Exercices : Travail en Selle – Croiser les Postérieurs

La première fois que j'ai entendu parler de cette histoire de postérieurs, je n'ai pas du tout saisi l'intérêt de m'embêter avec cela, dans quel but ? … En un mot : EDUCATION !

Cet exercice est excellent pour plusieurs raisons : des raisons purement mécaniques bien sûr, mais aussi pour la souplesse et la légèreté, l'autorité et l'éducation à la réflexion.
Vous pourriez comparer cet exercice à celui consistant à montrer à un enfant comment dessiner un cercle, puis un trait, afin d'obtenir une lettre. Plus tard, ces lettres forment des mots qui deviennent des phrases, qui font des livres, etc. Alors, ne passez surtout pas à côté des bases !

Positions

Vous devriez commencer à l'arrêt, en position 3. Il y a trois méthodes permettant de croiser les postérieurs :

- 1ère méthode – fléchissez la tête, puis appliquez votre jambe pour pousser les postérieurs.
- 2nde méthode – prenez le soft feel et maintenez-le tout en poussant les postérieurs.
- 3ème méthode – sans toucher les rênes, utilisez uniquement les jambes pour pousser les postérieurs.

Les trois méthodes ont ceci en commun : vos épaules sont légèrement tournées vers l'extérieur afin de ne pas bloquer le mouvement du cheval et la pression vient de votre jambe que vous placerez en arrière de la sangle (la position est exagérée sur la photo).

Déroulement – 1ère méthode / flexion latérale et jambe

Ces méthodes sont présentées par ordre de difficulté, tant pour le cavalier que pour le cheval. La première méthode consiste à utiliser la flexion latérale pour arriver aux pieds. Donc, avant tout, fléchissez la tête de votre cheval et attendez qu'il se détende. Ensuite, positionnez votre jambe à l'arrière de son flanc et… patientez!
Laissez votre cheval chercher la solution par lui-même, laissez-le sortir vainqueur de cet exercice. Il essaiera plusieurs approches : arrêtez-le lorsqu'il se porte en avant, gardez la pression de votre jambe s'il tente de reculer ou de tourner en rond. Dès que vous sentez le postérieur intérieur se positionner en avant et en face du postérieur extérieur, relâchez la pression (rêne et jambe) et caressez-le, récompensez son effort.
Ensuite, comme d'habitude, il est temps de répéter l'opération de l'autre côté. Une fois que la directive est assimilée des deux côtés, répétez-la des dizaines de fois jusqu'à ce que votre cheval croise automatiquement les postérieurs à l'approche de votre jambe.

Déroulement – 2nde méthode / soft feel et jambe

Maintenant que votre cheval est habitué à ce mouvement, vous pouvez affiner vos directives. Cela implique évidemment que vous ayez déjà éduqué votre cheval au soft feel.
Prenez la cession de nuque et ajoutez la pression de votre jambe. La plupart du temps, les chevaux ont tendance à se porter vers l'avant : arrêtez-les et faites-les reculer de quelques pas sans relâcher la pression. Ensuite, assurez-vous de maintenir le soft feel et attendez.
Très vite, votre cheval va faire le lien entre cette directive et la première méthode et il tentera de croiser les postérieurs. Relâchez alors la pression et récompensez-le. Puis, comme d'habitude, répétez l'opération de l'autre côté et continuez jusqu'à ce que cela devienne un automatisme.

Astuce : Séparez les directives.

Assurez-vous de demander la cession de nuque d'abord, puis ajoutez la pression de votre jambe. Une fois que vous avez obtenu la réponse souhaitée, relâchez la pression de votre jambe mais maintenez le soft feel une ou deux secondes supplémentaires avant de le relâcher.

Déroulement – 3ème méthode / jambe seulement

Cette méthode est une combinaison des deux précédentes. Rênes longues, pressez simplement le flanc de votre cheval à l'aide du talon et attendez qu'il comprenne ce que vous lui demandez, à savoir de croiser les postérieurs.
Une fois de plus, assurez-vous de le garder au centre de votre rectangle s'il tente de se porter en avant ou en arrière. Pour le reste, veillez à ne pas vous mettre en travers de son chemin, laissez-lui le temps d'essayer, de chercher. Dès qu'il dégage ses postérieurs, relâchez la pression de votre jambe et caressez-le.

Astuce : Less is more…

Dès que votre cheval commence à répondre correctement à votre directive, il est temps pour vous d'être plus subtil. La pression de votre jambe doit se faire plus légère, votre talon se trouver moins en arrière sur le flanc. Faites-en un minimum pour obtenir un maximum.

Q&R

Que faire si mon cheval ne bouge pas du tout ?
Les plus jeunes chevaux peuvent avoir du mal à comprendre qu'ils doivent bouger leurs membres. Dans ces cas-là, assurez-vous de créer d'abord le mouvement. Mettez votre cheval au pas, fléchissez son encolure comme pour l'arrêt d'une seule rêne et placez votre talon sur son flanc pour lui faire croiser les postérieurs. Finalement, relâchez toute pression et récompensez-le.

Que faire si mon cheval continue de tourner en rond ?
Assurez-vous d'être allé aux toilettes avant de monter en selle, parce qu'il vous faudra peut-être y rester toute la journée… Le véritable enjeu est de rester patient, d'attendre que votre cheval comprenne ce que vous lui voulez. Ne tentez pas de forcer le mouvement, sans quoi vous finirez par avoir un robot vide de sens au lieu d'un cheval pensant !