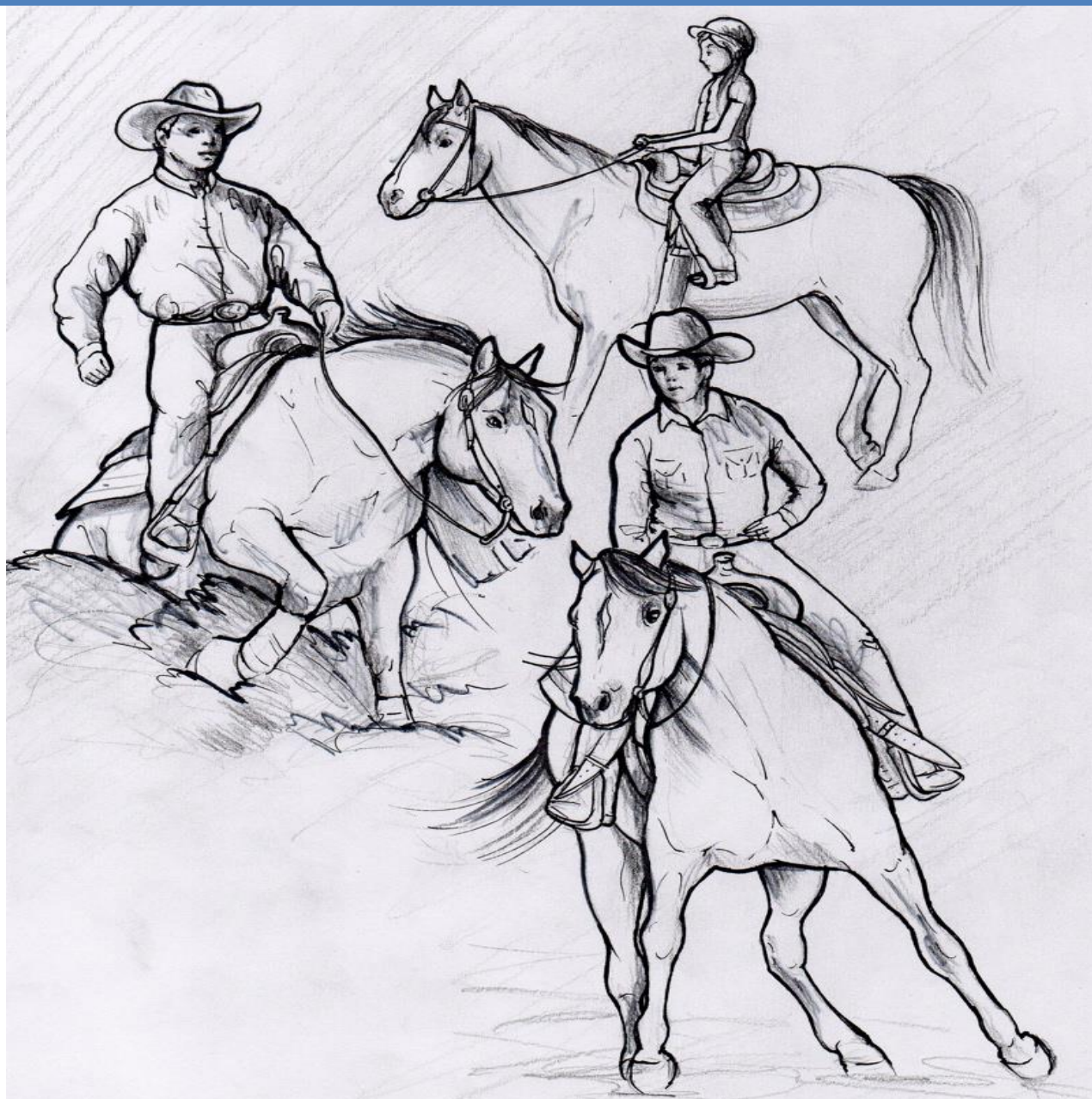




Corso base di Equitazione Western



Cavaliere 2° Livello



Corso base di Equitazione Western Cavaliere 2° 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 II STEP 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.

- **Fare la dimostrazione di un buona assetto in sella utilizzando la posizione a due e ad una mano**
- **Fare la dimostrazione del trotto battuto sulla diagonale giusta e cambiare diagonale**
- **Mantenere in sella una buona posizione del corpo , delle gambe e delle mani**
- **Dimostrare la differenza di velocità al galoppo**
- **Eseguire le transazione alle diverse andature**
- **Indicare quali sono gli effetti della redine d'appoggio e farne dimostrazione**
- **Essere in grado di riconoscere su quale piede sta galoppando il cavallo, IN MENO DI SEI FALCATE**
- **Eseguire correttamente tutti gli esercizi pratici obbligatori del primo Livello**
- **Superare l'esame scritto relativo al secondo livello**

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

INDICE

I DENTI

Valutazione dell'età del cavallo in base ai suoi denti
Tare dentarie

LE TARE

Tare e problemi comuni agli arti: tabella con figure
Ubicazione delle zoppie e delle tare

CONTROLLO DEI PARASSITI

COME ACQUISTARE UN CAVALLO

Esame di un cavallo durante la vendita
Difetti di appiombo
Conformazione e razze
Punti di conformazione
La testa
Le incollature

SALITA DEL CAVALLO NEL VAN E TRASPORTO

Caricamento del cavallo
Trasporto del cavallo su strada

LAVORO A TERRA DEL CAVALIERE

Condizione fisica del cavaliere
Esercizi per il cavaliere

IN SELLA

Studio ed impiego degli aiuti
Posizione delle redini ad una mano
Come regolare la cadenza
Transizioni
Visione del cavallo in base alla posizione della testa
Come trottare sulla diagonale giusta
Effetto delle redini : redine d'appoggio
Il cerchio
Cessione alla gamba
Relazione del cavaliere ed il comportamento del cavallo

PERCORSO II STEP

I DENTI

VALUTAZIONE DELL'ETA' DEL CAVALLO IN BASE AI SUOI DENTI

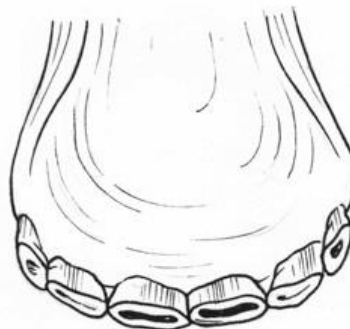
Puledro a 15gg dalla nascita

Alla nascita i denti incisivi non sono ancora presenti, ma dopo una settimana si possono sentire i picozzi e i mediani alla palpazione delle gengive. Sono denti da latte provvisori, a 15gg escono anche i picozzi.



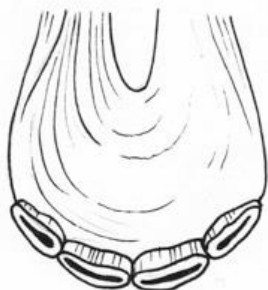
Puledro di 1 anno

I picozzi ed i mediani da latte sono completamente usciti ed i cantoni sono visibili



Puledro di due mesi

I picozzi si toccano e iniziano a consumarsi, i mediani sono visibili. I cantoni non sono ancora usciti.



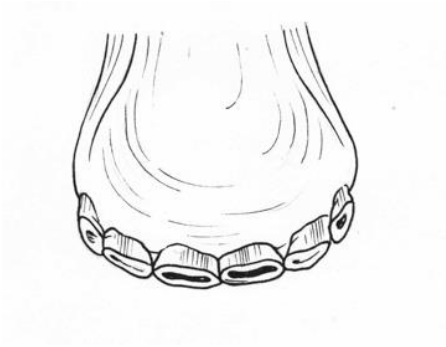
Puledro di 2 anni e mezzo

Caduta dei picozzi da latte



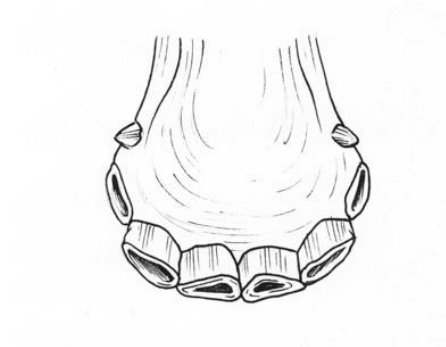
Puledro di 3 anni

I picozzi permanenti si pareggiano



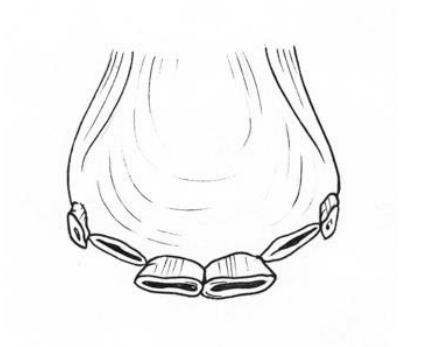
3 anni e mezzo

Caduta dei mediani da latte



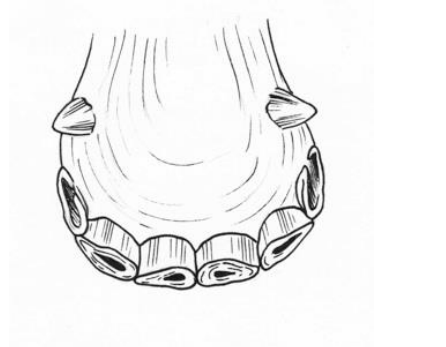
5 anni

I cantoni si pareggiano



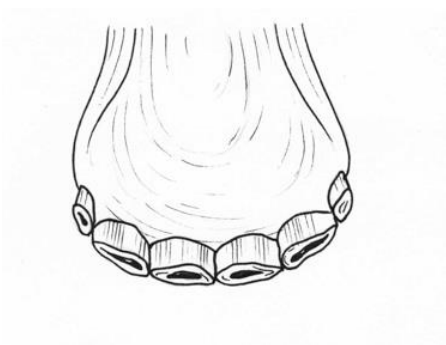
4 anni

Gli unici denti provvisori che rimangono sono i cantoni da latte, molto piccoli. I mediani si pareggiano



7 anni

Dopo i piccozzi, iniziano ad oscurarsi anche i mediani. Una prominenza della parte posteriore del cantone superiore si scosta dall'angolo inferiore. Questa prominenza si chiama "coda di rondine"



4 anni e mezzo

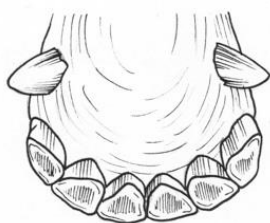
Caduta dei cantoni da latte



Più il cavallo diventa anziano più i suoi incisivi diventano triangolari.

15 anni

Picozzi e mediani triangolari



Un **maschio adulto possiede 40 denti**.
I 12 davanti sono chiamati incisivi.
Possiede inoltre 4 scaglioni, 12 premolari e
12 molari

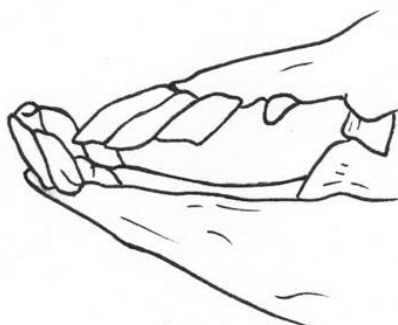
Una **femmina adulta possiede solo 36denti**.
12 incisivi, 12 premolari e 12 molari.
I 4 scaglioni sono raramente presenti

Verso i **2-3 anni** appaiono alle volte i **denti da lupo**, sulla mascella. Questi denti anno tolti subito se danno problemi di intolleranza all'imboccatura.

E' necessario controllare periodicamente i molari e i premolari e procedere se necessario alla limatura delle punte che si formano a causa del movimento masticatorio.

La permanenza delle punte può interferire negativamente con la corretta risposta alle sollecitazioni dell'imboccatura.

TARE DENTARIE



Becco a pappagallo all'inverso. difetto



Becco di pappagallo. difetto

Puledro a 15gg dalla nascita	Alla nascita i denti incisivi non sono ancora presenti, ma dopo una settimana si possono sentire i picozzi e i mediani alla palpazione delle gengive. Sono denti da latte provvisori, a 15gg escono anche i picozzi.
Puledro di due mesi	I picozzi si toccano e iniziano a consumarsi, i mediani sono visibili. I cantoni non sono ancora usciti
Puledro di 1 anno	I picozzi ed i mediani da latte sono completamente usciti ed i cantoni sono visibili
Puledro di 2 anni e mezzo	Caduta dei picozzi da latte
Puledro di 3 anni	I picozzi permanenti si pareggiano
3 anni e mezzo	Caduta dei mediani da latte
4 anni	Gli unici denti provvisori che rimangono sono i cantoni da latte, molto piccoli. I mediani si pareggiano
4 anni e mezzo	Caduta dei cantoni da latte
5 anni	I cantoni si pareggiano
7 anni	Dopo i picozzi, iniziano ad oscurarsi anche i mediani. Una prominente della parte posteriore del cantone superiore si scosta dall'angolo inferiore. Questa prominente si chiama " coda di rondine"
15 anni	Picozzi e mediani triangolari

RICONOSCIMENTO DEI PROBLEMI DENTALI

Riconoscere i possibili problemi della dentatura , in base ai sintomi, ci permette di intervenire prontamente per evitare l'aggravarsi di tali problemi.

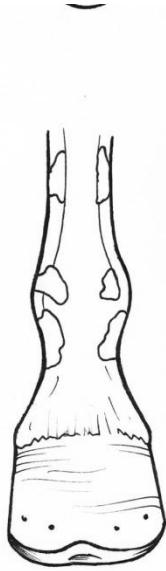
I principali sintomi di problemi dentali sono

- Movimenti della testa durante il lavoro
- Rotazione della testa durante la masticazione o il lavoro
- Caratteristiche delle feci (frammenti grossi)
- Presenza di sangue nella saliva
- Odori particolari dalla bocca
- Sensibilità dei denti premolari e molari palpati esternamente
- Alterazione dell'abitudine nel bere
- Masticazione rallentata
- Capacità fisica ridotta
- Eliminazione del masticato dalla bocca
- Perdita di peso corporeo
- Salivazione esagerata durante la masticazione
- Gonfiore esterni della faccia nella regione dei molari e premolari
- Infiammazione delle labbra , gengive e palato molle
- Ferite e lacerazioni della lingua e delle labbra
- Sensibilità nella bocca per ogni tipo di imboccatura

Il trattamento dei denti ed un controllo regolare rappresentano la base della normale digestione del cavallo, contribuiscono ad aumentare lo stato di salute e la capacità fisica.

LE TARE

MOLLETTE: Sono delle dilatazioni di guaine tendinee o di gonfiori articolari, causate dall'infiammazione e dalla presenza di liquido sinoviale. Possono o meno essere collegate a zoppia. Nel disegno (fig A) sono indicati i punti dove si localizzano con maggior frequenza le mollette.



TARE E PROBLEMI COMUNI AGLI ARTI

SOBBATTITURA: contusione della suola frequente nei cavalli con piede piatto, causata da urti violenti su terreni sconnessi o sassosi. Prova una zoppia molto marcata.

CONTRAZIONE O CHIUSURA DEI TALLONI: Le pareti dello zoccolo sono contratte a livello dei talloni

RAGADI O CREPACCE: Affezione della pelle dietro al pastorale, causata dalla presenza prolungata di sabbia, melma e umidità che irrita la pelle causando delle lesioni. Se molto Profonde le ragadi posso causare zoppie.

LAMINITE O RIFONDIMENTO: Infiammazione delle lamine dello zoccolo che permettono l'adesione della scatola cornea alla terza falange. E' una malattia grave e molto dolorosa, può causare la rotazione della terza falange fino alla perforazione della suola. Questa malattia colpisce più spesso gli anteriori dei posteriori.

NECROSI DEL FETTONE: dovuta a mancanza di pulizia dello zoccolo, in questo caso il piede emana un odore fetido caratteristico.

FORMELLE: Si tratta di un callo osseo localizzato in corrispondenza della zona della corona, meglio conosciuta con il nome di "formella bassa", oppure intorno alle articolazioni del pastorale , ed in questo caso di chiama "formella alta".

OSSIFICAZIONE DELLE CARTILAGINI ALARI: Aree di ossificazione delle cartilagini alari che possono anche fratturarsi. Tipiche dei cavalli vecchi.

STIRAMENTO TENDINEO: lesione del tendine, che si manifesta con gonfiore e zoppia. E' dovuto da un trauma da eccessivo lavoro o da un incidente.

SOPREOSSO O SCHINELLA: Piccola callosità ossea che si forma più frequentemente tra l'osso metacarpale rudimentale ed il metacarpale principale (stinco)

CAPPELLETTO: Gonfiore della punta del garretto, dovuto all'infiammazione ed all'ispessimento della borsa sottocutanea. Può essere causato dallo scalfare contro le pareti del box.

CORBA: Infiammazione acuta o cronica del legamento posto nella parte posteriore del garretto.

SPARVENIO OSSEO: Una ipertrofia ossea della parte inferiore interna del garretto.

SPARVENIO MOLLE: Gonfiore della capsula articolare del garretto, che si estende fino alla parte anteriore del lato interno.

IGROMA DEL GOMITO: Tumefazione accompagnata da un cumulo di liquido alla punta del gomito.

ARPEGGIO: Il cavallo salta su uno o tutte e due i posteriori quando è al passo ed alcune volte anche al trotto. Spesso è impercettibile ma nei casi più gravi può succedere che il cavallo si tocchi il ventre.

NAVICOLITE: Infiammazione dell'osso navicolare. Colpisce i due anteriori ed in genere è più manifesta su uno dei due .All'inizio è progressiva le sue apparenze possono ingannare. Il primo segno visibile è quello che il cavallo punta con un anteriore.

TARLO: Infezione della scatola cornea da parte di un fungo. A seguito di questa infezione di formano delle cavità nella scatola cornea che contengono un materiale simile a segatura, residuo dell'attività del fungo.

SETOLE: Ferite profonde nella parete dello zoccolo. Spesso dovute a cattiva deambulazione.

TALLONITE: Contusione dolorosa localizzata nei talloni.

TARE E PROBLEMI COMUNI AGLI ARTI

Tabelle disegni con indicate le tare e i problemi più comuni agli arti



FORMELLA



SETOLA ASCENDENTE



SETOLA DISCENDENTE



IGLOMA DEL GOMITO



STIRAMENTO
DEL TENDINE



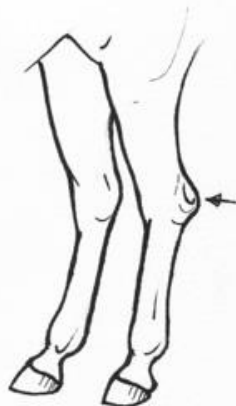
SOPROSSO O SCHINELLA



MOLETTA TENDINE



CORBA



CAPPELLOTTO

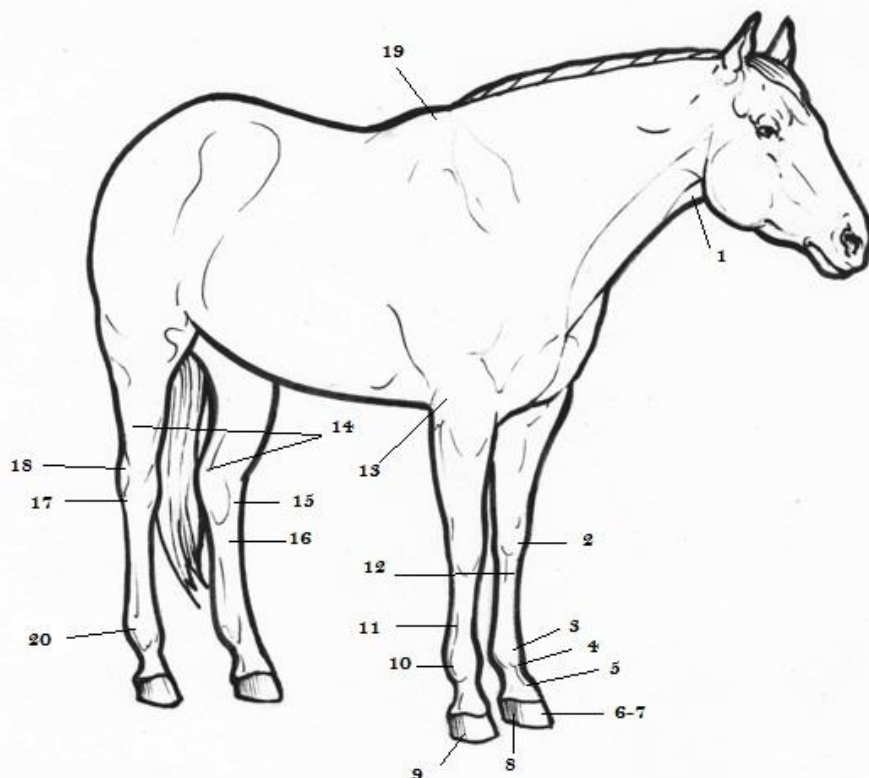


SPAVENIO OSSEO



SPAVENIO MOLLE

UBICAZIONE DELLE ZOPPIE E DELLE TARE



1. Laringe
2. Ginocchio gonfio (contusione)
3. Esostosi
4. Forma Falangea
5. Forma Cartilaginea
6. Laminite o rifondimento
7. Malattia Navicolare
8. Tallonite
9. Sabbattitura
10. Sesamoidite

11. Stiramento dei tendini
12. Soprosso
13. Igroma del gomito
14. Malattia tendinea
15. Sparvenio Molle
16. Sparvenio Osseo
17. Corba
18. Igroma del Garretto
19. Pieghe provocate da sella
20. Mollette o Vescioni

I VIZI

L'umore e i vizi del cavallo possono essere ereditari, ma spesso sono anche il risultato di un addestramento sbagliato. Queste caratteristiche sono più evidenti su un cavallo nervoso, piuttosto che su un cavallo di indole calma o remissiva. Se notate queste brutte tendenze su un cavallo giovane intervenite al più presto per correggerle. Intervenire sui vizi, richiede un lavoro costante e paziente, non si possono avere risultati immediati, il vostro istruttore vi sarà di supporto per indicarvi quali siano le eventuali correzioni da applicare e potrà in taluni casi intervenire lui stesso.

AGGRESSIVITA'

Un cavallo aggressivo porta le orecchie indietro quando viene avvicinato. La sua espressione tradisce la sua tensione e può cercare di mordere, calciare o colpire. Nel box, tende a girare in tondo e si tiene sulla difensiva.

Bisogna sempre parlare al cavallo, per indicargli la nostra presenza, ed avvicinare soggetti del genere con prudenza, ma senza timore. Alcuni cavalli aggressivi manifestano tale atteggiamento quando vengono sellati. Abbiate sempre la massima prudenza.

TIMORE

Il timore del cavallo può manifestarsi in diversi modi. A volte ombroso o diffidente, alle volte fuggirà alla vista di un oggetto sul suo cammino. Questa reazione istintiva di timore può essere pericolosa, poiché il cavallo cerca di reagire. Il cavaliere dovrà essere in grado di controllare il suo cavallo.

Per togliere Ogni timore a un cavallo ombroso, bisogna evitare le punizioni e non agire in modo brusco. Otterrete migliori risultati, mantenendo la calma e rassicurando il cavallo, mentre cercata di tenerlo fermo innanzi all'oggetto di cui ha paura. Se prova a fuggire, con calma lo riportate indietro dalla direzione opposta.

INDIETREGGIAMENTO

Un cavallo indietreggia di colpo quando vuole liberarsi. Bisogna stare molto attenti perché cadute causate da questa reazione, possono essere pericolosi. Questo riflesso può essere causato da agenti esterni, un oggetto sconosciuto, piuttosto che un cambiamento improvviso nel campo visivo o un rumore.

Alle volte capita perché la cinghia del sottopancia è troppo stretta, basterà allentarla e il cavallo riprenderà un'attitudine normale.

OSTINAZIONE

Il cavallo ostinato rifiuta di fare quello che gli si chiede. Questo vizio può accentuarsi al punto tale che il cavallo non sia più idoneo per l'equitazione. Spesso questo vizio può essere attribuito ad un cavaliere nervoso, ad un addestramento insufficiente o a stress di una bocca ipersensibile o ad un cavallo nervoso. Per correggere questo vizio bisogna conoscere bene il cavallo. Se il vizio è dovuto al

nervosismo, il cavaliere dovrà evitare tutto ciò che può contribuire ad alimentare questo stato, dovrà sempre mantenere la calma. Spesso il nervosismo di un cavallo, proviene dall'utilizzo scorretto degli aiuti o dell'approccio del cavaliere, ne consegue che il cavallo non capisce cosa gli viene chiesto e non risponde correttamente. Le misure correttive applicate con troppa severità rischiano di accentuare tale vizio.

L'ostinazione è spesso una forma di protesta da parte del cavallo, verso la mancanza di abilità del cavaliere. Se questo vizio è dovuto ad un scarso addestramento del cavallo o una scarsa preparazione del cavaliere si dovrà riprendere l'addestramento di entrambi. L'ostinazione causata da ferite, scompare normalmente dopo la guarigione. Per i cavalli con la bocca sensibile si consiglia l'uso di un filetto e il controllo dei denti (deniti da lupo).

VIZI PARTICOLARI

Queste cattive abitudini danneggiano la salute del cavallo e spesso è difficile scoprirle al momento dell'acquisto.

I due vizi più frequenti sono " il ticchio d'appoggio o ticchio in aria" e il "ballo dell'orso"

Si utilizza il termine ticchio aereofagico quando il cavallo deglutisce dell'aria. Una volta penetrata nel sistema digestivo l'aria può causare una dilatazione addominale. Questo vizio causa un deprezzamento del cavallo. Esso si presenta in due forme diverse.

1 IL TICCHIO IN ARIA è ripetizione dell'atto di deglutire.

2 IL TICCHIO D'APPOGGIO

il cavallo deglutisce l'aria appoggiando gli incisivi ad un oggetto fisso ad esempio la mangiatoia. L'animale arcua il collo e fa movimenti di deglutizione. Questo vizio causa un'usura precoce della dentizione superiore e ciò può rendere difficile la valutazione dell'età in base ai denti.

Il cavallo ingoia aria con la contrazione dei muscoli del collo e produce un rumore di gola che assomiglia ad un rutto. Spesso questi vizi sono dovuti alla noia e possono diffondersi per imitazione. Il ticchio d'appoggio provoca spesso una cattiva digestione oppure delle coliche. Quando il cavallo è a riposo è possibile mettergli un collare anti ticchio, ma non sempre basta per evitare questo brutto vizio.

IL VIZIO DELL'ORSO O BALLO DELL'ORSO.

Questo vizio è caratterizzato dal dondolio dell'avambraccio da una parte all'altra. A volte i piedi rimangono per terra, in altri casi il cavallo li alza ad ogni oscillazione del corpo. Questo vizio può manifestarsi in seguito a lunghi soggiorni in scuderia. Il vizio dell'orso è una perdita di energia inutile e niente potrà rimuoverlo perché è un vizio incurabile. Inoltre può causare gravi problemi agli arti.

CONTROLLO DEI PARASSITI

L'unico modo per controllare ed eliminare i parassiti consiste nell'effettuare una terapia.

Il vostro istruttore o proprietario di scuderia potranno consigliarvi la terapia più indicata.

Le regole generali prevedono che , per i cavalli adulti somministrare un vermifugo ogni 2/4 mesi. Per i puledri ogni 10/40 gg.

Se il cavallo proviene da un'altra scuderia è necessario accertarsi sulla data dell'ultima somministrazione del vermifugo ed in caso di necessità ripeterlo.

AL PASCOLO

Per salvaguardare il pascolo è bene somministrare il vermifugo 48 ore prima di liberare i cavalli.

Le larve in genere sopravvivono anche d'inverno nei pascoli.

I giovani cavalli devono andare in pascoli senza larve.

IDENTIFICAZIONE

Per verificare l'efficacia del trattamento contro i parassiti si può fare un test corpo logico (esame delle feci). Questi esami premettono di determinare il tipo di parassita che infesta il cavallo al fine di assicurare un controllo efficace.

SCELTA DEI VERMIFUGHI

Per i cavalli fino a due anni di età è importante dare un vermifugo attivo anche contro gli ascaridi. Questi parassiti sono sempre più numerosi nei soggetti giovani.

COME ACQUISITARE UN CAVALLO

Per il cavaliere principiante, che sia bambino o adulto, l'acquisto più importante è quello del primo cavallo.

Il compratore medio di un "primo cavallo" conosce ben poco sui cavalli, tutto quello che sa è che ne vuole uno. Data la sua inesperienza egli può rimanere facilmente deluso.

Un'ottima soluzione è quella di farsi affiancare da un esperto, meglio se dal vostro istruttore, durante le varie fasi dell'acquisto, dalla scelta sino alla trattativa; i consigli di un esperto, un po' di conoscenza in materia ed un po' di perspicacia premettono di evitare molti errori o meglio ancora di prevenire dispiaceri finanziari o di altro genere.

Quando decidete di comprare un cavallo, dovete sapere già a cosa vi servirà, passeggiate, concorsi, eventi cronometrici o tutto questo insieme. La maggior parte dei cavalli può essere da performance e da passeggiata, con diversi gradi di successo. Tuttavia se desiderate un cavallo o un pony capace di eseguire un certo tipo di lavoro è consigliato comprare un animale addestrato, specializzato o adatto ai compiti che avete previsto per lui.

La vostra prima decisione riguarda quindi la scelta del tipo di cavallo desiderato. Come è successo per i cani, i cavalli e i pony, sono stati allevati per generazioni allo scopo di eseguire compiti ben precisi. Grazie ad allevamento selettivo è possibile controllare la taglia, il temperamento e la capacità di un cavallo. Per esempio, il purosangue inglese è nato per percorrere lunghe distanze al galoppo, a grande velocità, mentre il trotter è nato per il trotto; per quanto concerne la razza Quarter Horse, esso va molto veloce, ha un ottimo scatto in partenza e si ferma su una distanza brevissima. Possiamo concludere dicendo che, in ogni cavallo si ritrovano le qualità e i tratti caratteristici della sua razza. Gli incroci danno spesso animali più adatti per eseguire determinati compiti: così uniscono la taglia e le capacità al temperamento di un'altra.

Tuttavia non sempre gli incroci sono ben riusciti; si possono ritrovare nello stesso esemplare i difetti di ambedue le razze.

Una volta scelta la razza occorre pensare alla taglia del cavallo. Il criterio principale è che il cavallo deve essere adatto al cavaliere e viceversa, così da avere i presupposti per un buon rendimento. Ad esempio, un ragazzo giovane avrà delle difficoltà su un cavallo grosso, ed un uomo alto su un cavallo di bassa statura avrà problemi di equilibrio. Di conseguenza quando si acquista un cavallo non bisogna fermarsi alla conformazione del cavallo, ma anche tenere presente la taglia del cavaliere.

Benché l'origine, la taglia, la razza e la conformazione dell'animale sia fattori importanti, il punto fondamentale è tuttavia quello della sicurezza di questo "primo cavallo". Questo deve meritarsi la fiducia del cavaliere, essere sicuro, fare in modo che il cavaliere sia felice di essere in sella, aiutando ad imparare rispondendo agli aiuti corretti ed eseguire con calma ciò che gli si chiede. Quando il cavaliere non sa come fare una determinata cosa, il cavallo è là per supplire alla sua inesperienza. Il cavaliere si ricorderà per lungo tempo di una brutta esperienza vissuta durante le prime fasi del suo apprendimento e questo potrà frenare i suoi progressi.

Come sapete se un cavallo può dare garanzie di sicurezza? E' possibile assicurarsi di questo valutando alcuni criteri, come l'addestramento, il temperamento, senza dimenticare le tare.

Un cavallo ha un buon temperamento se perdona al cavaliere gli errori occasionali, come per esempio la mancanza di abilità quando lo monta.

L'abilità e l'esperienza si ritrovano su un cavallo "pronto" per un principiante, cioè un cavallo addestrato per un compito particolare. Esso possiede abbastanza esperienza ed è stato formato per realizzare l'essenziale del suo lavoro. E' stato messo alla prova ed ha dimostrato che può rispondere a tutte le esigenze del suo compito. Così, un cavallo da passeggiata, deve saper obbedire ed andare d'accordo con gli altri cavalli, essere tranquillo anche in strade e in luoghi trafficati ed avere un buon piede su terreni aspri. Un cavallo da concorso ha familiarità con gli ostacoli che incontra nella sua categoria, può superarli correttamente ed in tutta sicurezza ed è capace di ignorare la folla ed i rumori. Che sia per la passeggiata oppure per la competizione, il cavaliere principiante deve cercare un cavallo già addestrato che risponda alle sue esigenze e scartare un cavallo non addestrato e senza esperienza.

Un cavaliere principiante deve evitare di comprare un cavallo non addestrato, anche se può succedere in alcuni casi, con molta fortuna ed un buon istruttore, che cavallo e cavaliere facciano il loro apprendistato insieme. Raramente una tale situazione darà buoni risultati. Mentre impara del suo cavallo "già fatto", il cavaliere svilupperà con il tempo la sua capacità di comunicare le sue conoscenze ad un cavallo giovane e con poca esperienza.

Man mano che il cavaliere progredirà, potrà comprare un cavallo meno addestrato. Tuttavia i progressi non devono essere forzati poiché non c'è niente di più deplorabile che vedere un cavallo e un cavaliere che tentano di eseguire una cosa per la quale non sono preparati.

Viene quindi l'aspetto finanziario della questione. Il compratore medio di un Primo cavallo può avere una delle seguenti idee: La prima pagare un cavallo il meno possibile, secondo la teoria che non si spende un patrimonio se non si sa montare a cavallo: oppure pagare molto per avere il miglior cavallo possibile, come per esempio un campione all'apice della sua carriera, spera con questo di poter ricevere gli allori.

Questi due approcci sono da scartare; bisogna innanzitutto cercare un cavallo "già fatto" ed un cavallo di questo tipo non può essere a buon mercato poiché è già stato lavorato molto per ottenere l'addestramento che ha.

Inoltre è un errore voler comprare un cavallo all'apice della sua carriera. Dovrete pagarlo molto, per avere poi una perdita di denaro dato che il cavaliere non potrà far valere subito il potenziale del cavallo, potenziale che perderà man mano data l'inesperienza del cavaliere.

Bisogna quindi avere le idee chiare su quanto desiderate. Se per voi primeggiano i fattori di sicurezza, temperamento e capacità, scoprirete che l'età, l'apparenza e le doti eccezionali non sono fondamentali.

Naturalmente voi cercate il cavallo migliore, ma non necessariamente il più grosso, il più bello, il più giovane, il più appariscente. Cercate piuttosto un cavallo maturo ma sicuro. Lo troverete forse sotto l'apparenza di un cavallo da concorso, un cavallo da trekking vecchio oppure un cavallo il cui proprietario si ritira dall'attività equestre. Ricordate che terrete il vostro cavallo solo per alcuni anni; un cavaliere appena appena dotato sfrutta rapidamente le capacità del suo primo cavallo. Un cavallo, che per motivi di problemi agli arti non può partecipare a concorsi potrà essere un soggetto perfetto per un cavaliere di una certa età oppure giovane.

Nel prossimo paragrafo parleremo dei difetti estetici e fisici. Non è necessario conoscerli tutti perché **NON SI COMPRA MAI UN CAVALLO SENZA PRIMA FARLO ESAMINARE DA UN VETERINARIO, bisogna sempre fare la così detta visita di compra vendita.**

Il veterinario vi dirà quali sono gli eventuali difetti. Se gli spiegate per quale scopo desiderate comprare un cavallo, egli potrà dirvi se questo o quel difetto sono compatibili con l'uso che farete del cavallo. Non scartate a priori un cavallo perché un'altra persona lo ha scartato in base a qualche difetto che aveva, come dicevamo prima il cavallo deve essere adatto al cavaliere e viceversa e questo scambio è del tutto personale e varia da cavallo e cavaliere.

E? molto utile, ma non sempre sufficiente, effettuare la visita di compra vendita, poiché il futuro acquirente non è ancora un cavaliere esperto, egli ha bisogno del supporto di un collega esperto o meglio dell'istruttore che gli darà aiuto; questi monterà il cavallo, lo metterà nelle stesse situazioni in cui si troverà con il cavaliere principiante e potrà così valutare le sue capacità. Così potrà scoprire che un animale che il veterinario aveva reputato perfettamente sano e fisicamente adatto alle richieste, ha invece un temperamento difficile ed è stato addestrato per altri scopi. In alternativa, l'istruttore potrà spiegarvi che la tara rilevata dal veterinario, non ha nessuna influenza sulla realizzazione dei progetti che avete per il vostro cavallo.

Una persona che desidera un cavallo da concorso o da competizione, deve recarsi sui luoghi delle gare, ed osservare il comportamento del cavallo. Non scegliete il vincitore di ogni classe, questo tipo di cavallo è troppo costoso e troppo "avanti" rispetto ad un cavaliere principiante. Cercate piuttosto un cavallo costante e sicuro montato da un bambino o da un amatore rilassato e felice. Sarà forse vecchio, sarà forse brutto, ma se porta il cavaliere con calma e sicurezza, è il cavallo adatto a voi.

Prima di comprare un cavallo è necessario prendere alcune precauzioni di base. Scegliete un venditore che sia vicino a casa vostra o molto conosciuto. Così se vi venderà un cavallo con problemi potete fargli delle rimostranze, oppure, meglio ancora, dite al venditore che cercate un cavallo per un principiante e quest'ultimo saprà indicarvi il cavallo più adatto alle vostre esigenze.

Anche gli allevatori possono essere utili, ma recatevi in un allevamento dove non si limitano alla sola vendita, ma anche all'addestramento, in modo tale che l'allevatore non si limiti alla sola vendita dell'animale "con documenti" ma deve soddisfare le esigenze dei cavalieri, sia esperti che principianti, e un cliente insoddisfatto è una cattiva pubblicità.

Un altro consiglio, evitate gli incanti. Potrete sicuramente trovare un cavallo adatto a voi, ma la ricerca di un cavallo per un principiante richiede pazienza, spesso si ricorre nell'errore di comprare cavalli belli, importanti che rivelano poi inadatti ad un principiante. Privilegiate la sensazione di sicurezza, e l'atteggiamento del cavallo, piuttosto che la sua conformazione fisica o un aspetto appariscente.

Infine un ultimo consiglio, è possibile che venditori senza scrupoli, utilizzino droghe o sedativi per calmare un cavallo e nascondere una zoppia. Alcune di queste droghe sono efficaci per alcuni giorni, quindi quelli che trovano e comprano un cavallo lo stesso giorno senza aver ottenuto un certificato veterinario avranno ottenuto solo quel che meritano. Accertatevi che il venditore sia una persona onesta, e proponente gli di portare via il cavallo per provarlo e sottoporlo a visita di compravendita, se sarà onesto non avrà alcuna rimostranza ad accettare tale proposta. Se alcuni giorni dopo l'acquisto il problema viene a galla, consultate il vostro veterinario e riportate indietro il cavallo.

ESAME DI UN CAVALLO DURANTE LA VENDITA

ESAME IN POSIZIONE STABILE

Quando un venditore mette un cavallo in vendita, egli lo mostra sotto il suo migliore aspetto.

Lo lava, lo striglia, ingrassa gli zoccoli e da loro le cure necessarie. Egli fa in modo che l'animale sia mosso regolarmente e sia in buono stato fisico.

Il cavallo viene presentato senza bardatura su un terreno piano. L'esaminatore lo guarda di profilo, partendo da davanti fino a dietro. Egli valuta il suo stato di salute, la sua altezza la sua conformazione. Guarda gli eventuali difetti di appiombamento ed esamina il sistema locomotorio in generale. Cerca se vi sono difetti nelle articolazioni o altre tare, solleva gli zoccoli e li controlla; la parete deve essere in buono stato, senza fenditure o striature. Questi controlli sono un aiuto supplementare per la valutazione dell'addestramento, del temperamento e della tranquillità dell'animale.

Il compratore dovrà anche ottenere e verificare tutte le informazioni riguardanti il Pedigree del cavallo, la sua descrizione, la sua età e le sue prestazioni. Infine sarà sempre opportuno richiedere un certificato veterinario.

ESAME DEL CAVALLO IN MOVIMENTO.

Questo esame è essenziale.

Si osserva prima il cavallo mentre cammina. La zoppia non è sempre apparente, ma è possibile notare la lunghezza della falcata, il movimento e l'energia dei gesti, l'estensione degli anteriori e l'avvicinamento dei posteriori.

La zoppia è più evidente al trotto e spesso è accompagnata da un movimento tipico della testa.

L'impulso naturale di un cavallo, si traduce nei suoi movimenti, ogni irregolarità e imperfezione, come per esempio l'ambio, appare in quel momento.

Lo spazio tra gli arti deve essere uniforme dall'alto al basso.

I piedi troppo ravvicinati in basso, se il cavallo presenta questo tipo di appiombamento, viene definito CAGNOLO, ciò significa che lo zoccolo è rivolto verso l'interno.

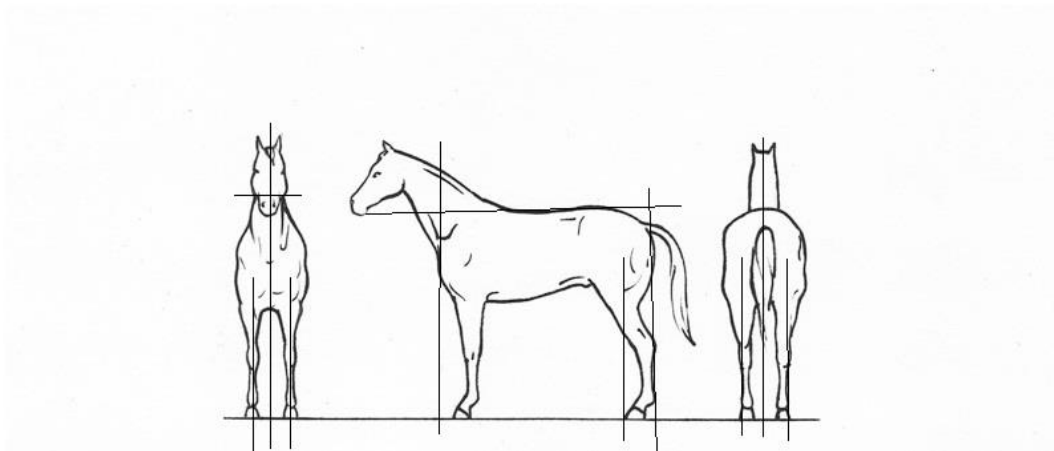
I piedi troppo distanziati e aperti verso in basso, se il cavallo presenta questo appiombamento viene definito MANCINO, cioè con gli zoccoli rivolti verso l'esterno.

Entrambi questi appiombamenti difettosi, determineranno una traiettoria difettosa agli arti.

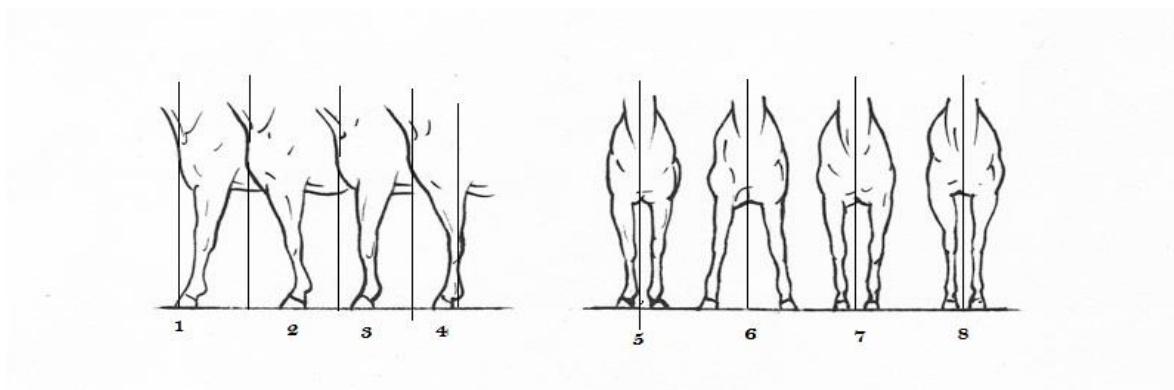
DIFETTI DI APPIOMBO COMUNI

Cavallo fermo

APPIOMBI CORRETTI

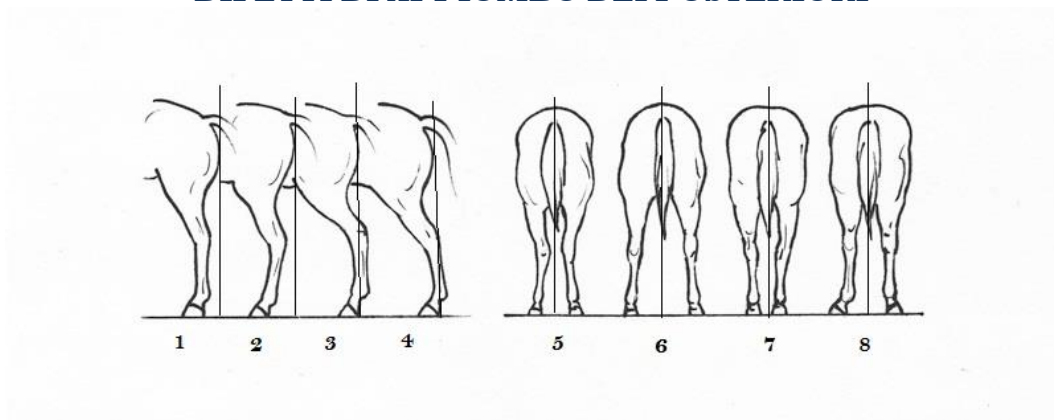


DIFETTI DI APPIOMBO DEGLI ANTERIORI



- 1 Fuori di sé 2 sotto di sé 3. Ginocchia di montone 4. Arcato avanti
5. Mancino davanti 6. Aperto davanti 7. cagnolo davanti 8. Chiuso davanti

DIFETTI DI APPIOMBO DEI POSTERIORI



- 1 dritto giuntato 2. Sotto di sé 3. obliquo giuntato 4. fuori di sé
5. cagnolo dietro 6 aperto dietro 7 chiuso dietro 8 mancino dietro

RAZZE E CONFORMAZIONE

LE RAZZE

Dopo aver determinato quali sono le caratteristiche che richiedete al vostro cavallo, occorre scegliere la razza di cavallo che risponde meglio alle vostre aspettative.

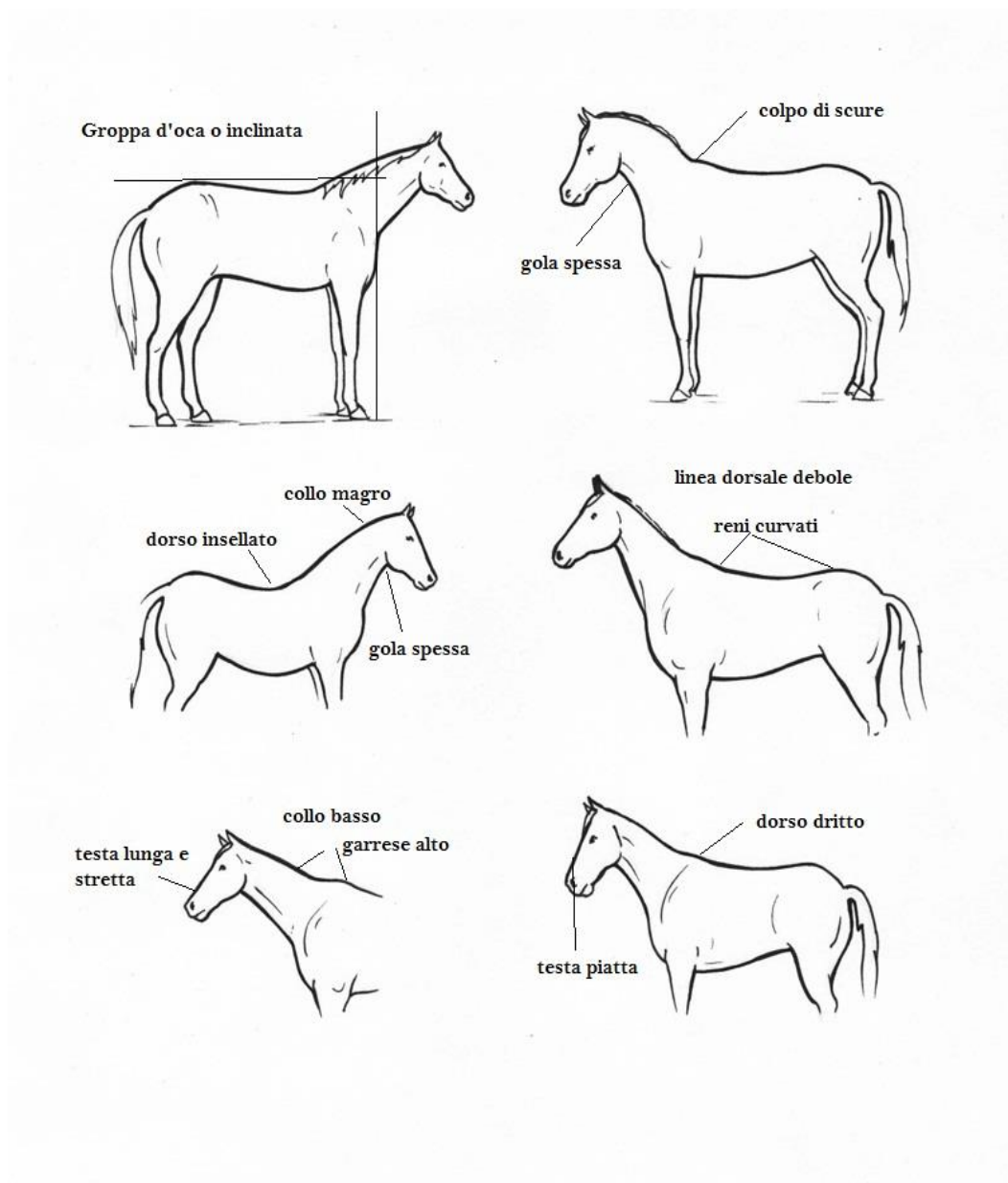
Le razze elencate qui di seguito, sono quelle più adatte per l'equitazione western:

QUARTER HORSE, APPALOSA, PAINT HORSE, ARABO, AVEGLINESE.

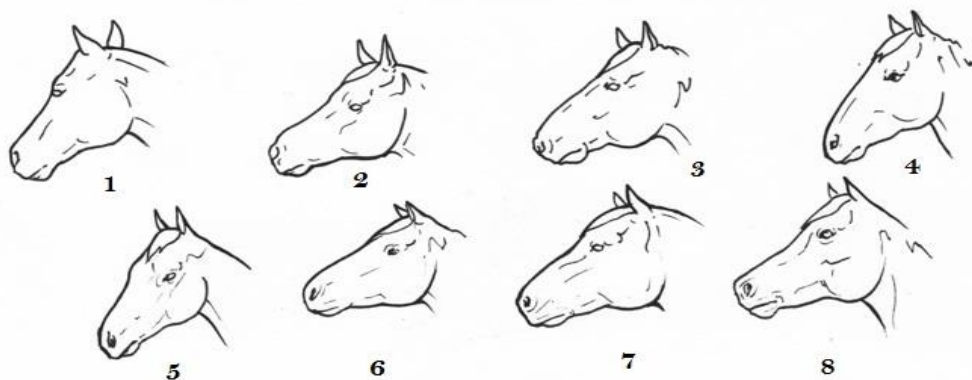
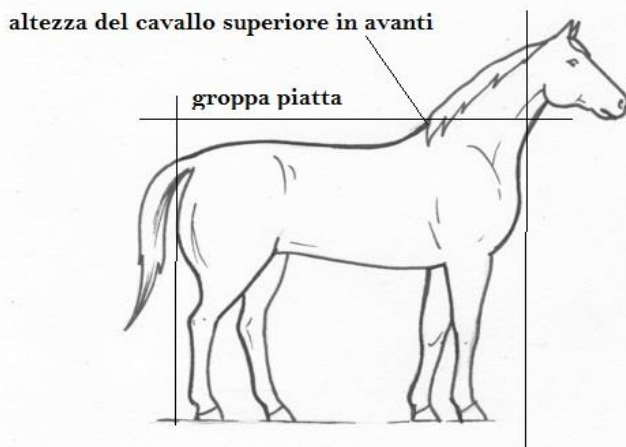
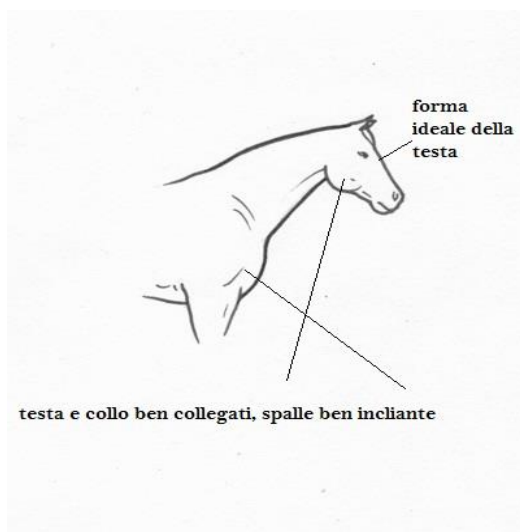
I rappresentanti di queste razze dimostrano maggiore attitudine per le discipline ed il lavoro della monta Western.

DIFETTI DI CONFORMAZIONE.

Qui di seguito, vi mostriamo i maggiori difetti di conformazione. Attenzione che un difetto di conformazione può non influire sul quello che ci aspettiamo dal nostro cavallo.



PUNTI DI CONFORMAZIONE

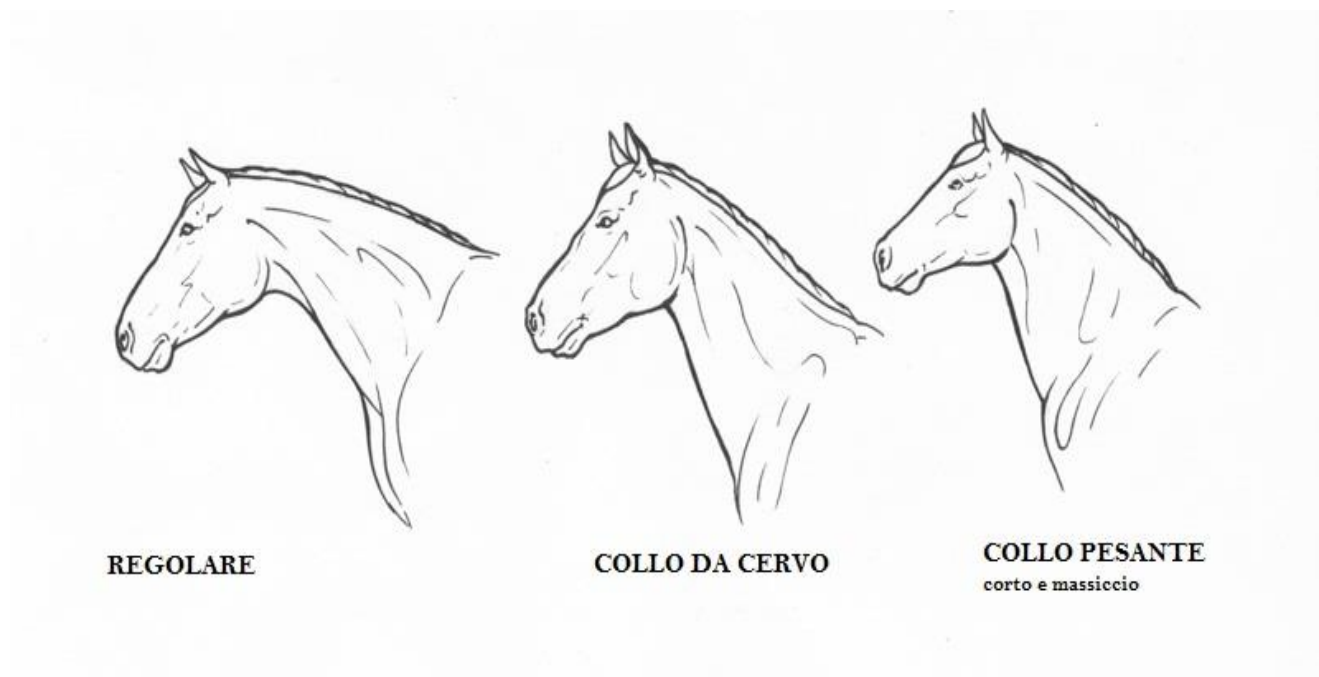


TESTA

1. Camusa
2. Di rinoceronte
3. Montonina
4. Arcata
5. Conica
6. Scarna
7. Grassa
8. Quadrata

INCOLLATURE

Disegni che mostrano i vari tipi di incollatura



SALITA DEL CAVALLO NEL VAN E TRASPORTO

Fino a qualche tempo fa, un cavallo poteva nascere, venire addestrato e morire nel suo luogo di residenza, oppure essere venduto una volta e trasportato nella sua nuova scuderia per rimanervi fino alla fine dei suoi giorni.

Oggi giorno i tempi sono cambiati, un cavallo può benissimo passare il suo tempo a percorrere il paese per partecipare ai concorsi, alle gare o ai trekking, oppure a degli stage di addestramento. Quindi esso deve poter salire facilmente sul van di trasporto. Non c'è niente di più noioso di essere gli ultimi a lasciare una gara o uno stage, cercando vanamente di far salire un cavallo al crepuscolo, senza magari che vi sia nessuno ad aiutarvi; oppure pensiamo semplicemente ad altre situazioni, in cui è necessario far scendere e salire il cavallo dal van in totale sicurezza, come ad esempio sulla banchina stradale o su una strada ghiacciata quando il veicolo è in panne. In tali circostanze il vostro cavallo dovrà essere in grado di scendere dal veicolo, stare fermo e rimontarvi rapidamente. Capiterà il giorno in cui dovrete imbarcare un cavallo senza nessun aiuto.

SIATE PRONTI! Questa è la prima regola quando caricate un cavallo sul van per la prima volta. Se la prima volta fallite perché avete dimenticato il materiale necessario o perché eravate poco numerosi la vostra seconda prova rischia di essere un fallimento completo. Per quanto concerne il materiale necessario, occorre un van adatto, omologato e con tutte le dotazioni di sicurezza; come la rampa stabile e antiscivolo, un pavimento in buono stato, sufficientemente grande da non rendere accentuare la sensazione claustrofobica.

Bisogna sempre tenere in considerazione la sicurezza, del cavallo e del trasportatore. Quindi un veicolo poco sicuro può risultare senza dubbio pericoloso.

Un' ultima raccomandazione che riguarda il van stesso. E' un' eccellente idea installare all'interno una o più luci per il trasporto di notte. Fissatele in modo che il cavallo non possa morderle o strappare i fili. Nei van di ultima generazione, è possibile montare delle videocamere, che vi permettono di controllare ciò che succede all'interno del van durante il viaggio. Assicuratevi che il van sia privo di chiodi, fili o sporgenze che potrebbero causare ferite al cavallo, oppure oggetti che possono finire sotto i suoi zoccoli durante il viaggio, non c'è nulla di più pericoloso di un cavallo che tenta di fuggire all'interno di un van in movimento. Un po' di fieno sarà utile durante il viaggio o quando il cavallo deve stare fermo nel van.

All'interno del van bisogna legare il cavallo agli appositi anelli, e prestare particolare attenzione, per evitare che possa imbrigliarsi nelle corde. Ricordatevi che una rete piena di fieno, posta all'altezza giusta, si abbassa quando viene svuotata e può costituire un rischio serio.

E' importante ricordare che, per trasportare i cavalli, bisogna essere in possesso di patenti speciali, che si possono conseguire seguendo dei corsi di scuola guida. La motorizzazione della vostra zona, potrà fornirvi tutte le indicazioni e le informazioni necessarie.

Negli ultimi anni è diventato obbligatorio anche applicare dei cartelli all'esterno del van, che indicano il trasporto di animali vivi.



Esempio di cartello per van o camion da trasporto

Se decidete di occuparvi personalmente del trasporto del vostro cavallo, è essenziale che vi informiate sui costi, i rischi ed eventuali problematiche che possono insorgere.

Vi ricordiamo però, che esistono dei veri e propri servizi per il trasporto cavalli, che si possono contattare all'occorrenza, si occupano del carico, del trasporto e della discesa del cavallo. Bisogna assicurarsi che sia professionisti, in questi casi potete informarvi nei concorsi oppure chiedere al vostro istruttore che saprà consigliarvi al meglio.

CARICARE IL CAVALLO SUL VAN

Caricare un cavallo sul Van richiede pazienza e molta preparazione, sia per il cavallo che per il cavaliere.

E' consigliabile per i primi tempi, essere affiancati da un professionista, che saprà intervenire in caso di necessità, non abbiate fretta di far salire il vostro cavallo, va ricordato che si tratta di animali molto sensibili e abitudinari, ogni cosa nuova, può turbare il loro equilibrio e scatenare una reazione naturale, quale la fuga o il rifiuto impennandosi o indietreggiando.

Se il cavallo non è mai salito sul van, è consigliabile fare delle prove, prima del giorno del trasporto, in tal modo, con calma e pazienza, capirà che anche i viaggi possono essere considerati un'abitudine dove non accade nulla e non un trauma da non ripetere mai più.

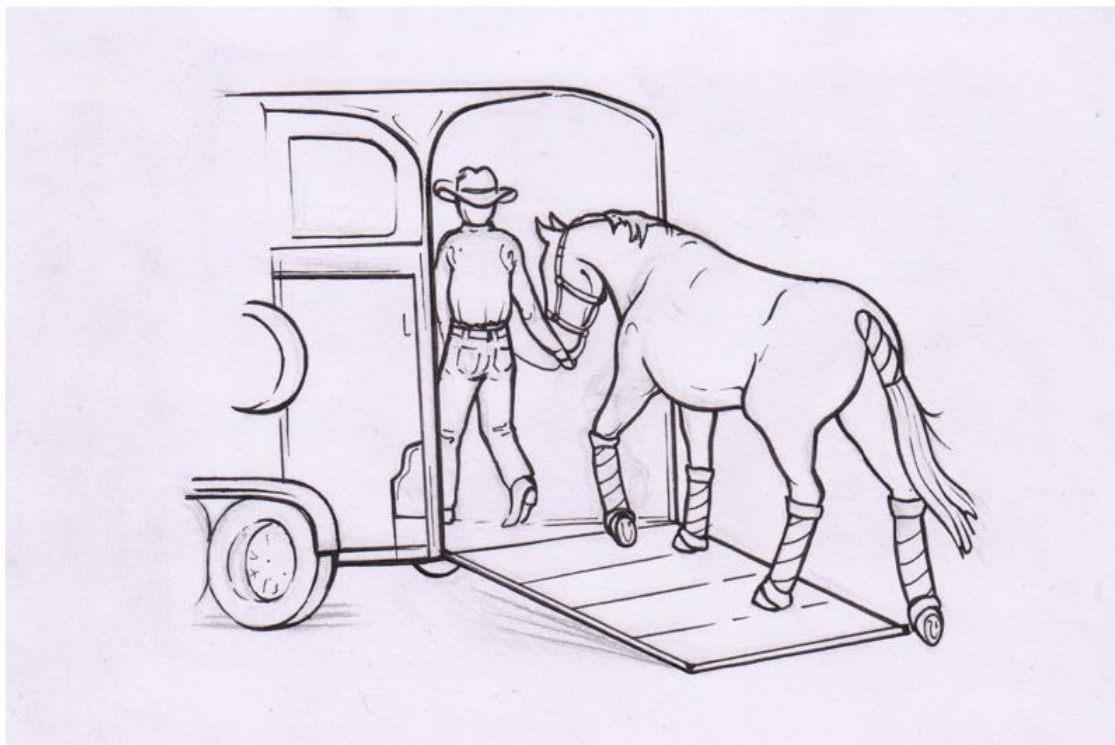
Di seguito elenchiamo per punti come caricare il cavallo sul van.

1. Mettete il veicolo nella posizione più stabile possibile, in modo che il rimorchio sia sullo stesso livello.
2. Prima di tutto, assicuratevi che il cavallo segua il movimento della capezza, con calma ma decisi, avvicinatevi al veicolo mettendovi al centro della pedana.
3. Guidate il cavallo in modo che si piazzhi davanti alla porta del van, senza esitazione iniziate a salire e fate in modo che vi segua, una volta entrato, legatelo all'apposita catena all'interno del van e chiudete la catena o il fermo di groppa. Con un cavallo docile è possibile effettuare quest'operazione da soli, anche se è consigliabile essere sempre accompagnati da qualcuno durante il carico di un cavallo.
Se il cavallo è meno docile o presenta incertezze, è meglio essere in due, una persona all'interno del van e una seconda si piazza all'altezza delle anche del cavallo, per guidarlo durante la salita.
4. Durante la salita nel van, assicuratevi che il cavallo si presenti diritto all'entrata per evitare che si graffi contro le pareti.
5. Se possedete un van a due posti e trasportate un cavallo solo, questo verrà piazzato di preferenza nel box di sinistra.

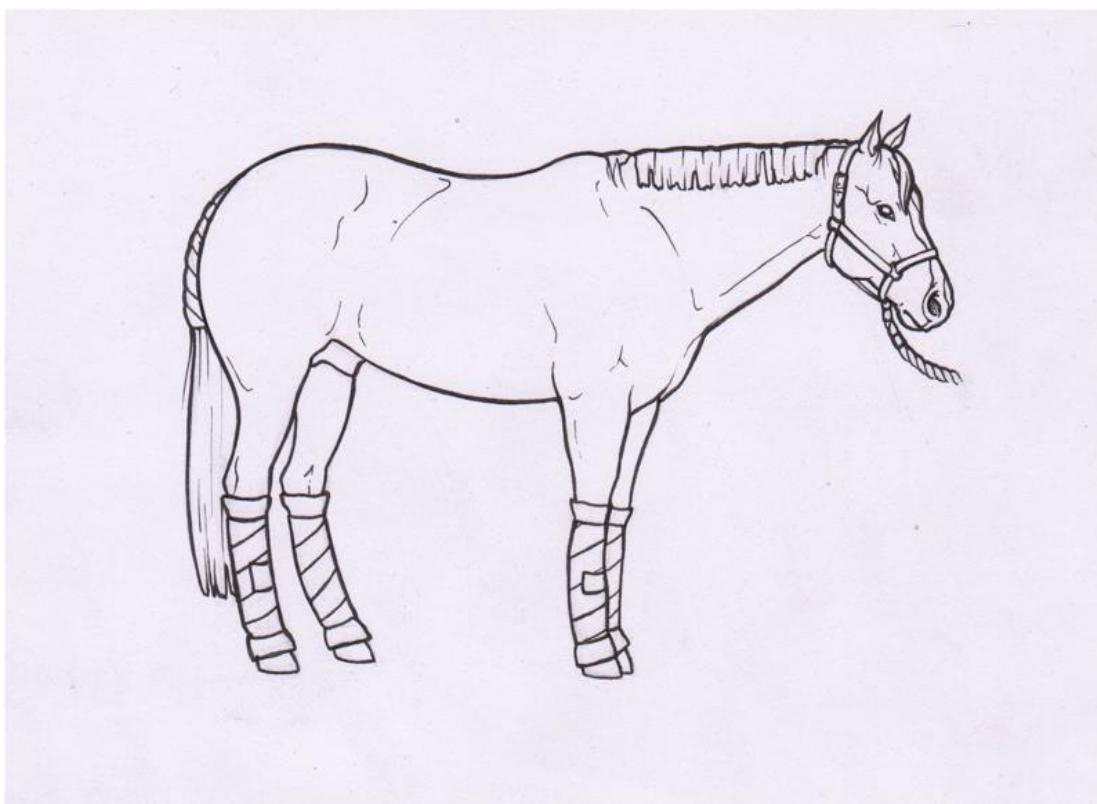
TRASPORTO DEL CAVALLO SU STRADA

1. E' consigliabile utilizzare sempre delle fasciature da trasporto, per evitare ferite, ma a condizione che il cavallo vi sia abituato.
2. Se fa freddo mettetegli una coperta. Nel caso di cavalli molto nervosi che sudano parecchio è consigliabile coperta di spugna.
3. Quando trasportate un cavallo, guidate con prudenza. Partite lentamente, prendete le curve con dolcezza e fermatevi piano, per non compromettere l'equilibrio del cavallo.
4. Controllate che il rimorchio e il veicolo siano in buono stato, specialmente il gancio traino.
5. Verificate la solidità del pavimento del rimorchio.
6. Utilizzate una buona lettiera.
7. Per lo sbarco del cavallo, procedete come per l'imbarco ma in senso inverso. Sbloccate per primo il cavallo, aprite la porta posteriore e staccate la catena di groppa, con calma chiedete al cavallo di indietreggiare, ed insistete affinché non esegua il vostro ordine.
8. Se avete problemi a far salire il vostro cavallo rivolgetevi ad un professionista.

CARICAMENTO DEL CAVALLO



L'illustrazione ci mostra un addestratore che conduce correttamente il cavallo per farlo salire sul van. Nel caso di qualsiasi problema, la presenza di un professionista competente è necessaria per motivi di sicurezza



Il Disegno mostra un cavallo ben preparato per essere caricato. Le fasce da trasporto o ghette scendono bene fino a coprire i talloni. La coda viene fasciata per proteggerla da eventuali sfregamenti contro le pareti del rimorchio. Un cavallo non abituato, potrebbe essere infastidito dalle protezioni, e quindi tentare di togliere durante il viaggio, dategli il tempo di abituarsi. Un ottimo esercizio è quello di fasciare il cavallo, anche se non deve essere trasportato, servirà all'animale per abituarsi e a voi come esercizio pratico per applicare le fasce.

IN SELLA

STUDIO ED IMPIEGO DEGLI AIUTI

GLI AIUTI - MANI

Occorre tener presente che ,per ottenere una buona risposta dal nostro cavallo, le mani e le gambe devono sempre lavorare insieme.

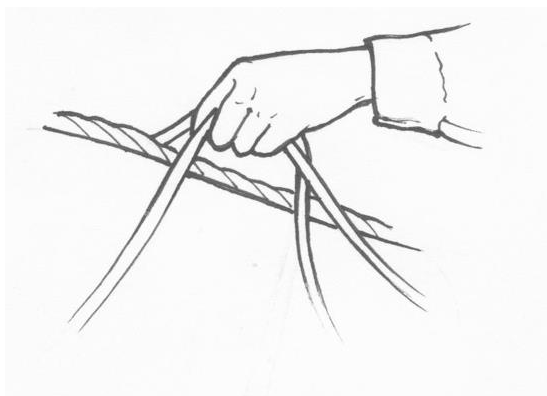
Le mani, resistono o cedono.

Quando sono fisse resistono. Quando seguono il movimento del collo cedono.

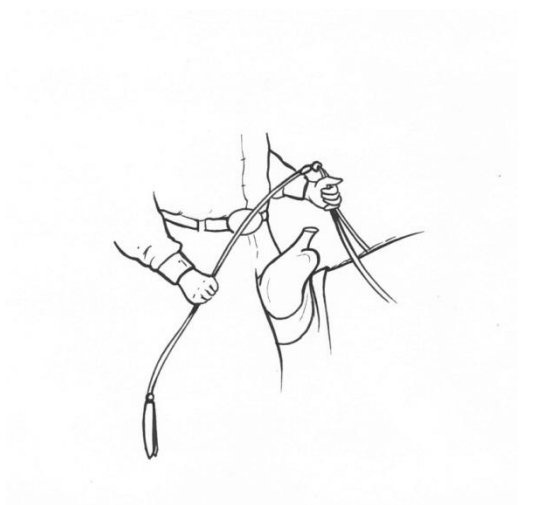
POSIZIONE DELLE REDINI AD UNA MANO.

Durante le gare si deve utilizzare una sola mano per tenere le redini e deve essere sempre quella prescelta; è vietato cambiare mano durante un percorso o una performance.

L'estremità delle redini deve cadere dalla parte della mano che tiene. E' permesso infilare un solo dito tra le redini, il dito indice.



Posizione corretta a una mano



Posizione corretta a una mano con le redini Romal

GLI AIUTI - LA VOCE

La voce è un aiuto utile. Può calmare il cavallo ed incoraggiarlo. L'importante è utilizzare la voce al momento opportuno senza abusarne. La voce serve a rinforzare l'effetto di un ordine.

Esistono dei suoni che servono per incoraggiare il cavallo, ad aumentare l'andatura, la così detta raganella, oppure delle parole che aiutano il cavallo a diminuire l'andatura.

GLI AIUTI - L'ASSETTO

L'assetto è un aiuto spesso sconosciuto o sottovalutato. Non bisogna confondere l'assetto con la posizione. L'assetto è la facoltà di tenersi rilassato, in equilibrio e di seguire i movimenti del cavallo.

Per montare bene occorre un assetto adeguato. Un buon assetto implica la migliore aderenza dei glutei e delle cosce al cavallo, permette al cavaliere di sentire i movimenti del cavallo, in particolare quelli del dorso e dei posteriori. E' grazie all'assetto che potrete scoprire se l'andatura al galoppo è corretta, disunita o falsa.

COME REGOLARE LA CADENZA.

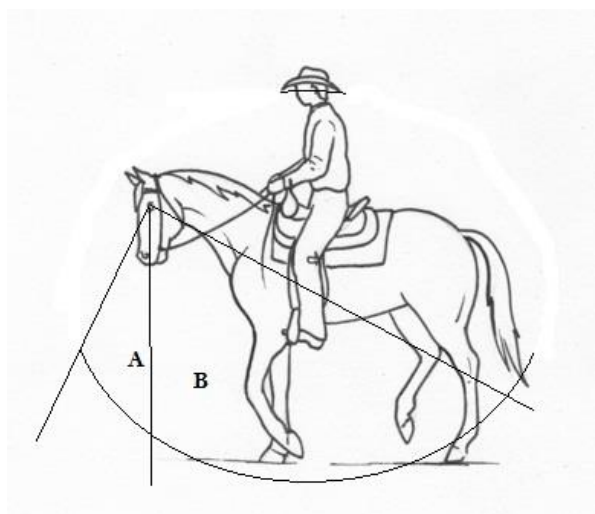
Un cavaliere principiante deve essere in grado di lavorare solo nel maneggio alle tre andature, mantenendo la cadenza desiderata. Il principiante dovrà utilizzare gli aiuti indicati alla tre andature.

Tutto dovrà essere visto e approfondito dal vostro istruttore.

TRANSIZIONI

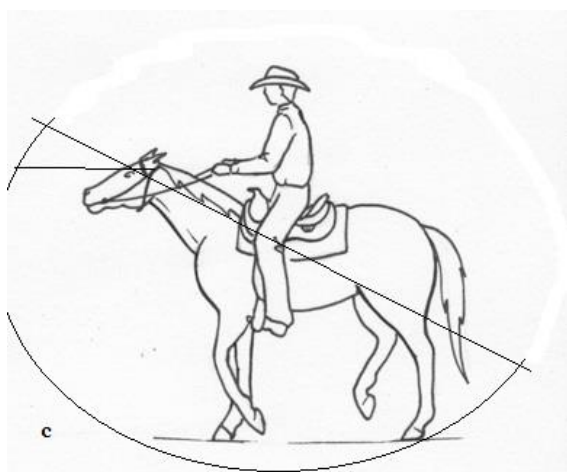
Si chiederà al cavaliere principiante di passare dal passo al trotto, dal trotto al galoppo, dal galoppo al trotto, dal trotto al passo. Anche in questo caso l'impiego degli aiuti è molto importante.

VISIONE DEL CAVALLO SECONDO LA POSIZIONE DELLA TESTA



A Buon controllo e buona visione
B Visione quasi inesistente e controllo debole.

Quando un cavallo mette la testa in posizione verticale può vedere il suolo davanti a lui.



C: Visione debole e controllo scarso.

Quando il cavallo alza la testa è pericoloso perché non riesce a vedere bene il terreno davanti a sé. Il cavaliere ha meno controllo, perché, alzando la testa il cavallo perde contatto con l'imboccatura, cioè si appoggia ad essa e cerca di sottrarsi.

TROTTO BATTUTO E DIAGONALI.

Il trotto è un'andatura a due tempi; gli arti del cavallo si spostano in diagonale. Così l'anteriore destro si sposta insieme al posteriore sinistro. L'anteriore sinistro e il posteriore destro seguono il secondo tempo.

Quando il cavallo trotta lentamente è facile seguire il trotto seduto. Quando il cavallo allunga le falcate, il trotto seduto diventa scomodo. Il cavaliere allora può passare al trotto battuto.

Il trotto battuto si esegue sollevandosi dalla sella un tempo su due. In altre parole un tempo in posizione seduta e un tempo in posizione sollevata.

DIAGONALI

DIAGONALE ALTROTTO BATTUTO

- Se l'anteriore destro tocca il suolo quando il cavaliere è in posizione seduta, il cavaliere si trova sulla diagonale destra.
- Se l'anteriore sinistro tocca il suolo quando il cavaliere è in posizione seduta, il cavaliere si trova sulla diagonale sinistra.

Si può vedere la diagonale anche dalla posizione sollevata o di sospensione, esempio quando l'anteriore destro è sollevato il cavaliere è in sospensione, è sulla diagonale destra. Viceversa per la sinistra.

- Se il cavaliere desidera cambiare diagonale, deve rimanere sollevato due tempi, oppure rimanere seduto per due tempi.

LA BUONA DIAGONALE È UNA DIAGONALE ESTERNA. Per mantenere il cavallo in equilibrio

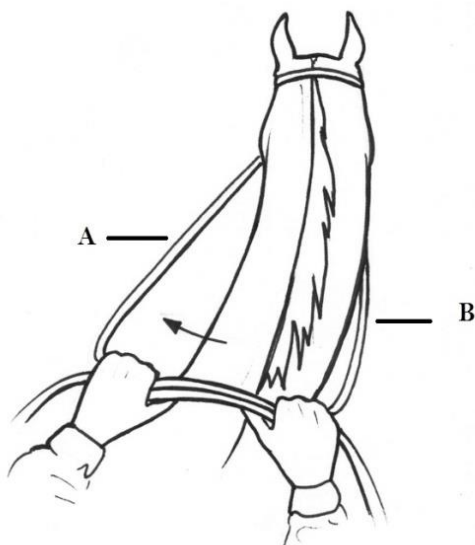
Esempio, se il cavaliere gira verso sinistra, deve essere sulla diagonale destra. In altre parole, il cavaliere si solleva quando l'anteriore destro si alza dal suolo.

Il trotto battuto è utile ed essenziale per l'equitazione western per i seguenti motivi:

1. Aiuta a sviluppare l'impulso necessario al cavallo.
2. Aiuta a sciogliere cavallo e cavaliere.
3. Aiuta a bruciare l'energia di un cavallo focoso.
4. Protegge la schiena del cavallo
5. Aiuta a partire al galoppo sul piede giusto.

EFFETTO DELLE REDINI

REDINE D'APPOGGIO- CURVA A SINISTRA



A: Redine d'apertura sinistra.

B: Redine d'appoggio destra.

Meccanismo: per girare verso sinistra a due mani, la redine d'appoggio destra viene portata verso sinistra e poggia leggermente sul collo del cavallo senza passare al centro. La redine d'apertura sinistra permette di portare il naso del cavallo nella direzione desiderata. La redine d'appoggio deve essere leggermente rilasciata; quando il cavallo non risponde bene a questa, si insiste con la redine d'apertura. Il cavaliere manterrà l'impulso con le gambe se necessario.

Risultato: Il cavallo si sposta nella direzione indicata con la redine d'appoggio, la redine d'apertura facilita il compito e le spalle e le anche seguiranno il suo naso.

IL CERCHIO

Il cerchio è una figura fondamentale, nell'equitazione western, ritroviamo questa figura, sia negli esercizi di base che nelle competizioni più importanti.

Mantenere un cavallo, all'interno della traiettoria del cerchio, leggermente piegato a "banana", vale a dire con il naso, il collo e le anche leggermente piegate verso l'interno del cerchio, nella direzione in cui stiamo andando.

La redine d'appoggio è fondamentale per eseguire questa figura, insieme all'aiuto delle gambe serve anche a flettere il cavallo sul cerchio; avendo così la possibilità di correggere il cavallo passo per passo, per mantenere la posizione giusta.

CESSIONE ALLA GAMBA

La cessione alla gamba è la reazione alla pressione di una delle gambe del cavaliere, dietro la cinghia della sella, per creare un movimento laterale, uno spostamento, più o meno accentuato a seconda della pressione, della forza esercitata dal cavaliere.

Un esempio di movimento dato dalla cessione alla gamba è il Side Pass, o passo laterale, che vedremo meglio nel quarto STEP

RELAZIONE TRA IL CAVALIERE E IL COMPORTAMENTO DEL CAVALLO

Attraverso il suo atteggiamento e i suoi comandi, un cavaliere produce nel cavallo, subito o gradatamente un'abitudine mentale negativa o positiva.

Un cavaliere nervoso trasmette il suo nervosismo al cavallo.

Un cavaliere indolente incoraggia la mancanza di attenzione del suo cavallo.

Per ottenere il massimo dal suo cavallo il cavaliere deve dimostrarsi calmo e interessato.

I suoi comandi devono essere precisi per non creare confusione nell'animale, se lo riprende, e solo nei casi necessari, deve farlo nei momenti di cattiva condotta e in modo sensato, in modo che il cavallo associ il rimprovero e l'errore. In questi casi bisogna agire con criterio per conservare il rispetto e l'attenzione del cavallo. Bisogna che il cavallo abbia un'attitudine positiva verso i suoi compiti per evitare, i tentativi di fuga o i rifiuti.

IL CAVALLO DEVE LAVORARE IN SIMBIOSI CON VOI E NON CONTRO DI VOI, DEVE RISPETTARVI E NON SOLTANTO TEMERVI. RICORDATEVI CHE FORMATE UNA SQUADRA CHE DEVE LAVORARE IN ARMONIA

CONDIZIONE FISICA DEL CAVALIERE

Molti cavalieri ignorano l'importanza di una buona condizione fisica, cedono erroneamente che una buona forma fisica non serve per stare seduti su un cavallo.

Bisogna invece ricordarsi che è fondamentale avere una buona condizione fisica per poter montare a cavallo.

Bisogna vedere e provare come una buona condizione fisica migliori le capacità di chi guida un cavallo per crederlo.

I problemi che impediscono ai cavalieri di riuscire bene sono i seguenti:

- 1. Mancanza di agilità**
- 2. Mancanza di forza e resistenza**
- 3. Mancanza di fiato**
- 4. Sovrappeso**

E' consigliabile attuare un programma di preparazione fisica atto ad eliminare questi problemi, tale programma deve includere i seguenti elementi.

1. Esercizi di flessione e stretching , centrati sulla capacità di rendere più elastici e distendere diversi gruppi muscolari.
2. Fitness e body building leggero, evitando di sviluppare muscoli che potrebbero disturbare il cavaliere (esempio, cosce troppo grosse). Una buona conoscenza di diversi tipi anatomici come pure la funzione dei muscoli utilizzati.
3. Esercizi atti a ridurre l'eccesso di peso e a far venire il fiato e la resistenza fisica, come la corsa leggera, oppure gli esercizi genericamente aerobici come ad esempio la bici o lo step.

ESERCIZI FISICI PER MIGLIORARE LA FLESSIBILITA' E LA FORZA.

E' possibile migliorare la vostra posizione in sella grazie a diversi esercizi destinati al riscaldamento e all'equilibrio del corpo, delle braccia e delle gambe. Per sciogliere il corpo sarà utile fare delle flessioni e rotazioni. Gli esercizi di equilibrio vanno eseguiti in sella, raccomandiamo per la posizione seduta di condurre il cavallo con i piedi fuori dalle staffe e di eseguire le tre andature. Vedere primo STEP per gli esercizi consigliati.

ESERCIZI PER IL CAVALIERE

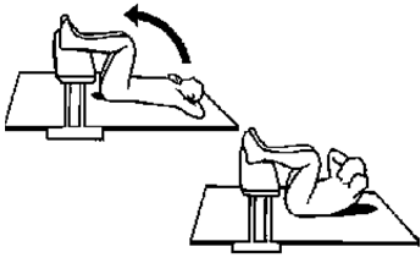
Prima di lanciarsi in un programma di Body Building e di messa in forma, occorre sapere quanto segue:

1. Dovete essere in buona salute ed essere stati sottoposti recentemente ad un esame medico.
2. Dovete conoscere la funzione di ogni gruppo muscolare nella pratica dell'equitazione.
3. I tipi anatomici e il loro sviluppo muscolare sono elementi molto importanti perché bisogna evitare uno sviluppo eccessivo di certi muscoli.

Tutti gli esercizi aiutano a migliorare la scioltezza. Tutti gli esercizi che implicano le gambe possono essere eseguiti con delle cavigliere con pesi per aumentare la forza e l'intensità dell'esercizio.

ESERCIZI

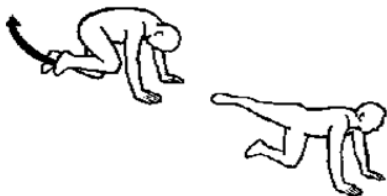
ADDOMINALI:



Con le gambe a squadra su una panca o una sedia, questa posizione preserva il collo e la schiena durante l'esecuzione, sollevate il busto verso le ginocchia, ponete le mani dietro la nuca, per sorreggere la testa. Sollevatevi contraendo l'addome, ritornate lentamente alla posizione di partenza e ripetete.

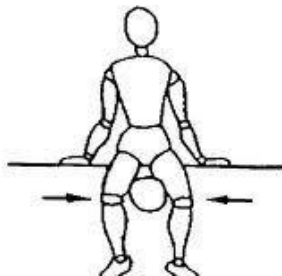
Questo esercizio sviluppa i muscoli addominali che sono molto importanti per la posizione del tronco del cavaliere

GLUTEI E DORSALI



Mettetevi carponi alzando la testa e guardando davanti a voi. Tendere una gamba, alzandola ma mantenendola al livello della schiena, tenete la posizione per 5 secondi e poi riportate la gamba in posizione di partenza. Ripetete anche con l'altra gamba, alternando. Questo esercizio fa lavorare i muscoli estensori dei fianchi, i glutei e i dorsali. Per il cavaliere questi muscoli permettono di rinforzare la coscia e la posizione della pelvi

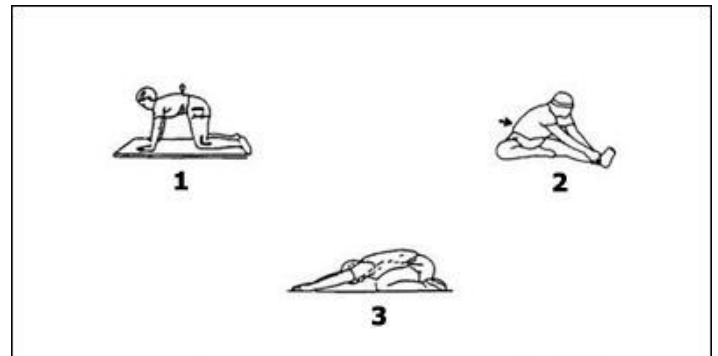
ADDUTTORI INTERNO COSCIA



Seduti con una palla tra le ginocchia, stringete la palla, mantenete la posizione per 5 secondi e rilasciate, senza far cadere la palla. Potete anche fare questo esercizio, spingendo le ginocchia con le mani, contrapponendo la spinta delle ginocchia verso l'interno a quella delle mani verso l'esterno. Questo esercizio sviluppa e

potenzia i muscoli adduttori delle cosce, che servono al cavaliere per stringere le cosce sulla sella.

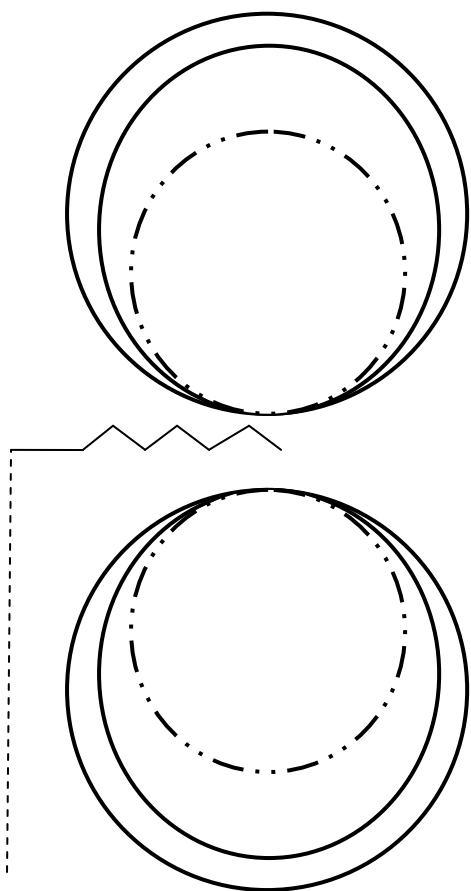
ESERCIZI PER LA SCHIENA



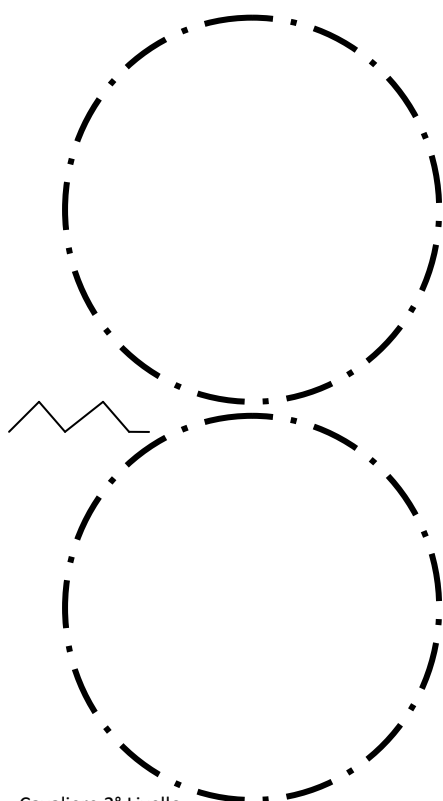
Nel disegno vengono riportati alcuni esercizi che aiutano a stendere e potenziare i gruppi muscolari della schiena.

1. Mettetevi carponi, sollevate e poi inarcate la schiena con movimenti lenti e regolari. Questo esercizio migliora la flessibilità dei gruppi muscolari del trapezio e della zona lombo sacrale.
2. Assumete la posizione dell'ostacolista, e fate scivolare lentamente il busto in avanti, sulla gamba tesa, prendendo la caviglia, mantenete la posizione per alcuni secondi e poi rilasciate lentamente. Ripetete alternando le gambe. Questo esercizio stende i gruppi muscolari della schiena e aiuta a rendere flessibili gli adduttori delle cosce.
3. Assumete la posizione raccolta, con i glutei appoggiati alle caviglie, scivolatelo lentamente in avanti con le braccia tese, mantenete la posizione e ritornate lentamente in posizione di partenza. Questo esercizio aiuta a rendere elastici i muscoli del trapezio, utili al cavaliere per lavorare in modo corretto con le redini, senza sforzare più del necessario il collo.

PERCORSO 2° Livello Cavaliere



1. AL PASSO SINO AL CENTRO
2. UN CERCHIO A MANO SX AL TROTTO SEDUTO
3. UN CERCHIO AL GALOPPO LENTO
4. UN CERCHIO AL GALOPPO VELOCE
5. UN CERCHIO AL GALOPPO LENTO
6. UN CERCHIO AL TROTTO SEDUTO
7. CAMBIO DI MANO AL TROTTO SEDUTO
8. UN CERCHIO A MANO DX TROTTO SEDUTO
9. UN CERCHIO AL GALOPPO LENTO
10. UN CERCHIO AL GALOPPO VELOCE
11. UN CERCHIO AL GALOPPO LENTO
12. UN CERCHIO AL TROTTO SEDUTO
13. STOP AL CENTRO 3 PASSI DI BACK



1. CERCHIO MANO SX TROTTO BATTUTO
2. CAMBIO DI DIAGONALE AL CENTRO
3. CERCHIO A MANO DX TROTTO BATTUTO
4. CAMBIO DI DIAGONALE AL CENTRO
5. UN CERCHIO A MANO SX TROTTO BATTUTO
6. STOP AL CENTRO 3 PASSI DI BACK



Corso base di Equitazione Western Cavaliere 2° 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

