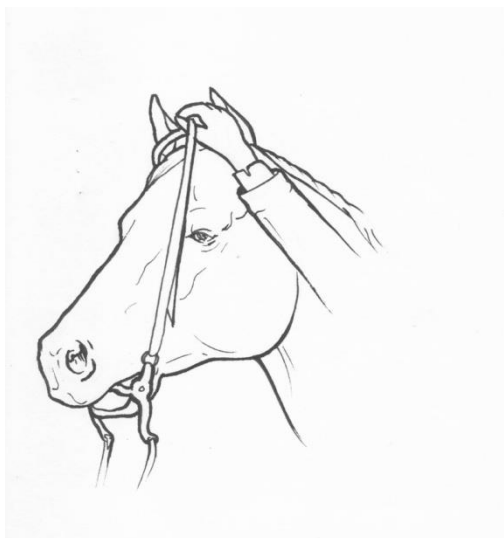


Fig 2

Mettete e togliete la testiera come illustrato nelle figure 1 e 2

Fate particolare attenzione agli occhi e alle orecchie del cavallo quando si procede, facendo attenzione a piegare sempre in avanti le orecchie, per agevolare il passaggio della testiera.

Inserite il pollice nell'angolo della bocca del cavallo, per fargliela aprire.

Infilate il morso profondamente nella sua sede, tra le barre dentali, quello spazio fatto di sola gengiva posto fra i denti, mettete la testiera dietro le orecchie facendola passare sopra la testa.

Per togliere la testiera solleva tela e fatela passare al di sopra della testa, con un movimento fluido lasciatela scivolare lentamente.

Eseguite questi movimenti in modo fluido e sicuro, evitando gesti frettolosi o forzature.

Procedete a mettere l'imboccatura al cavallo, tenendo conto della sicurezza, non lasciate cadere le redini per terra, ma fatele girare delicatamente intorno al collo del cavallo, così, se dovesse sottrarsi all'imboccatura, potete sempre esercitare il controllo.

Cavaliere 1° livello

Il vostro istruttore potrà mostrarvi praticamente come mettere e togliere l'imboccatura in modo corretto e sicuro.

Regolazione del barbozzale



Si raccomanda di tenere uno spazio di due dita tra la barbozza e il barbozzale.

Regolazione del sottogola



Se la testiera è dotata di sottogola, tra la gola del cavallo e il sottogola, devono passare quattro dita.

Le due principali testiere

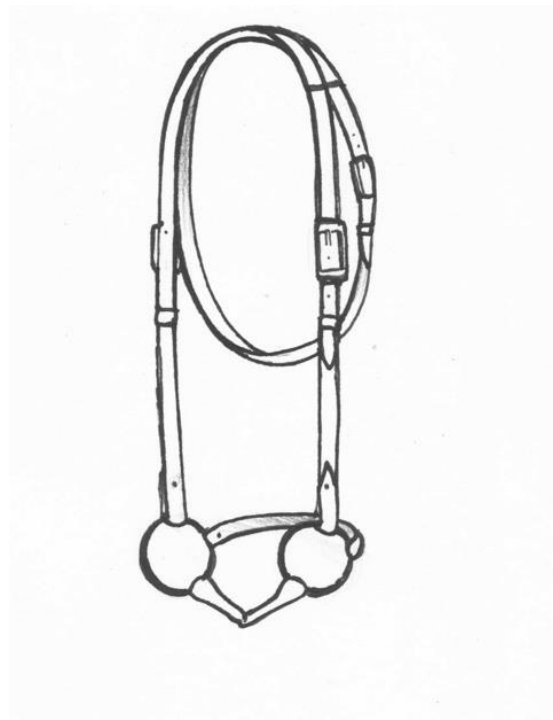
Regolazione del morso

Vi sono vari tipi di morso, ognuno con la sua funzione ed adatto alle varie fasi di addestramento di un cavallo e naturalmente all'esperienza del cavaliere.

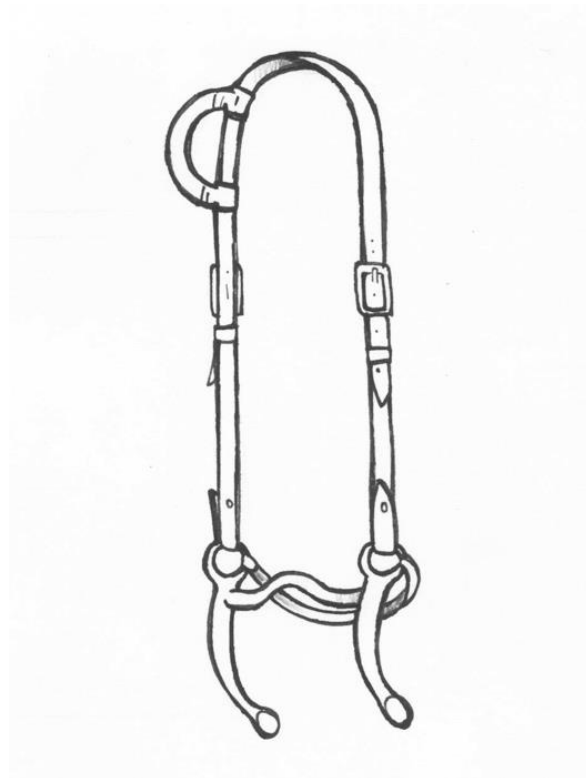
Gli istruttori sapranno consigliare quale imboccatura è più adatta alle esigenze del cavallo e all'esperienza del cavaliere.

Le differenze dei morsi verranno approfondite nel terzo Rank, in questo momento del percorso, è sufficiente saperlo regolare in maniera corretta in modo da avere il pieno controllo dell'azione dell'imboccatura sul cavallo.

Il morso è messo correttamente quando l'angolo labiale è leggermente rialzato, formando una piega sulle congiunture labiali, e il pollice passa agevolmente tra la testiera e la nuca



Testiera a filetto



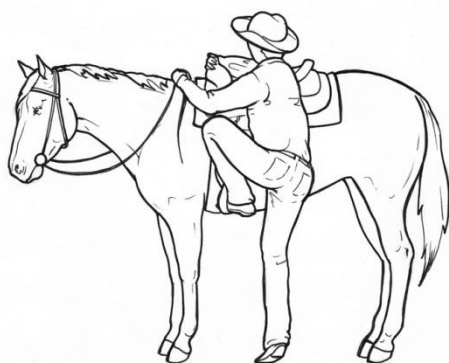
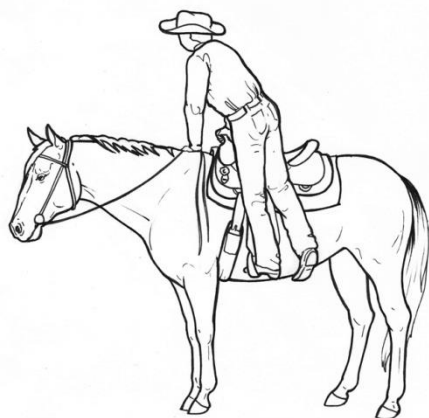
Testiera a morso

IN SELLA

La salita in sella

1. Mettetevi alla sinistra del cavallo, a circa 45° rispetto alla sua spalla. La vostra testa deve essere nella stessa direzione di quella del cavallo.
2. Tenete le redini incrociate sul collo del cavallo e sistematele in modo da impedire al cavallo di muoversi, portando la mano sinistra al pomolo si entra in contatto con la bocca del cavallo.
3. Mettete la mano destra sul corno della sella.
4. Infilate il piede sinistro nella staffa con il ginocchio appoggiato al cavallo, per evitare di toccare il fianco dell'animale con la punta del vostro piede.
5. Estendete la caviglia ed il ginocchio destro in modo da alzarvi in posizione verticale facendo perno sulla staffa sinistra. Passate la gamba destra sopra la groppa del cavallo, sedetevi delicatamente sulla sella ed infilate il piede destro nella staffa destra. E' importante che il cavallo resti immobile. Evitate di piegare il busto in avanti. Mantenete il corpo diritto e le spalle perpendicolari all'asse del cavallo.

Nota: Questa azione va eseguita con un unico movimento coordinato ed elegante.



La discesa dalla sella

Per smontare da cavallo si ripetono gli stessi movimenti fatti per montare ma in senso inverso.

1. Tenete le redini con la mano sinistra. Prima di scendere sfilate leggermente il piede sinistro dalla staffa. Eviterete così che il piede possa rimanere incastrato nella staffa al momento di sfilarlo dalla stessa.
2. Mettete la mano destra sul corno della sella, inclinandovi un po' in avanti e spostando il peso del vostro corpo sulla staffa sinistra ed alzatevi in piedi sulle staffe.
3. Togliete il piede destro dalla staffa, fate passare la gamba sopra la groppa del cavallo e smontate a terra. Abbiate cure di mantenere il corpo diritto e le spalle perpendicolari all'asse del cavallo sino a che il vostro piede non abbia toccato terra.
4. Una volta a terra rimanete vicino alla testa del cavallo, con le redini nelle mani tenute nella corretta posizione. Durante questo movimento, è importante che il vostro cavallo resti immobile.

Nota : Quando montate o smontate da cavallo è preferibile che la vostra testa sia rivolta nella stessa direzione di quella del cavallo. Indipendentemente da ciò il cavaliere deve sempre comunque guardare nella stessa direzione del cavallo e le sue spalle devono essere perpendicolari all'asse del cavallo.

Posizione del busto e delle gambe

Bisogna mantenere questa posizione a tutte e tre le andature,

Un buon assetto ci aiuta a lavorare meglio e avere maggiore armonia con il cavallo.

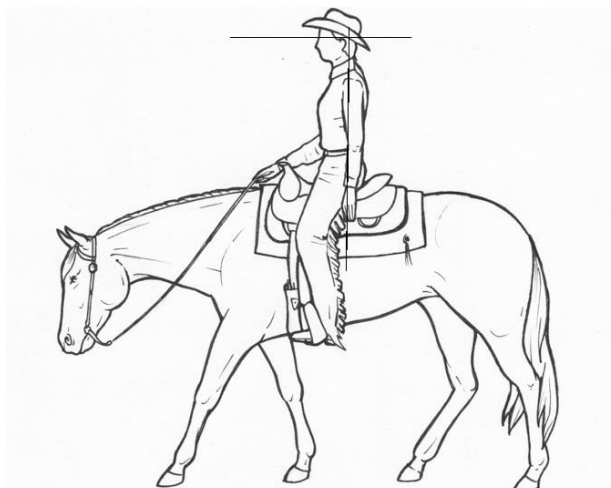
In sella il cavaliere guarda avanti a sé, le spalle e la Schiena sono diritti ed i gomiti sono appoggiati vicino al corpo.

Il tallone si trova leggermente più in basso rispetto alla punta del piede e i piedi sono paralleli al cavallo. La pianta del piede ci serve come appoggio alla staffa.

Si dovrebbe poter immaginare una linea verticale che unisca il centro delle spalle ai talloni. La lunghezza delle staffe va fissata in modo tale che il cavaliere possa rimanere in una posizione ottimale di equilibrio, le ginocchia sono leggermente flesse, ma non troppo.

La parte dall'anca al ginocchio, deve aderire comodamente sulla sella, e fare una leggera pressione per sentire maggiore contatto.

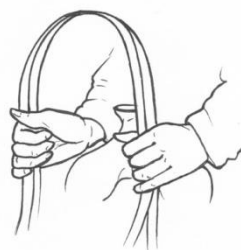
Mentre la parte che va dal ginocchio alla caviglia deve cadere naturalmente e morbidamente, senza subire alcuna pressione.



Posizione delle Mani

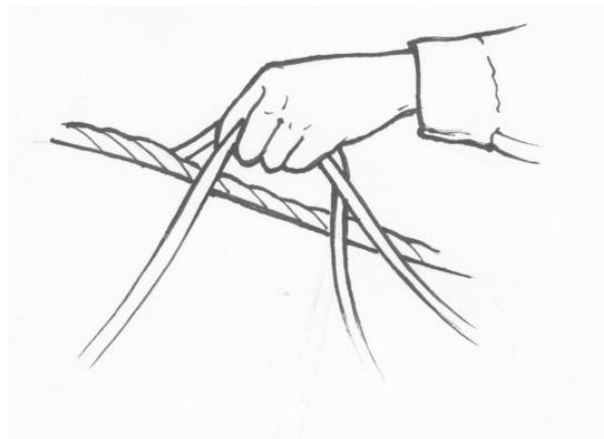
Le mani devono essere leggermente inclinate verso l'interno seguendo la linea naturale delle spalle. Le dita piegate intorno alle redini senza stringere troppo. Le redini sono incrociate sopra l'incollatura e le estremità pendono lungo le spalle dell'animale.

E' importante che le mani siano sullo stesso livello, cioè che il cavaliere non abbia una mano più bassa o più alta dell'altra. La zona di posizione delle mani, è oltre l'arcione, verso il collo del cavallo, evitando di toccare la sella durante il lavoro



Posizione ad una mano

Durante le gare o gli esami quando si deve usare una sola mano, deve essere utilizzata sempre quella prescelta. L'estremità delle redini deve cadere sul lato della mano che tiene, è permesso un solo dito tra le redini. Approfondiremo l'argomento nel II STEP



EFFETTI DELLE REDINI NELL'EQUITAZIONE WESTERN

I quattro effetti delle redini , nell'equitazione western sono :

- 1. La redine diretta**
- 2. La redine d'apertura**
- 3. La redine d'appoggio**
- 4. La redine contraria d'opposizione**

I primi due effetti sono insegnati nel primo Rank.

LA REDINE DIRETTA

La redine diretta si ottiene prendendo un leggero contatto con la bocca del cavallo, direttamente verso le anche del cavaliere parallelamente al collo del cavallo.

Quando le due redini dirette sono usate insieme il cavallo tende ad avvicinare il suo naso al petto.

Si utilizza la redine diretta doppia per :

- Eseguire uno stop.
- Eseguire una retromarcia (back)
- Ottenere un abbassamento della testa e/o una riunione del cavallo
- Eseguire le transizioni
- Rallentare l'andatura

Quando la si usa da un solo lato (ad una mano) la redine diretta serve ad indirizzare il naso del cavallo verso la spalla dello stesso lato.

LA REDINE D'APERTURA verso destra e verso sinistra.

Il cavaliere dà impulso con le gambe al fine di mantenere il movimento in avanti.

Tecnica

Aprite semplicemente l'avambraccio destro verso destra, facendo leggera tensione sulla redine, la mano sinistra deve cedere per dare all'incollatura del cavallo la possibilità di flettere nella direzione dovuta.

La stessa tecnica può essere utilizzata dal lato sinistro, compiendo gli stessi movimenti ma con la mano sinistra.

Risultato

Questo effetto permette di eseguire dei cambi di direzione, portando il naso del cavallo nella direzione voluta; le spalle e le anche del cavallo seguono naturalmente.

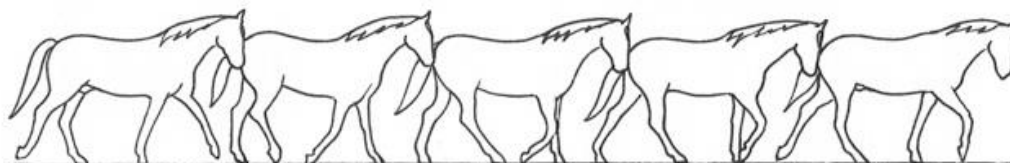
LA VOLTA

Una leggera pressione della gamba sul lato opposto alla direzione della volta desiderata permette di conservare l'impulso. Ricordate che durante il cambio di direzione il naso del cavallo deve essere girato leggermente nella stessa direzione, e la flessione agirà fino al garrese. Se il cavallo è troppo girato il movimento in avanti rallenta e l'animale non può incrociare gli anteriori.

DESCRIZIONE DELLE ANDATURE

IL PASSO

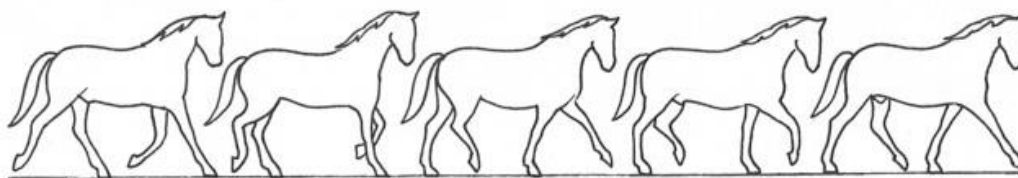
Il passo è un'andatura naturale a quattro tempi. Se il cavallo inizia a camminare sollevando il posteriore destro, seguirà l'anteriore destro e poi il posteriore sinistro ed infine l'anteriore sinistro.



IL TROTTO

Il trotto è un'andatura naturale a due tempi, in cui le gambe avanzano in diagonale a due a due in un movimento simultaneo. Ad ogni falcata l'anteriore destro avanza simultaneamente al posteriore sinistro e così viceversa per effettuare un ciclo completo in due movimenti.

Quindi se il cavallo parte con il posteriore sinistro, l'altra gamba del movimento sarà l'anteriore destro. Fra ogni spostamento in diagonale c'è un tempo di sospensione.



IL GALOPPO

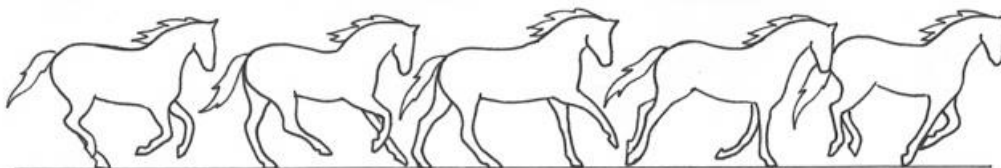
Il galoppo è un'andatura naturale a tre tempi seguita da un tempo di sospensione.

Il cavallo galoppa a destra quando, l'anteriore destro supera l'anteriore sinistro e il posteriore destro è avanti al posteriore sinistro.

Si dice che un cavallo è sul piede giusto, o galoppo giusto, quando in un cerchio a mano destra galoppa sul piede destro.

Si dice che galoppa rovescio o falso, quando in un cerchio a mano destra galoppa sul piede sinistro.

Si dice che un cavallo è disunito quando galoppa a destra con gli anteriori a destra e i posteriori a sinistra e viceversa.



Sequenza del galoppo a mano destra.

Posteriore sinistro

Diagonale sinistra: post. Dx/ ant. Sx

Anteriore Dx o anche anteriore di battuta che segna il galoppo.

Tempo di sospensione

Sequenza del galoppo a mano sinistra.

Posteriore destro

Diagonale destra: post. Sx/ ant. Dx

Anteriore Sx o anche anteriore di battuta che segna il galoppo.

Tempo di sospensione

IL BACK

Il Back è un movimento del cavallo per arretrare, si compie in due tempi, in cui le gambe indietreggiano in diagonale.

POSIZIONE DEL CORPO E GLI AIUTI ALLE TRE ANDATURE

Descrizione degli aiuti

Esistono due categorie di aiuti

Naturali e Artificiali

Gli Aiuti Naturali

- Mani
- Voce
- Gambe
- Assetto

La voce aiuta anche per il controllo del cavallo. Serve ad incoraggiarlo, a richiamarlo e a calmarlo.

Gli aiuti Artificiali

- Frustino
- Speroni

Assetto del cavaliere durante le tre andature

AL PASSO

Il corpo del cavaliere è diritto e il suo peso è ripartito tra il seggio e i talloni. Si mantiene questa posizione evitando di inclinarsi in avanti.

Il giro-vita rappresenta il punto di rottura del movimento, onde evitare uno spostamento pronunciato del bacino.

Le redini sono leggermente morbide senza però oscillare troppo.

AL PICCOLO TROTTO

Per questa andatura il cavaliere si affonda nella sella, ma rimane rilassato per assorbire il movimento, il corpo mantiene la posizione corretta.

L'aiuto per ottenere questa andatura è quello di pressione con entrambe le gambe.

Appena il cavallo inizia a trottare, rispondendo positivamente al nostro aiuto, le gambe devono togliere la pressione.

E' importante che il cavaliere sembri immobile durante questa andature. Per ammortizzare il movimento al piccolo trotto occorre flettere e distendere le anche, le ginocchia e le caviglie.

In tale posizione il cavaliere può far passare il cavallo ad un andatura più veloce, dal passo al trotto.

Quello che è importante ricordare nell'applicazione degli aiuti con le gambe, è che alla fine della transizione, il cavaliere deve cessare l'azione effettuata per ottenerla.

AL GALOPPO

Durante questa andatura il corpo del cavaliere rimane diritto. Il peso si deve spostare leggermente sullo stesso lato dell'aiuto della gamba che sarà immediatamente utilizzata.

E' importante che il cavaliere mantenga le spalle diritte e non ruoti la parte superiore del corpo.

Le mani devono stare nella posizione corretta e naturale, pronte per eventuali correzioni del cavallo, sempre però successivamente all'utilizzo delle gambe.

Partenza al galoppo giusto

L'utilizzo degli aiuti per ottenere dal cavallo un' andatura con il piede giusto esige pazienza ed allenamento. Per ottenere il galoppo sul piede sinistro, occorre fare pressione con la gamba destra appena dopo il sottopancia, il che indica al cavallo di impegnare il posteriore destro e partire al galoppo con il piede giusto.

TRANSIZIONI ASCENDENTI E DISCENDENTI

Quando si passa da un andatura più lenta ad una più veloce e viceversa , stiamo effettuando delle transizioni. Durante questi passaggi, dobbiamo sempre mantenere l'assetto e utilizzare gli aiuti in modo corretto, così da avere una risposta corretta dal cavallo.

Nelle transizioni Ascendenti si passa dal passo, al trotto e poi al galoppo
Nelle transizioni Discendenti si passa dal galoppo, al trotto e poi al passo.

LO STOP

A questo livello di apprendimento si richiede al cavaliere di mantenere una posizione corretta prima e dopo lo stop. Lo stop prevede una decelerazione seguita da un' assenza di movimento, il cavaliere deve prevenire il movimento in avanti della parte superiore ed inferiore del corpo sedendosi profondamente nella sella, portando leggermente indietro le spalle mentre da un ordine verbale.

Solo dopo aver agito in tal modo il cavaliere prenderà controllo con le redini dirette sino a quando il cavallo non si sarà fermato.

Per ottenere un buono stop, gli aiuti devono essere utilizzati in modo armonico , chiedendo prima con la voce e l'assetto ed in un secondo momento con le redini dirette, il cavallo deve fermarsi immediatamente dopo il nostro comando.

IL BACK (Indietreggiare)

Per far indietreggiare correttamente il cavallo, quando si è in sella, si attua una leggera tensione delle redini e si intensifica l'aiuto con l'uso simultaneo delle gambe; le gambe controllano anche la direzione.

PREPARAZIONE FISICA DEL CAVALIERE

Siamo concordi nell'affermare che la ginnastica in sella ad un cavallo migliora la scioltezza e l'equilibrio del cavaliere, soprattutto se questi è un principiante.

Gli esercizi avranno un risultato migliore se eseguiti su un cavallo tenuto alla longhina da un altro cavaliere; si consiglia infatti di praticare la ginnastica in gruppo.

Tutti gli esercizi devono essere eseguiti lentamente, alle andature di passo e trotto, e in qualche caso si possono effettuare più esercizi contemporaneamente.

E' preferibile per ciò non utilizzare cavalli nervosi o irritabili.

Ecco alcuni esempi di esercizi.

Braccia Incrociate

Gli esercizi specifici per la parte superiore del corpo che esigono l'impegno delle braccia incrociate sia davanti che dietro il corpo, consentono di tonificare l'addome e abitano il cavaliere a non contare sulle proprie braccia per mantenere l'equilibrio in sella.

Questo esercizio migliora lo scioglimento all'altezza delle anche. Permette di mantenere una posizione corretta in sella ed aiuta alcuni a risolvere il problema del corpo inclinato in avanti.

Eseguito questo esercizio al trotto sollevato si migliorano l'equilibrio e il tono muscolare delle gambe

Rotazione delle articolazioni delle caviglie

Effettuare la rotazione delle caviglie, prima in senso orario e poi antiorario in modo alternato.

Questo esercizio è ottimo per far sciogliere le articolazioni delle caviglie e per ottenere una migliore elasticità delle stesse.

Rotazione del busto

Occorre alzare le braccia all'altezza delle spalle con le mani ben distese. La parte superiore del busto deve ruotare prima verso sinistra a poi verso destra e viceversa. Lo sguardo del cavaliere deve essere rivolto verso la direzione opposta a quella della rotazione.

Questo esercizio è ottimo per l'equilibrio e la scioltezza della schiena.

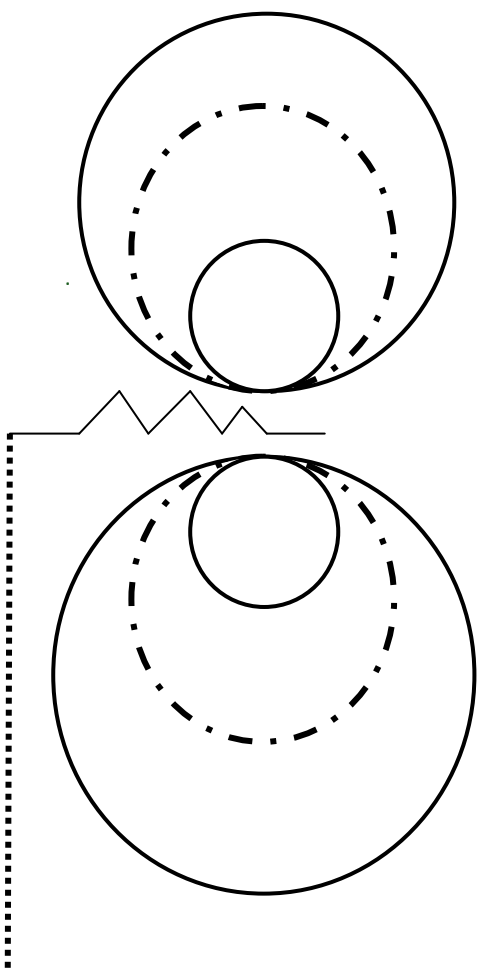
Questo esercizio è efficace per migliorare l'uso indipendente dei movimenti delle mani. E' soprattutto utile per sviluppare l'equilibrio e la flessibilità del cavaliere.

Flessioni

Un braccio va posto dietro la schiena e con l'altro si cerca di toccare la punta dello stivale della gamba opposta.

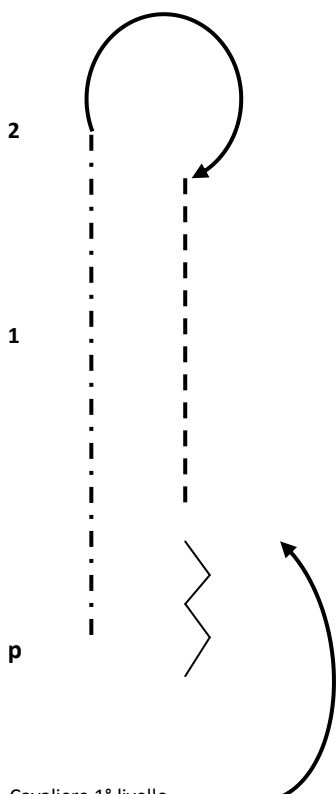
Anche questo esercizio aiuta l'equilibrio del cavaliere in sella.

PERCORSO 1° Livello Cavaliere



1. ARRIVARE AL CENTRO CON IL CAVALLO STTO MANO
2. SALIRE A CAVALLO
3. DIMOSTRAZIONE REDINE D'APERTURA A DX E SX IN UN PICCOLO CERCHIO
4. A MANO SX ESEGUIRE UN CERCHIO DI 10MT AL TROTTO, DUE CERCHI AL GALOPPO.
5. 5 STOP AL CENTRO 3 PASSI DI BACK
6. A MANO DX ESEGUIRE UN CERCHIO DI 15MT DI DIAMETRO AL TROTTO, DUE CERCHI AL GALOPPO.
7. STOP AL CENTRO 3 PASSI DI BACK
8. PASSO, TROTTO E GALOPPO SULLA PISTA A MANO SINISTRA E A MANO DESTRA, REVERSE VERSO L'INTERNO
9. STOP. SCENDERE DA CAVALLO

CONDUZIONE CAVALLO A PIEDI



1. PARTENZA DA 1 AL PASSO
2. DA 1 A 2 AL TROTTO
3. 3 STOP, 180° A DESTRA
4. DA 2 A 1 AL PASSO
5. DA 1 A P AL TROTTO
6. STOP, 180° A SINISTRA
7. BACK E ALLINEARSI



Corso base di Equitazione Western Cavaliere 1° livello

Corso di formazione per principianti realizzato ed utilizzato da SIWA Performance

In collaborazione con l' Ente di Promozione Sportiva ACSI rappresentata dal Dott. Claudio Bartelletti

Il Corso è suddiviso in quattro sezioni ed ha lo scopo di formare un cavaliere idoneo all' Equitazione Western di base, in grado di gestire con sicurezza un cavallo in completa autonomia, svolgere il lavoro in piano all'interno del maneggio e passeggiate al di fuori della struttura.

L'idea e la direzione del progetto dispense formative sono a cura di SIWA Performance

I contenuti formativi delle dispense sono stati realizzati con il contributo dei

sig. Walter Colleoni – tecnico di Equitazione Americana 3° livello

Tutti i disegni sono stati realizzati dalla sig.ra Margherita Corbellini

La trascrizione e la grafica è stata realizzata dalla sig.ra Denise Bonaccorso

L'utilizzo di queste dispense formative è a solo uso interno degli autorizzati da SIWA Performance né sono vietate la pubblicazione per intero o parte dei contenuti, o diversi utilizzi dagli scopi formativi.

*Aggiornamento 20 Maggio 2015
Copyright SIWA Performance 2015*

