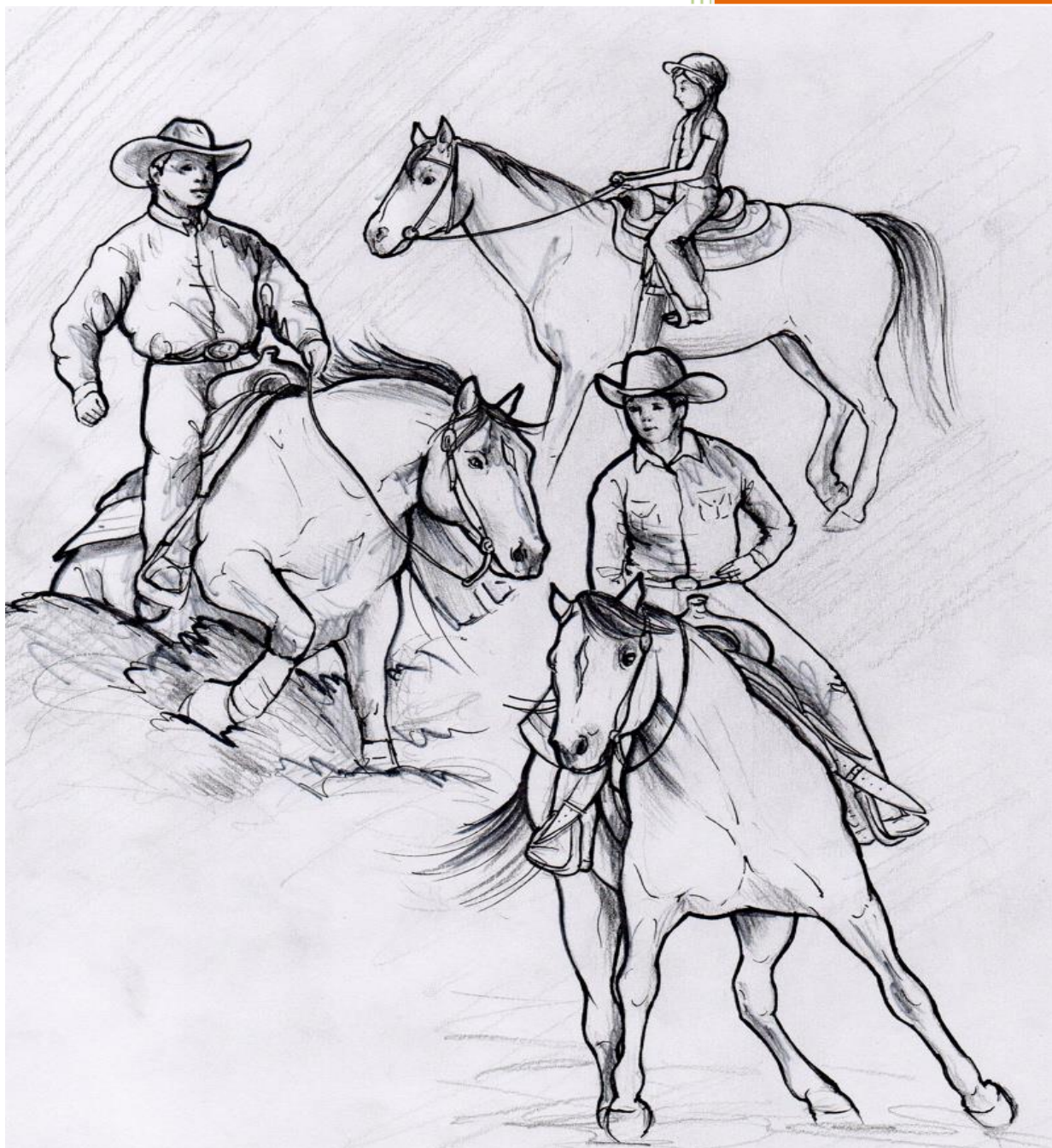




## Corso base di Equitazione Western



**Cavaliere 4° Livello**



## Corso base Equitazione Western Cavaliere 4° 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 IV 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.

- **Capire e spiegare la base per riunire il cavallo.**
- **Eseguire dei cerchi al galoppo.**
- **Eseguire un cambio di piede semplice da entrambi i lati partendo da un cerchio o da una serpentina.**
- **Dimostrare le giuste metodiche della corda.**
- **Spiegarne l'appoggiata laterale o side-pass e farne la dimostrazione.**
- **Spiegare gli esercizi di scioglimento e farne la dimostrazione.**
- **Spiegare la flessione laterale e farne la dimostrazione.**
- **Fare la dimostrazione di tutti gli esercizi pratici dei Livelli 1,2,3**

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

# INDICE

## **GESTIONE DI UNA SCUDERIA**

Costruzione di una scuderia  
Alloggi e lettiere  
Guida all'alimentazione equina.

## **ALLENAMENTO FISICO DI UN CAVALLO**

Allenamento del cavallo  
Psicologia del cavallo

## **LAVORO A TERRA**

La corda

## **IN SELLA**

Esercizi di preparazione  
La riunione o posizione raccolta  
Passo laterale  
Appoggiata  
Cambi di piede scomposti.

## **PERCORSO IV STEP**

## GESTIONE DI UNA SCUDERIA

### COSTRUZIONE DI UNA SCUDERIA E CONDIZIONI D'ALLOGGIO

La prima cosa da prendere in considerazione quando si costruisce una scuderia è il clima. Le basse temperature e le nevicate d'inverno, le estati calde sono tutti fattori che si devono ben tener presenti per la maggior parte delle regioni del nostro paese.

Prima di costruire bisogna assicurarsi che si possano tenere dei cavalli su quel terreno, ed informarsi bene sui regolamenti provinciali e comunali relativi alla scuderie ed ai cavalli, non dimenticando anche le regole sanitarie obbligatorie del servizio nazionale.

Questi regolamenti variano da un comune all'altro. I rappresentanti locali del comune, possono consigliarvi in merito alla distanza necessaria tra scuderie e abitazioni, lo spazio minimo da riservare ad un certo numero di cavalli, il ritiro del letame ecc.

La posizione ideale per la costruzione di una scuderia è su un terreno sopraelevato, ciò assicura un buon drenaggio. Un terreno troppo umido o mal drenato rischia di diventare presto fangoso a causa del frequente passaggio dei cavalli; i sistemi di drenaggio rischiano di diventare inutilizzabili se non vengono mantenuti regolarmente.

Una scuderia deve essere posizionata vicino ad una strada, ciò facilita il trasporto del foraggio e del letame. Si deve prevedere uno spazio sufficiente per la costruzione di un recinto, che se possibile, darà accesso al pascolo.

Il proprietario che prevede la costruzione di una scuderia deve essere a conoscenza di alcuni criteri fondamentali.

- Larghezza del corridoio centrale, almeno 2,4m.
- Dimensioni dei box, 3x3 di lato, altezza minima 2,7m.
- L'entità dei metri cubi di spazio, si calcolano circa 300 metri cubi di spazio vitale, compresi i corridoi.
- Il carico massimo supportabile da tetto della scuderia, varia da regione a regione e dal progetto della scuderia.

Sarà fondamentale rivolgersi ad un costruttore professionista, che potrà darvi consigli, in base alle vostre esigenze di spazio e numero di cavalli.

Una buona ventilazione è altrettanto necessaria per il ricambio dell'aria e per controllare il tasso di umidità. L'umidità prodotta da un cavallo a riposo, è molto elevata.

Se la ventilazione è buona è facile espellere l'umidità in eccesso, cambiando l'aria viziata, con aria pulita e fresca. L'aria carica di umidità è pregiudizievole per le

attrezzature e per la salute del cavallo, causando problemi all'apparato respiratorio.

Nelle scuderie di piccole dimensioni, alcune finestre e dei ventilatori possono bastare a regolare il tasso di umidità. E' consigliabile mantenere la scuderia a bassa temperatura.

Un'attenta osservazione ed una lunga esperienza hanno dimostrato che, per mantenersi in buona salute vivendo all'esterno nei nostri climi, i cavalli non hanno bisogno di altro che una buona alimentazione e di un buon mantello.

I cavalli possono vivere bene in una scuderia a bassa temperatura a condizione che sia secca, che non ci siano correnti d'aria e si disponga di una buona lettiera. Se la scuderia è mantenuta nelle suddette condizioni, i cavalli non soffriranno per gli sbalzi termici quando entrano ed escono dall'edificio.

I cavalli regolano il loro pelo in maniera naturale, a seconda del freddo che sentono, se tenuti in una scuderia con una temperatura accettabile e con un tasso di umidità basso, e mettendo una coperta relativamente pesante, si potrà evitare che il manto del cavallo cresca eccessivamente durante il periodo invernale, un manto più lungo significa maggior sudorazione e maggior tempo per asciugarlo.

Se si tosa il cavallo sarà necessario mettergli una coperta invernale.

### ALLOGGIAMENTO

L'alloggiamento dei cavalli dipende dal tipo di cavallo. Un alloggio semplice basta per un cavallo che lavora poco, bisognerà invece prevederne uno più ampio e capace di contenere tutte le attrezzature per un cavallo da concorso o gara o un cavallo da equitazione (noleggio per passeggiate)

Non esistono regole fisse per l'organizzazione dell'interno di una scuderia, la tendenza attuale è quella di costruire scuderie ad un piano; ciò nonostante numerosi proprietari, per ragioni architettoniche e/o di spazio costruiscono scuderie a due piani, soprattutto per depositare il fieno.

### LETTIERE

Esistono vari tipi di lettiera

- **Paglia:** è la più tradizionale, ma il suo sta sparendo in quanto comporta un notevole lavoro di manutenzione e il suo valore assorbente è abbastanza limitato.
- **Truciolo:** Molto diffuso per la praticità e facilità di manutenzione, molto alto il suo potere assorbente
- **Pula di riso:** diffusa nelle zone di coltivazione del riso, presenta solitamente un

basso costo, ma il suo potere assorbente è limitato.

## **GUIDA ALL'ALIMENTAZIONE EQUINA**

Negli ultimi anni sono stati svolti numerosi studi sull'alimentazione equina. E' doveroso seguire delle precise norme di alimentazione e tenere sempre che il cavallo deve essere ben alimentato. Ricordiamo anche che l'acqua pura è alla base di ogni dieta.

### **LO SCOPO DI UNA BUONA ALIMENTAZIONE**

- Assicurare gli elementi per la crescita ed il mantenimento.
- Produrre calore ed energia. Ricordiamo che la maggior parte del cibo ingerito è destinato a produrre il calore necessario per mantenere la temperatura corporea.
- L'alimentazione fornisce gli elementi regolatori alle funzioni vitali.

Numerosi cavalieri, tendono erroneamente a sovralimentare i propri cavalli. Questi animali assumono troppa energia in rapporto al lavoro che effettivamente svolgono. Molti cavalli sono mantenuti in sovrappeso per sembrare più belli, ma proprio come nell'essere umano, anche nel cavallo l'obesità è causa di molti problemi, dall'affaticamento cardio respiratorio, mancanza di agilità, rischi per gli arti e in generale una condizione di salute non ottimale.

D'altro canto molti cavalli sono sotto alimentati, la quantità del cibo che si fornisce loro non è sufficiente in rapporto alla mole di lavoro che debbono affrontare. Quando si tratta di alimentazione la cosa importante è determinare la giusta razione per ogni cavallo. La quantità varia a seconda della tipologia di cavallo, del lavoro che svolge dell'età. Bisogna prestare attenzione agli sbalzi di peso in più o in meno in un arco di tempo determinato. Un cavallo solitamente perde peso in minor tempo, per il recupero invece sono necessari tempi più lunghi. La fonti di energia sono principalmente fornite da fieno, mangimi, cereali e concentrati.

### **FIENO**

Un fieno di buona qualità è alla base dell'alimentazione equina.

Nell'acquisto del fieno bisogna sempre prestare attenzione al rapporto tra il valore nutritivo ed il costo. Ecco alcuni criteri di valutazione della qualità del fieno  
Periodo di raccolta: un fieno tagliato ancora giovane sarà più digeribile di un fieno raccolto in fioritura avvenuta. Più il fieno è vecchio e più conterrà elementi difficili da digerire (lignina). Bisogna accertarsi che non sia troppo secco o polveroso. Un fieno di buona qualità deve essere ricco di foglie, verde chiaro e con un buon profumo.

Un cavallo adulto (450kg) consuma in media circa 5/8kg di fieno al giorno, divisi in 2/3 somministrazioni. Questa quantità varia a seconda della qualità del fieno, del temperamento del cavallo, del clima e del lavoro svolto.

Esistono vari tipi di fieno.

### **Fieno di Leguminose: erba medica**

Particolarmente ricco di proteine concentrate soprattutto nelle foglie.

### **Fieno di graminacee : loietto**

Buon rapporto energetico con un contenuto di proteine più basso rispetto all'erba medica.

### **Fieno pilifita:**

composto da più essenze.

## **CONCENTRATI**

Si danno dei concentrati ad un cavallo per aumentare il contenuto energetico e proteico nella sua razione quotidiana.

I principali concentrati sono: avena, orzo, mais, frumento.

L'avena è il cereale di norma preferito al altri in virtù del suo relativamente alto tenore in grassi. Si può aumentare l'apporto di proteine aggiungendo della soia o semi di lino.

### **DIRETTIVE PER LE RAZIONE DI FIENO E CONCENTRATI**

(cavallo da 450kg)

Mantenimento: cavallo a riposo o lavoro leggero  
Fieno 4-7kg, concentrato 0.5-2 kg.

Cavallo in attività media:Fieno 4-6kg, concentrato 2-5kg

Gestazione :Usare un mangime specifico fieno come mantenimento

Lattazione: Aumentare i concentrati e ridurre il fieno

Stallone: le razioni dipendono dal peso, dall'attività, dagli accoppiamenti, dall'età, dalla razza e dal clima.

Puledro: si può iniziare con i concentrati all'età di 2 settimane, questi debbono essere appetitosi per facilitarne l'assunzione. Indicativamente si danno 200-300gr. ogni 45kg di peso. Dopo lo svezzamento si passa a 450-700gr. per 45kg di peso. Il fieno va somministrato in porzione.

2. Esaminare regolarmente la dentatura.
3. Evitare i cambiamenti improvvisi nella dieta.
4. Nutrire il cavallo ad intervalli di tempo regolari.

## **ALTRI ALIMENTI DELLA DIETA**

Troviamo minerali in tutte le piante e cibi per animali. I minerali sono elementi nutritivi essenziali, necessari per la salute ed il mantenimento delle funzioni vitali. I minerali sono molto importanti per le funzioni organiche in quanto:

- Sono elemento costitutivo delle ossa e dei denti, danno rigidità alla struttura scheletrica.
- Alcuni minerali costituiscono parte delle cellule viventi. Ad esempio troviamo fosforo nei tessuti nervosi. Il Calcio è indispensabile alla concentrazione muscolare. Sodio, cloro e Potassio partecipano alla trasmissione nervosa.
- Lo Zolfo è presente nei peli e negli zoccoli.
- Il Cloruro di Sodio deve essere sempre a disposizione degli animali, che regolano spontaneamente l'assunzione di sale.
- Oltre a Fosforo e al calcio, i cavalli hanno bisogno di altri minerali. Solitamente questo fabbisogno viene coperto da un'alimentazione di buona qualità. Lo Iodio è necessario per una buona funzione della tiroide; tutti i minerali sono ugualmente importanti per la salute del cavallo. Non dimenticate che l'eccesso di un minerale può causare la carenza di un altro, anche se quest'ultimo è presente in quantità idonea alla dieta.

Se le vitamine sono necessarie per la salute del cavallo, non è detto che lo debbano essere tutte quelle contenute nell'alimentazione. Infatti il fegato produce la vitamina C e ricava da altre sostanze precursori le vitamine D, E, A, K.

E' doveroso accertarsi della presenza della vitamina A nella dieta del cavallo, Essa è contenuta soprattutto nell'erba verde e in piccola quantità nei cereali. La carenza di vitamina A porta problemi oculari, cutanei, riproduttivi e calo delle difese immunitarie.

La vitamina D è importante per l'assorbimento del Calcio e del Fosforo. Una carenza di questa vitamina porta al rachitismo.

Perché il proprio cavallo rimanga in buona salute bisogna seguire queste regole.

1. Predisporre un adeguato programma antiparassitario.

Non fornire mai al cavallo alimenti di scarsa qualità. Bisogna pulire regolarmente la mangiatoia e la bacinella dell'acqua, accertarsi che il cavallo abbia sempre acqua pulita e fresca.

Il corpo di un cavallo è costituito per il 75% di acqua, può arrivare a bere anche 50/60 litri al giorno. Se il clima è caldo e se lavora intensamente la sudorazione sarà elevata e ci sarà un importante calo di Sali minerali che andranno reintegrati.

Non improvvisate la razione di cibo per il vostro cavallo, ma consultate un veterinario che saprà valutare le esigenze alimentari in base alla funzione dell'attività svolte.

## **ALLENAMENTO FISICO DI UN CAVALLO**

E' di primaria importanza per un cavallo fare un allenamento costante, per restare in buona forma.

Allenare un cavallo presuppone la conoscenza dei diversi muscoli implicati nei movimenti e delle maniere di svilupparli a mezzo di esercizi idonei.

In un programma quotidiano di esercizi bisogna ricordare che i movimenti veloci non accelerano i processi di sviluppo muscolare, mentre gli esercizi eseguiti con lentezza favoriscono questi processi.

Quando si intraprende un programma di allenamento fisico del cavallo, bisogna fare attenzione alla protezione dell'animale e alla durata degli allenamenti.

In rapporto all'età del cavallo, il successo o meno del vostro programma dipenderà dall'intensità del lavoro svolto. Si può sottoporre un cavallo ad allenamento, dai primi mesi di vita sino ai 20 anni circa. Se il vostro programma è troppo breve, non otterrete i risultati sperati, d'altronde se troppo intenso o protratto nel tempo rischia di essere pregiudizievole per la salute del cavallo.

Lo scopo primario dell'allenamento è quello di sviluppare i muscoli dell'animale e adattare i sistemi respiratorio e cardiocircolatorio allo sforzo che deve essere fatto durante la competizione; inoltre l'allenamento irrobustisce articolazioni, tendini e legamenti.

Altra cosa è addestramento, che consiste nel ripetere più volte un esercizio fino a che non diventa quasi spontaneo e perfetto nell'esecuzione.

Se il compito diventa troppo duro, sia dal punto di vista mentale che fisico, la prima cosa che si nota è la perdita di appetito.

Qualunque sia il valore dell'allenamento se il cavallo non è supportato da una dieta idonea non si rinforzerà mai e avrà problemi di crescita e mantenimento.

Se trovate un cavallo troppo spesso sdraiato nel box, significa che è stanco e teso.

D'altro canto, in un programma di allenamento destinato ad un cavallo giovane è consigliabile lasciargli la possibilità di distendere le gambe e riposarsi. Dove sta dunque il giusto confine tra permissivo e troppo rigido? Quando l'animale diventa sonnacchioso o perde l'appetito significa che l'allenamento è troppo duro. Dal momento in cui constatate questa situazione ci vorrà circa un mese per recuperare il giusto equilibrio nell'allenamento del cavallo. Un programma di allenamento mal somministrato può avere delle serie conseguenze. Se si obbliga un cavallo troppo giovane a sforzi eccessivi, esso rischia di sfiancarsi, di avere delle coliche o di riportare danni all'apparato scheletrico. Che possono essere anche incorreggibili e pregiudicano quindi la carriera del cavallo.

## **PSICOLOGIA DEL CAVALLO**

L'immagine del cavallo fornita da scrittori e poeti è senza ombra di dubbio non corrispondente alla realtà, non rispecchia quella che è la vera condizione di questo animale. Il grande coraggio e l'ardimento tanto decantati sono frutto di fantasie. Il cavallo è un animale timido, pauroso e ama la vita tranquilla, anche se addomesticato conserva la sua natura innata e quel senso di libertà profondamente radicato.

La vita selvaggia richiedeva, in caso di pericolo, un'azione difensiva immediata: Tirare calci, mordere fuggire. La fuga è fra i mezzi di difesa messo in atto più frequentemente.

Il suo rapporto con l'uomo deve essere improntato sulla fiducia, anche se verso di lui l'atteggiamento deve essere fermo e deciso.

Il cavallo, come l'uomo presenta dei lati del carattere soggettivi, possiamo così incontrare cavalli pigri, irritabili, indifferenti, ubbidienti, testardi, curiosi, generosi.

Il suo stato d'animo si manifesta attraverso il nitrito o il gemito, il gemito è un suono basso, solitamente si manifesta in caso di dolore, il nitrito invece può essere acuto, di breve o lunga durata e con intensità differenti a seconda delle situazioni che si manifestano. Lo stato d'animo di un cavallo si interpreta anche dai suoi padiglioni auricolari(orecchie).

Quando l'animale porta contemporaneamente indietro le due orecchie, ripiegandole sull'occipite, c'è da aspettarsi una voglia di ribellione o aggressività.

Quando porta le orecchie alternativamente una avanti e l'altra indietro, se ne può prevedere uno stato di collera o sta cercando di sentire un suono, e trovare la direzione da cui proviene. Le orecchie immobili, sono sintomo di attenzione, solitamente verso qualcosa di sconosciuto, che potrebbe scatenare una reazione di fuga o semplicemente disattenzione.

## LAVORO A TERRA

### LA CORDA

Per condurre un cavallo alla corda, l'addestratore è a terra e fa in modo che il cavallo in un cerchio intorno a lui. Solitamente controlla il cavallo per mezzo di una lunghina. A volte e solo si può utilizzare il tondino, non è necessario che il cavallo sia tenuto alla lunghina. In entrambi i casi, comunque il controllo è assicurato grazie a buoni ordini verbali e all'uso della frusta da maneggio.

Per il lavoro alla corda si utilizzano: guanti, stinchiere, frusta. Non usate gli speroni perché potrebbero intralciare.

#### PERCHE' CONDURRE UN CAVALLO ALLA LONGIA?

- Per scozzonare un puledro.
- Per un addestramento più avanzato.
- Per allenare un cavallo che non si può cavalcare.
- Per insegnare ad un principiante a cavalcare.
- Per migliorare equilibrio e coordinazione dei cavalieri in occasione di esercizi specifici.

Il moschettone posto in cima alla lunghina, deve essere fissato all'anello situato al lato della capezza di fronte all'addestratore. Quando si inverte la direzione di marcia, bisogna quindi cambiare la posizione del moschettone. Il moschettone della lunghina non deve mai essere attaccato al morso. Il trotto è l'andatura più utilizzata per il lavoro alla corda. E' fondamentale ricordare che un atteggiamento calmo è alla base del successo di ogni tipo di lavoro. Gli ordini verbali devono essere dati a voce piuttosto alta e precisi. La frusta da maneggio va usata a seconda dei casi e della reazione dell'animale. Garanzie di successo sono l'esperienza e la pazienza dell'addestratore.

Quando l'addestratore lavora alla corda, accompagna la direzione del cavallo, allontanandosi gradatamente dal cavallo mentre questo continua a girare. L'allenatore spinge il cavallo in avanti per mezzo della frusta. L'addestratore mantiene la sua posizione al centro del cerchio che esegue il cavallo, tendenzialmente si posiziona in linea con l'altezza della sua spalla.

Un cavallo giovane, ma a volte anche uno maturo, avrà voglia di giocare all'inizio del lavoro alla corda, non c'è nulla di male, sarà l'addestratore che determinerà in base alla sua esperienza la durata del gioco.

Il lavoro alla corda, oltre che per i puledri, è utile anche per far sfogare l'eccesso di energia di un cavallo maturo.

Sui cavalli giovani è consigliabile circa 10 minuti di lavoro per ogni senso di marcia.

L'addestratore deve prestare attenzione all'eccesso di corda, che deve essere tenuta nel modo corretto, per evitare che si attorcigli. E' severamente vietato girare

la corda che avanza intorno al corpo, o alla mano, perché il cavallo potrebbe, cambiare direzione all'improvviso e trascinarci con lui.

Se il cavallo galoppa con il piede sbagliato, bisogna fermarlo immediatamente e farlo ripartire.

### UTILIZZO DEL TONDINO

E' consigliabile l'utilizzo di un recinto circolare, da 15 a 18m di diametro.

In tondino farete lavorare il cavallo alle tre andature e in entrambe le direzioni. Se lavorate un cavallo sellato, prestate attenzione alle staffe e alla cinghie. Una frusta si rende necessaria in taluni casi per aiutare il cavallo a rispettare i vostri ordini. Potete fare le vostre prime esperienze di cavaliere in tondino, lo spazio ristretto dal recinto da maggiore sicurezza.

Il terreno deve essere morbido e preferibilmente sabbioso.

# IN SELLA

## ESERCIZI DI PREPARAZIONE

Perché un cavallo possa eseguire con competenza e scioltezza i movimenti che gli vengono richiesti deve essere un buona forma fisica.

Il trotto è l'andatura fondamentale di lavoro, in particolare in un programma di allenamento. Il cavaliere deve capire se il cavallo è teso, rigido negli esercizi di marcia, di piccolo trotto e di trotto allungato, a maggior ragione non riuscirà a galoppare correttamente.



## IL CERCHIO

Il cerchio è la figura base per l'andamento del cavallo ben preparato. L'animale deve eseguire perfettamente la curva dalla punta del naso alla coda. Il cavallo non deve essere troppo curvo, altrimenti la sua andatura non risulterà regolare.

Il cerchio è una figura così fondamentale, per l'addestramento, se il cavallo non riuscirà ad eseguirlo perfettamente avrà delle difficoltà anche ad eseguire le rotazioni, i cambi di direzione ed i cambi di piede.

Il trotto è l'andatura migliore per insegnare ad un cavallo ad eseguire i cerchi. Il trotto deve essere abbastanza vivace per facilitare l'avanzamento del cavallo.

Bisogna che il cavallo riesca ad eseguire un cerchio, con un'andatura regolare senza tensione apparente al livello della bocca, anche se in un cerchio il cavallo cambia continuamente direzione.

L'esercizio in cerchio inizia con l'eseguire cerchi grandi regolari ed uniformi, esigendo che l'animale reagisca agli stimoli delle redini ogni volta che ne riceve l'ordine. Progressivamente, con calma e dolcezza, si ridurrà il raggio del cerchio. Per evitare problemi, dobbiamo affrontare il lavoro per gradi, si avranno dei problemi se saltiamo le tappe. Se l'assetto del cavallo, così come l'equilibrio non è corretto il cerchio risulterà irregolare; il cerchio è alla base di molti altri esercizi, e se mal eseguito darà origine a movimenti errati.

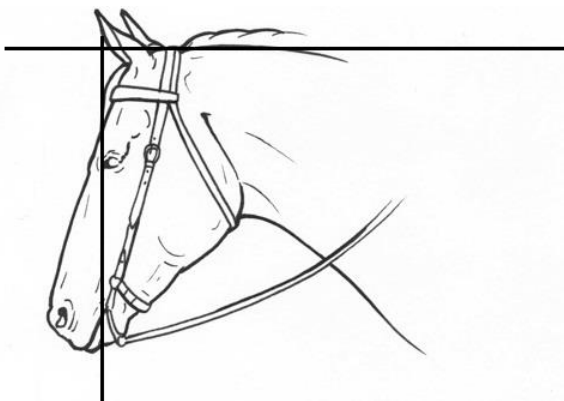
*Quando un cavallo esegue un percorso circolare, il suo corpo deve formare una curva uniforme dalla nuca alla coda, mantenendo la colonna vertebrale sulla traiettoria del cerchio. Deve mantenere questa posizione a tutte e tre le andature, passo trotto e galoppo.*

Un cavallo deve essere condotto con la minima pressione possibile, non bisogna tendere continuamente le redini. Dopo aver corretto l'errore, bisogna rilasciare l'aiuto per ricompensare il cavallo e per verificare anche se ha compreso la richiesta e la sta eseguendo correttamente e per ricompensarlo della buona esecuzione.

Quale sia il grado di resistenza del cavallo, le correzioni devono ispirarsi al principio, "io do una cosa a te , tu dai una cosa a me"

## LA RIUNIONE O POSIZIONE RACCOLTA

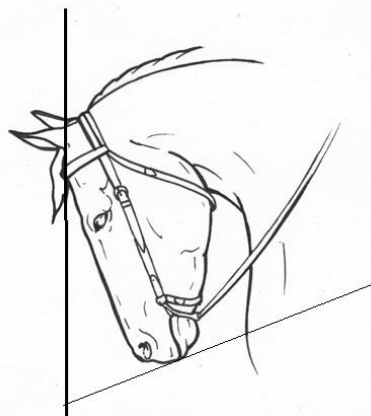
Si dice che un cavallo è in posizione raccolta, quando esso è in assetto tra le mani e le gambe del cavaliere. Il collo è allo stesso livello del garrese, o leggermente più in basso e forma una leggera curva, la nuca è perpendicolare al terreno e il naso è leggermente rivolto verso il petto. L'animale è in equilibrio, pronto ad andare nella direzione richiesta dall'aiuto del cavaliere. Per addestrare un cavallo ad essere riunito, bisogna spingerlo in avanti e nel contempo fare resistenza con le mani è un esercizio molto impegnativo e va eseguito con pazienza, il cavallo imparerà progressivamente. L'ideale è usare entrambe le mani, con la redine diretta, ma non opponete troppa resistenza, per evitare che il cavallo si appoggi al morso. Per sentire che l'animale si sta appoggiando all'imboccatura, ci vuole una discreta sensibilità nelle mani, quindi evitate di fare questo esercizio stringendo molto forte le redini, questo errore vi porta ad essere meno sensibili. Capire quando un cavallo è correttamente riunito necessita parecchio esercizio ed un lento e progressivo miglioramento da parte sia del cavallo che del cavaliere, non scoraggiatevi quindi se all'inizio l'animale tenterà di sottrarsi alla pressione delle mani o delle gambe. La resistenza delle mani, non deve essere mai superiore alla pressione delle gambe e viceversa, è una questione di equilibrio di forze e di sensibilità nell'accorgersi quando il cavallo cede e prende la posizione da noi richiesta, solo in qual momento possiamo allentare leggermente le pressioni e dare tempo all'animale di capire che ha eseguito il movimento in modo corretto. Questo esercizio può essere fatto sia al passo che al trotto e al galoppo, il trotto è comunque la migliore andatura. Per insegnare ad un cavallo la posizione raccolta spingete il cavallo verso il morso con le gambe e opponete resistenza con le mani. Nel caso l'animale si appoggi al morso, agite alternativamente con le mani. Il vostro istruttore potrà spiegarvi praticamente come fare.



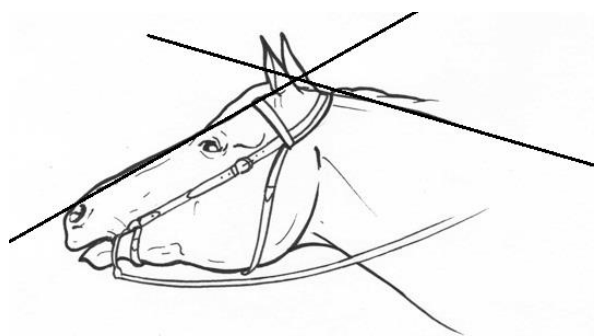
A Cavallo in posizione "ideale", nuca dritta a livello del garrese.



B. Cavallo "in mano", nuca perpendicolare al terreno.



C. Cavallo "incappucciato" naso troppo vicino al petto, angolo troppo corto.



D. Cavallo appoggiato al morso, nuca tendenzialmente parallela al terreno.

## PASSO LATERALE O SIDE PASS ( verso destra con due mani)

Nel passo laterale chiediamo al cavallo di camminare di lato spostandosi parallelamente al punto di partenza.

### METODO VERSO DESTRA

1. Due redini dirette, per “ chiudere la porta” verso l’andatura in avanti.
2. Pressione della gamba sinistra , spostata a circa 15cm dal sottopancia, le misure sono indicative e dipendono da molti fattori, la conformazione del cavaliere, la sensibilità del cavallo e del cavaliere, il grado di addestramento di entrambi, la pratica e il costante esercizio, ci faranno capire se abbiamo utilizzato l’aiuto nel modo corretto.
3. Se le spalle precedono le anche, si agirà con la redine contraria di opposizione a destra, per controllare la posizione delle spalle insieme ad una redine regolatrice sinistra per regolare la posizione del cavallo. Spalle e anche devono muoversi simultaneamente.

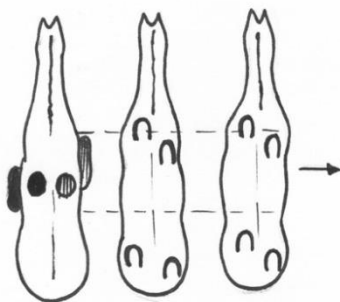


FIG. A : Il cavallo deve muoversi dritto o leggermente incurvato nella direzione voluta.

### METODO VERSO SINISTRA

E’ identico al metodo verso destra. Due redini ed in questo caso però interviene la gamba destra, la redine contraria di opposizione sinistra assieme alla redine regolatrice destra.

Per eseguire correttamente questo esercizio, gli aiuti devono essere molto precisi e devono essere eseguiti regolando le pressioni delle mani e delle gambe, più il cavallo sarà sciolto e ginnasticato sulle spalle e anche e minore sarà lo sforzo con il quale eseguirà l’ esercizio.

## APPOGGIATA

Questo esercizio viene eseguito in diagonale e può essere fatto sia al passo, al trotto o al galoppo. Il cavallo deve essere tenuto il più possibile parallelo ai lati lunghi del maneggio. Le zampe esterne incrociano quelle interne passando davanti.

### METODO VERSO DESTRA

Il cavaliere utilizzerà due redini dirette. La gamba sinistra del cavaliere sarà posizionata 15cm circa dietro la cinghia del sottopancia, guiderà, controllerà e darà l’impulso ai posteriori del cavallo. Durante questo esercizio è importante che il cavaliere usi in modo corretto la redine contraria di opposizione destra per bloccare o sostenere la spalla, poiché è proprio da essa che dipende il successo del movimento. La redine regolatrice sinistra è necessaria per controllare l’incurvatura dell’incollatura. All’inizio dell’esercizio il cavallo avrà il naso orientato verso l’esterno. Dopo qualche tempo il cavallo riuscirà ad eseguire l’appoggiata rimanendo dritto. Infine il cavallo riuscirà ad eseguire il movimento perfettamente, ossia con il naso puntato verso la direzione del movimento laterale. L’appoggiata è un esercizio di scioglimento, ma occorre aver sciolto bene le spalle e le anche del cavallo, con il side pass.



FIG B. Fasi dell’appoggiata.

### METODO VERSO SINISTRA

E’ identico al metodo verso destra, in questo caso però interviene la gamba destra, la redine contraria di opposizione sinistra assieme alla redine regolatrice destra.

## ESERCIZI DI FLESSIONE LATERALE

Il cavallo esegue delle flessioni laterali quando la curva della sua traiettoria si allarga seguendo l'ordine del cavaliere. Il cavallo adotta una posizione più arcuata nello spostarsi.

### METODO VERSO DESTRA

Partendo dall'esercizio in cerchio il movimento si esegue così:

- Redine contraria d'opposizione destra.
- Pressione della gamba destra a livello della cinghia
- Redine regolatrice sinistra.

### METODO VERSO SINISTRA

Partendo dall'esercizio in cerchio il movimento si esegue così:

- Redine contraria d'opposizione sinistra
- Pressione della gamba sinistra a livello della cinghia
- Redine regolatrice destra.

### RISULTATO

Questo esercizio serve ad aumentare il controllo laterale del cavallo. L'ampiezza del cerchio può essere aumentata o diminuita in rapporto al comportamento dell'animale.

Esempio: cavallo che butta la spalla all'interno, cavallo restio ad eseguire ampi cerchi, cavallo che taglia le curve ecc...

## CAMBI DI PIEDE SCOMPOSTI

Per cambio di piede scomposto s'intende quando il cavallo, dal galoppo sul piede sinistro, passa al galoppo sul piede destro (o viceversa) attraverso una transizione al trotto o al passo.

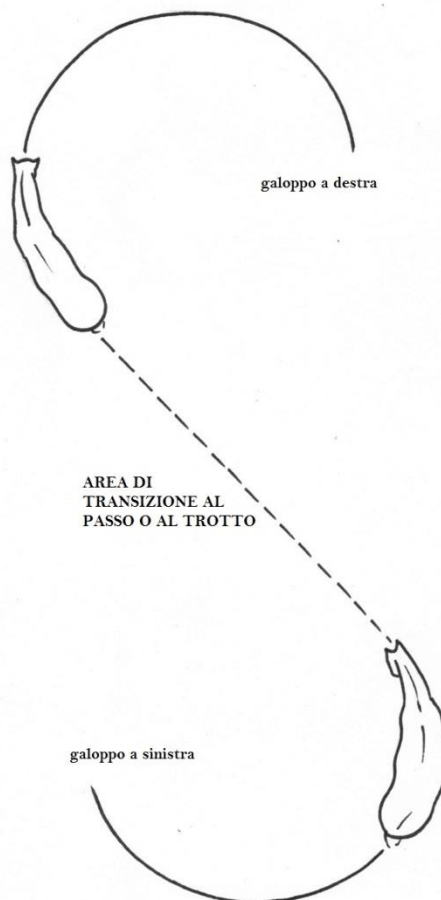
Le falcate di transizione devono essere fra tre a sei.

I cambi di piede scomposti possono essere eseguiti in linea retta, formando un otto, una serpentina o combinando queste due figure.

E' importante che il cavallo, sia diritto quando siamo nella zona di transizione, così da agevolare la transizione e la partenza al galoppo corretto nel minor numero di falcate possibili.

Per eseguire questo esercizio è fondamentale che gli aiuti siano dati correttamente, e che vengano rilasciati immediatamente dopo aver ottenuto quanto richiesto dal cavallo, anche qui si necessita di una buona dose di sensibilità e di pratica.

Maggiore sarà la nostra precisione, migliore sarà il risultato ottenuto dal cavallo, questo esercizio è la base fondamentale per affrontare il cambio di galoppo al volo, figura obbligatoria in competizioni Western, come il Western Riding o il Reining.



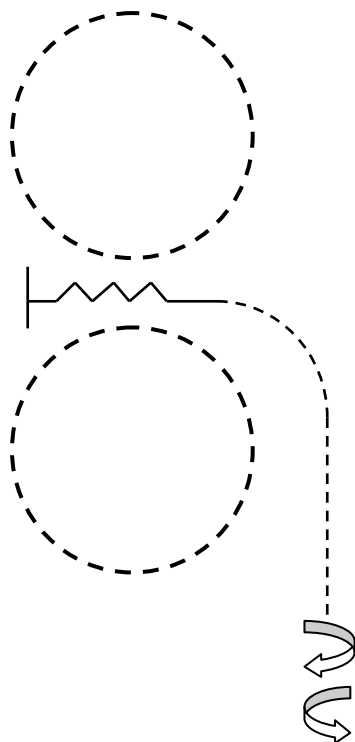
## **RIASSUNTO**

Il corso base di Equitazione Western, diviso in quattro Step, è stato concepito con degli obiettivi ben definiti, al fine di determinare le capacità di base del cavaliere Western e per garantire l'unificazione. Lo scopo formativo di insegnare a principianti il corretto approccio verso la monta Western, il rispetto per i cavalli, per gli altri cavalieri, per gli istruttori, per le regole di comportamento e tenuta che esistono in questa disciplina. Ecco alcuni vantaggi del corso e del manuale.

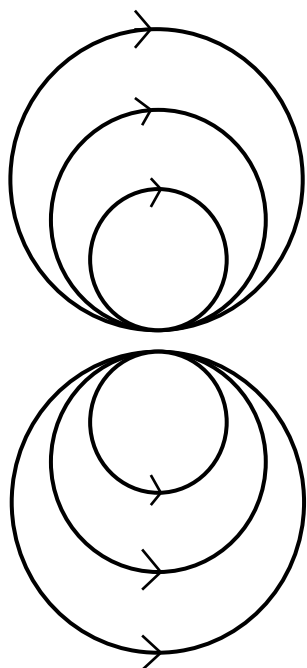
- 1. Il manuale permette al cavaliere di allenarsi e prepararsi in funzione degli obiettivi del corso.**
- 2. Il cavaliere può ripassare le lezioni precedenti e prepararsi agli argomenti seguenti.**
- 3. Il cavaliere ha la garanzia che, anche cambiano istruttore le linee direttrici del corso non cambieranno.**
- 4. Il conseguimento di tutti e 4 i diplomi, prepara il cavaliere a seguire il percorso formativo di istruttore di livello base.**
- 5. Il corso è stato concepito in Step, non è possibile passare allo Step successivo se non si sono superate le prove teorico pratiche dello Step precedente.**

# PERCORSO

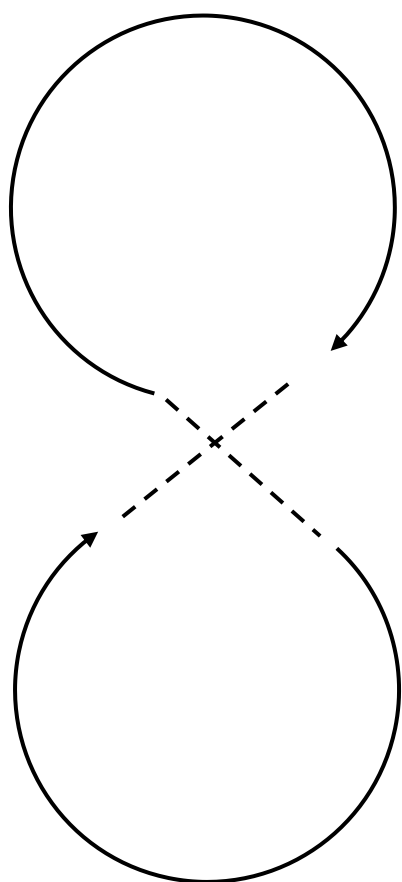
## 4° Livello Cavaliere



1. ESEGUITE UN PIVOT (360°) SUGLI ANTERIORI VERSO SINISTRA
2. ESEGUITE UN PIVOT (360°) SUGLI ANTERIORI VERSO DESTRA
3. TROTTO BATTUTO SULLA DIAGONALE DESTRA FINO AL CENTRO
4. IN CENTRO CAMBIARE DIAGONALE ED ESEGUIRE UN CERCHIO A DESTRA (10MT)
5. IN CENTRO CAMBIARE DI DIAGONALE ED ESEGUIRE UN CERCHIO A SINISTRA (10MT)
6. STOP ARRETRARE PER 3 O 4 METRI



7. ESEGUIRE UN CERCHIO AL GALOPPO VELOCE A DESTRA (15MT)
8. ESEGUIRE UN CERCHIO AL GALOPPO LENTO A DESTRA (10MT)
9. STOP IN CENTRO ED ESEGUIRE UN PIVOT SUI POSTERIORI VERSO DESTRA.
10. ESEGUIRE UN CERCHIO AL GALOPPO VELOCE A SINISTRA (15MT)
11. ESEGUIRE UN CERCHIO AL GALOPPO LENTO A SINISTRA (10MT)
12. STOP IN CENTRO ED ESEGUIRE UN PIVOT SUI POSTERIORI VERSO SINISTRA.



**13. ESEGUIRE UN CERCHIO AL GALOPPO LENTO VERSO DESTRA (15MT)**

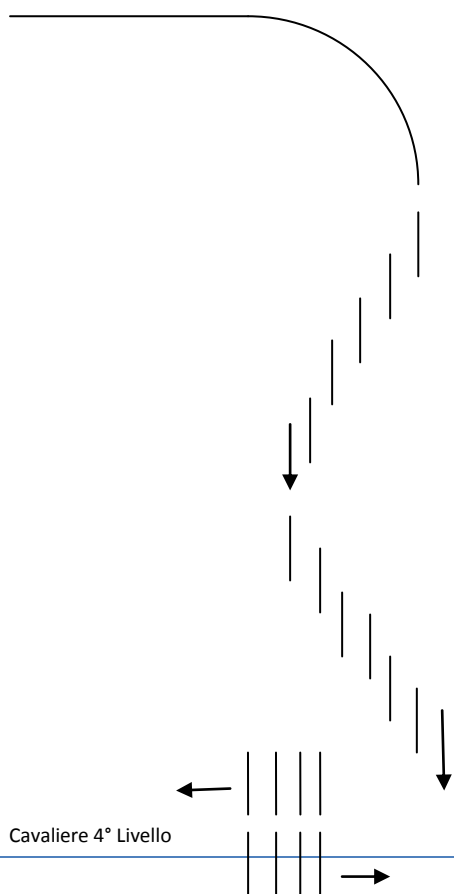
**14. ESEGUIRE UN CAMBIO DI PIEDE SCOMPOSTO**

**15. ESEGUIRE UN CERCHIO AL GALOPPO LENTO VERSO SINISTRA (15MT)**

**16. ESEGUIRE UN CAMBIO DI PIEDE SCOMPOSTO**

**17. TRANSIZIONE AL PASSO DOPO L'ULTIMO CERCHIO**

**18. PROCEDERE AL PASSO SINO ALLA FINE DEL LATO LUNGO DEL MANEGGIO.**



**19. APPOGGIARE AL PASSO VERSO IL CENTRO.**

**20. DAL CENTRO APPOGGIARE AL PASSO VERSO IL LATO LUNGO.**

**21. CONCLUDERE CON SIDE-PASS VERSO DESTRA E SIDE-PASS VERSO SINISTRA.**

**22. SCENDERE DA CAVALLO E PROCEDRE VERSO L'USCITA DEL MANEGGIO O VERSO L'ESAMINATORE.**







## Corso base Equitazione Western Cavaliere 4° 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*

