MANUALE DI EQUITAZIONE

Federazione Italiana Sport Equestri

Manuale di equitazione

Presentazione

Il cavallo occupa sin dalle origini della civiltà un posto unico ed insostituibile nella storia dell'uomo. Nel XII secolo a.C. si trova traccia della presenza di carri trainati da cavalli usati per il trasporto e per il combattimento dal popolo ittita. Lo sviluppo della cavalleria come arma bellica, nel contesto delle civiltà asiatiche che entrano in contatto con la cultura greca, inizialmente crea fantasie popolari che si materializzano in rappresentazioni di figure mitologiche emblematiche. Successivamente l'acquisizione di conoscenze ed esperienze dirette determina la necessità di istituire un metodo per istruire i giovani guerrieri nell'arte di cavalcare. Il trattato di Senofonte è del IV° secolo a.C. e rappresenta il primo manuale di equitazione giunto sino ai giorni nostri. Da quel momento l'equitazione non ha mai interrotto il suo processo evolutivo, arricchendosi di sempre nuove esperienze derivanti da nuove osservazioni e nuove necessità. L'introduzione della staffa, per esempio, nasce, quasi certamente, da esigenze di maggior stabilità in sella, stabilità necessaria per facilitare l'uso della spada e della lancia, nel momento in cui "gli squadroni di cavalleria" in battaglia si trasformano in vere e proprie masse d'urto. L'equitazione medioevale rude, anche se pratica e funzionale, subisce una radicale trasformazione nel XV secolo ad opera del nobile napoletano Giovan Battista Pignatelli. L'impiego del capezzone e dei pilieri consente una più raffinata preparazione del cavallo, sfruttando al meglio la sua possente muscolatura e rendendo così possibile una espressione più agile dei suoi movimenti. Federico Grisone, allievo del Pignatelli scrisse il trattato "Gli ordini del cavalcare", testo a cui attinsero tutti i grandi maestri in Europa quali gli italiani Fiaschi e Caracciolo, i francesi Salomon de la Piane e Antoine de Pluvinel, l'inglese Marchese di Newcastle. Nel contesto di uno sviluppo culturale significativo l'equitazione accademica e di ricerca trovò terreno fertile per la sua evoluzione in Francia. Con la scuola di Versallies, fondata nel 1680 e distrutta durante la rivoluzione del 1792, la posizione del cavaliere in sella divenne più naturale e venne data grande importanza all'assetto: infatti gli allievi dovevano montare, per ben tre anni, senza staffe e speroni, alla ricerca della corretta posizione e dell'insieme. Gli scudieri di corte Signore di Nestier, il Visconte di Abzac, ma soprattutto Francois Robichon de la Gueriniere ebbero grande influenza sul metodo adottato a Versallies. La Scuola di Saumur, fondata già nel 1764 ed ancora esistente, a differenza della Scuola di Versallies non era un'accademia, ma una scuola militare. Nell'800 essa fu terreno di scontro tra due metodi, quello tutto personale ed assolutamente innovatore di Baucher e quello tradizionale del Conte D'Aure. Tale conflittualità ebbe termine con l'avvento del generale L'Hotte, che realizzò in modo del tutto originale la fusione dei due sistemi, raggiungendo la migliore sintesi di come debba risultare il cavallo

attraverso l'addestramento: calmo, in avanti, diritto. Nel 1823 Carlo Felice di Savoia fondò a Venaria la Regia Scuola Militare di Cavalleria, che in seguito fu trasferita a Pinerolo, ove venne chiamato a dirigerla un ex ufficiale austriaco: Cesare Paderni. In quella sede maturarono le nuove tecniche, che costituiscono la rivoluzione del nostro secolo. Federico Caprilli sconvolse le basi dei metodi precedenti.
Con l'introduzione del sistema naturale, Caprilli si riproponeva di mettere il cavallo nel suo atteggiamento, fissando il canone fondamentale che "non deve essere il cavallo ad adattarsi al cavaliere, ma il cavaliere al cavallo". La portata storica di questa affermazione ha condizionato in modo totale l'equitazione internazionale. La scuola francese, così come la scuola tedesca, che tanta importanza hanno avuto nella nascita e nell'evoluzione del Dressage moderno dovettero confrontarsi con i nuovi principi addestrativi, che davano risultati sorprendenti. Da allora i grandi maestri si sono moltiplicati e nel confronto hanno elaborato nuove tecniche addestrative, sia nel lavoro in piano che nell'esercizio del salto. La letteratura equestre ancora attuale è imponente; da Bacca a Podhaìsky, da Steinbrecht a Licart. Le scuole nazionali, pur con la loro impronta, tendono sempre di più ad identificarsi con una grande scuola internazionale. Il pensiero di Caprilli, ancora oggi, condiziona la ricerca, che ha molto approfondito lo studio della meccanica del cavallo e che ha razionalizzato l'impiego delle tecniche del passato con nuovi metodi di addestramento e di allenamento. L'esempio più significativo di tale condizionamento proviene dalla storia della giovane scuola Nord Americana. La storia equestre italiana più recente ha vissuto un passaggio traumatico dall'equitazione rigorosa ed uniforme della scuola di cavalleria all'equitazione civile, quest'ultima finalizzata unicamente al traguardo agonistico, in un ambito sportivo molto ristretto. Una certa miopia politica nell'individuare, nell'immediato dopo guerra, un impiego alternativo del cavallo rispetto all'uso come mezzo di trasporto o bellico, è alla base di scarsi investimenti nell'allevamento, nonché della scarsa attenzione da parte del mondo civile per il cavallo sportivo. Un concorso di cause, ha creato una situazione in cui l'espansione dell'equitazione, come sport amatoriale, trovasse la struttura equestre totalmente impreparata. Agli istruttori militari, ottimi conoscitori di regole, non sempre scritte, mancò un ricambio adeguato, permettendo la diffusione di criteri e metodi derivanti dall'improvvisazione. La pratica, ed a volte neppure questa, disgiunta da principi teorici uniformi hanno prodotto individualismi, che hanno aperto la strada alle influenze più varie e nefaste, con applicazione estemporanea di concetti, spesso male interpretati, eterogeni e confusi, derivanti dalle scuole straniere di maggiore prestigio. Questo atteggiamento avrebbe potuto portare ad una forma di colonizzazione che, in qualche

misura, se correttamente esplicata, avrebbe potuto dare risultati positivi, ancorchè lontani dalla nostra tradizione. Ma non è stato possibile riscontrare effetti positivi da tali comportamenti, in quanto, al di là di un serrato dibattito sui principi, si è affermata la tendenza ad imitare alcune tecniche, troppo spesso quelle coercitive, che, avulse da un "sistema", sono diventate mode di scarsa utilità e di nessun risultato concreto.

Gli istruttori formati nei corsi federali da ottimi tecnici, eredi di una negletta scuola nazionale, sono rimasti, tra i pochi, in possesso di un linguaggio equestre comune, ma la loro voce venne sempre più sovrastata da una babele folkloristica di lingue, parlate da istruttori improvvisati, ancorchè di buona volontà, praticanti e commercianti estemporanei, che hanno a lungo dissertato di sport equestre, senza parlare mai di equitazione. L'assenza di un testo di riferimento attuale, che avesse carattere ufficiale ha contribuito a confondere ulteriormente principi e linguaggio. Per questa ragione il Settore Formazione della Federazione ha ritenuto necessario aggiornare la propria manualistica con un nuovo testo, che ha il semplice obbiettivo di trascrivere alcuni principi fondamentali che riguardano il comportamento dell'uomo con il cavallo. Il nuovo manuale non vuole essere un atto di presunzione ne un trattato di ricerca per pochi eletti o stabilire concetti assiomatici, ma vuole porsi come uno strumento modesto ma certamente utile e divulgativo, probabilmente provvisorio, in quanto la manualistica deve costantemente aggiornarsi ed adeguarsi all'evoluzione della ricerca. E' stato realizzato uno strumento per conoscere alcuni concetti fondamentali, che devono essere patrimonio di tutti i cavalieri, sia che pratichino l'equitazione a livello agonistico o per diletto. Parallelamente a questo manuale è stato edito anche il "Testo guida per la formazione professionale degli istruttori di equitazione". Le due opere differenti per complessità, finalità e struttura, sono concepite come parte di un unico progetto. Finalmente in Italia si può parlare concretamente della ricostituzione di una "Scuola Nazionale di Equitazione". E' un obbiettivo oggi raggiungibile, che deve materializzarsi in un pensiero, in un metodo, in un linguaggio comune, per trovare successivamente una collocazione in uno, o più, luoghi o strutture. L'aver scritto i principi a cui si vuole fare riferimento, nonché i metodi da adottare per praticarli deve considerarsi un atto indispensabile per raggiungere un sistema unico e condiviso.

1. Conoscere il cavallo

Comportamento e organi di senso

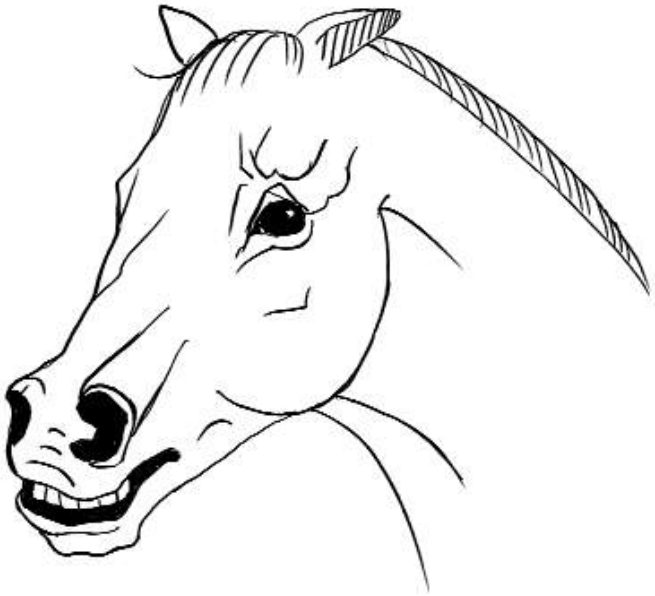
Capire il proprio cavallo è importantissimo per chi vuole vivere un'esperienza di vita a contatto di un animale unico al mondo. Capirlo significa conoscerne la natura antica. Il cavallo acquisisce le sue percezioni sensoriali, come ogni mammifero, attraverso organi che sono diversamente sviluppati dal nostri: apparati più ricettivi e sensibili che analizzano i segnali, codificandoli in un linguaggio antico, proprio di un animale di branco erbivoro, preda dei cacciatori, che nella fuga ha trovato il principale strumento di difesa.

Tramite l'olfatto il cavallo percepisce buona parte del mondo circostante; una delle ragioni della lunghezza della testa del cavallo è probabilmente la necessità di ospitare una grandissima area di mucosa olfattiva, che permetta di analizzare e riconoscere molti odori.

I cavalli vedono abbastanza bene, anche di notte. Il loro occhio è più grande di quello della balena e dell'elefante, l'occhio grande, con un maggiore numero di cellule ricettive, accresce l'acutezza della vista ed il campo visivo. Una caratteristica importante del cavallo è la posizione degli occhi al lati della testa. Ciò significa che il cavallo ha un campo visivo molto ampio, ma anche che il campo visivo binoculare, ove i due occhi vedono insieme, è relativamente piccolo. Le orecchie costituiscono l'organo dell'udito, le cui parti esterne sono notevolmente mobili, si muovono indipendentemente e in qualsiasi direzione e sono particolarmente adatte a captare i suoni. Nei cavalli le orecchie hanno anche una funzione secondaria di mezzo di comunicazione.

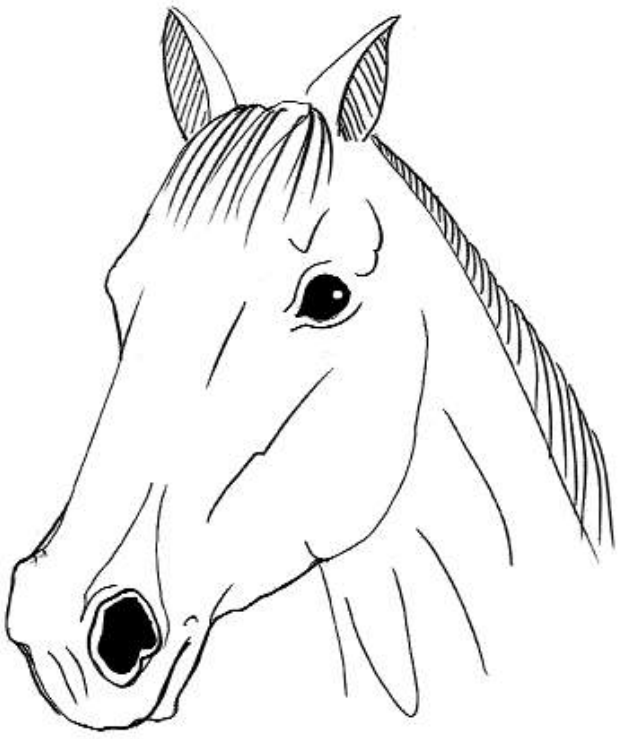
I cavalli usano toccarsi per consolidare i legami tra individuo e individuo, s'intuisce così quanto sia importante per il cavallo essere toccato. Il senso del tatto è particolarmente importante per ottenere informazioni sull'ambiente che circonda il cavallo, in particolare il naso e le narici sono provvisti di lunghi peli usati per esaminare disposizione e con-

Atteggiamento aggressivo

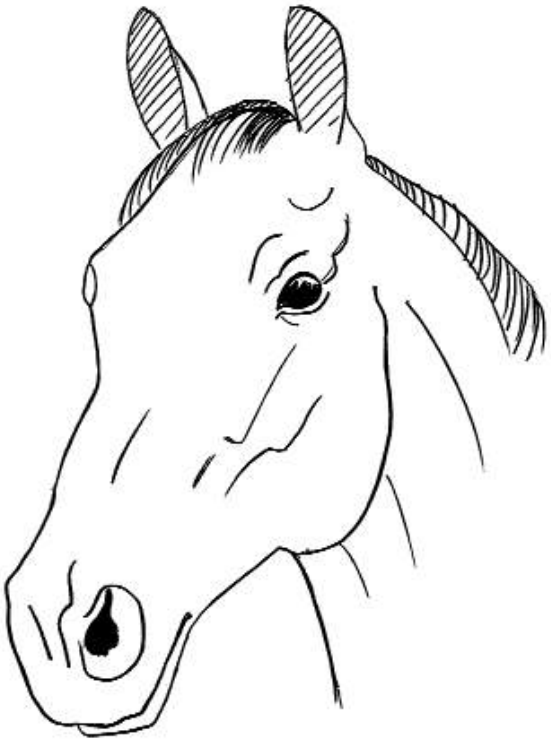


sistenza degli oggetti.
Il cavallo è dunque un animale molto sensibile, pronto a cogliere ogni segnale di pericolo: nel rapporto, che l'uomo instaura con lui, dovrà utilizzare una comunicazione comprensibile, rasserenante, fatta di piccoli gesti eseguiti con molta calma e determinazione.
Il cavallo comunica con i propri compagni di branco fiutando, nitrendo, alzando un anteriore, leccando o premendo con il muso contro il corpo degli altri cavalli o esibendosi in sgroppate e calci, in genere a vuoto, quando un cavallo arriccia il labbro superiore si dice flehmen ed è una reazione ad odori e gusti forti come quelli che avvertono gli stalloni quando una femmina è in calore. Quando le cose attorno a lui diventano abbastanza interessanti, il cavallo si mette all'erta e si tiene pronto al movimento, la sua difesa e la soluzione a molti dei suoi problemi sono nella corsa. La contrazione muscolare che ne segue induce ad un atteggiamento caratterizzato dal portamento alto della testa e della coda. Gli altri cavalli che vedono un loro compagno assumere l'atteggiamento descritto, lo assumono a loro volta, avvertiti di qualche fatto che ancora non hanno percepito.
Per segnalare irritazione usano gesti che abitualmente servono a cacciare elementi fastidiosi dal corpo, come le mosche. Movimenti della testa, della coda, picchiare sul terreno con gli ante-

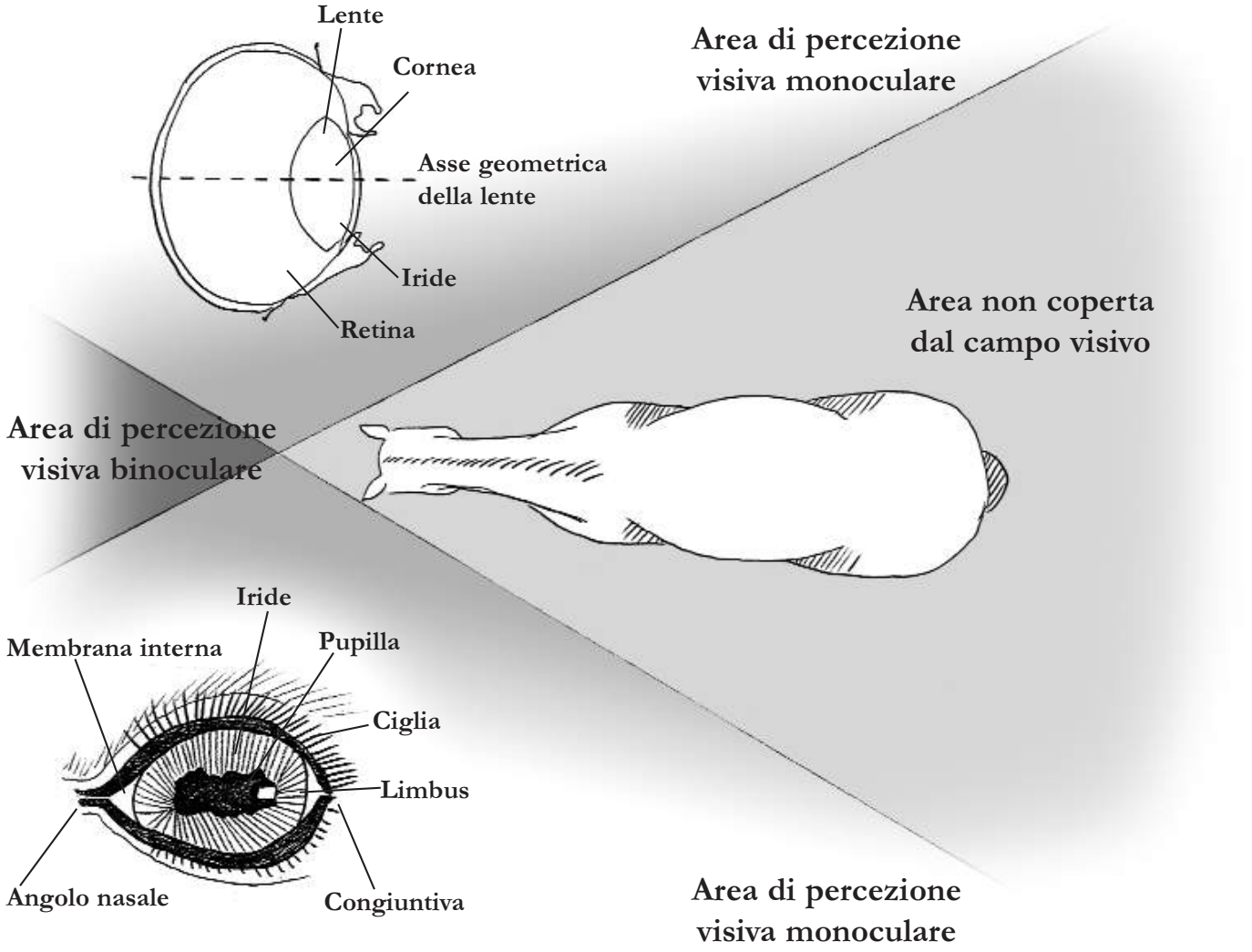
Atteggiamento timoroso



Atteggiamento attento



riori o con i posteriori sono segnali che denunciano in genere un leggero motivo di disturbo.
I cavalli sono in natura animali gregari e sociali per le antiche ragioni di far fronte in gruppo ai predatori, gli stalloni lottano per il possesso della femmina. Le femmine si accoppiano nel periodo del calore, dopo undici mesi di gravidanza partoriscono e dopo appena mezz'ora il puledro prova a mettersi in piedi per incominciare la lunga marcia alla ricerca di nuovi pascoli, e quando sarà più grande, brucare anche 13 ore nella giornata, dormire coricato, ma solo nei luoghi sicuri e galoppare per sfuggire al pericolo. Per la maggior parte dei cavalli la vita è molto cambiata. I cavalli sono una specie molto adattabile. E' dovere dell'uomo capirli per consentire loro una vita serena nelle nuove condizioni ambientali, ricordando che sono animali sensibili che possono essere influenzati dai suoi stati d'animo e dall'ambiente.



2. Conformazione esterna e struttura dei cavalli

Tipi morfologici

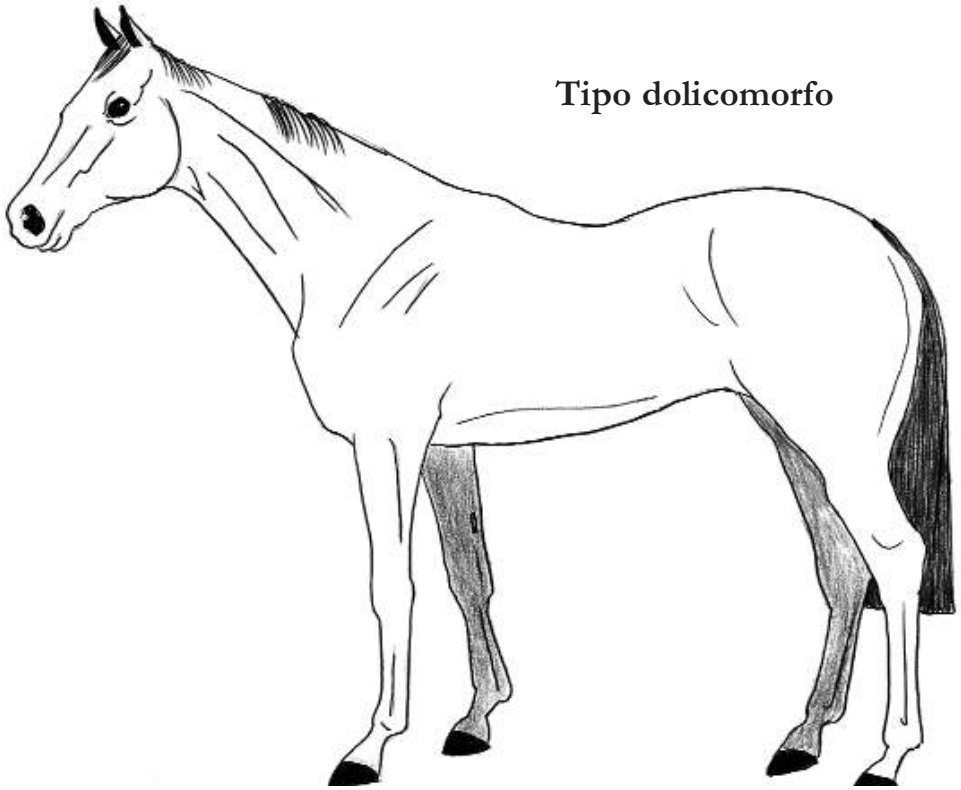
Per tipo si intende la struttura che caratterizza il corpo degli equini.

La conformazione esterna del cavallo costituisce un'importante elemento di valutazione per apprezzare o meno un quadrupede, e per classificarlo in funzione di uno specifico servizio, lavoro o attività sportiva che sia. Le forme non sono che un primo elemento valutativo, è necessario che le varie regioni che configurano la topografia esterna del cavallo siano tra loro proporzionate con i rapporti determinati dal tipo morfologico in esame.

Tipo dolicomorfo:
corrisponde alle seguenti caratteristiche: leggerezza della massa, estensione e rapidità dei movimenti, eccitabilità nervosa proporzionale. Questo tipo ha una naturale attitudine alla velocità.

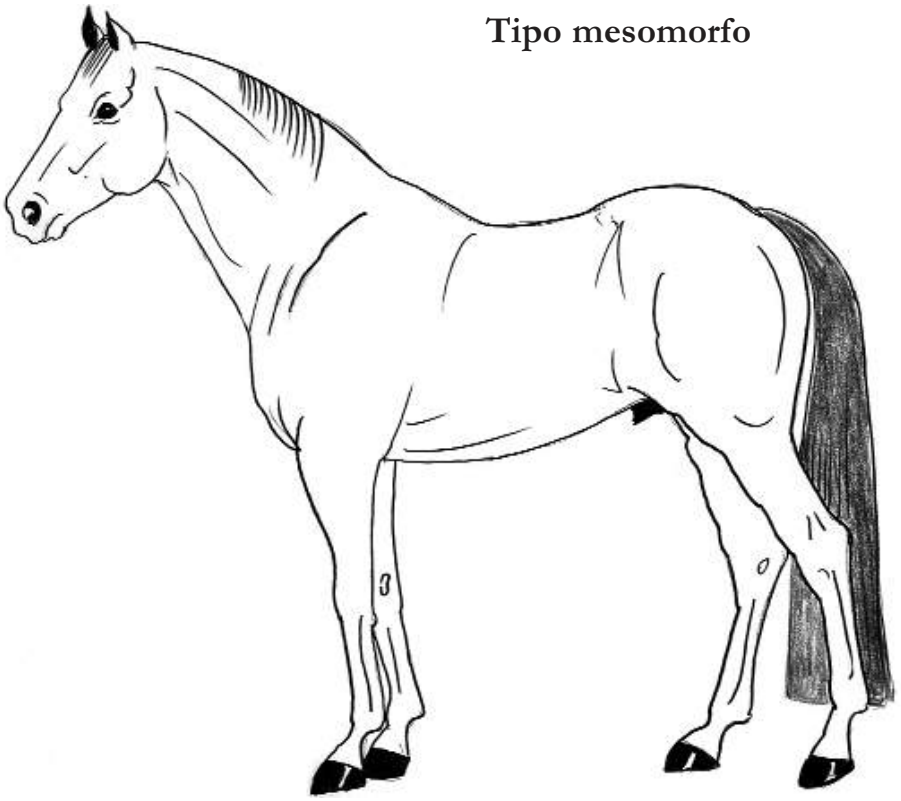
Tipo brachimorfo
corrisponde alle seguenti caratteristiche: abbondanza e volume delle masse muscolari con direzione perpendicolare sulle leve ossee, ampiezza di corpo e di base di sostegno; ha attitudine al tiro veloce e pesante.

Tipo mesomorfo:
con le sue caratteristiche intermedie assomma forza e velocità e pertanto ha attitudine ai servizi a sella e tiro.

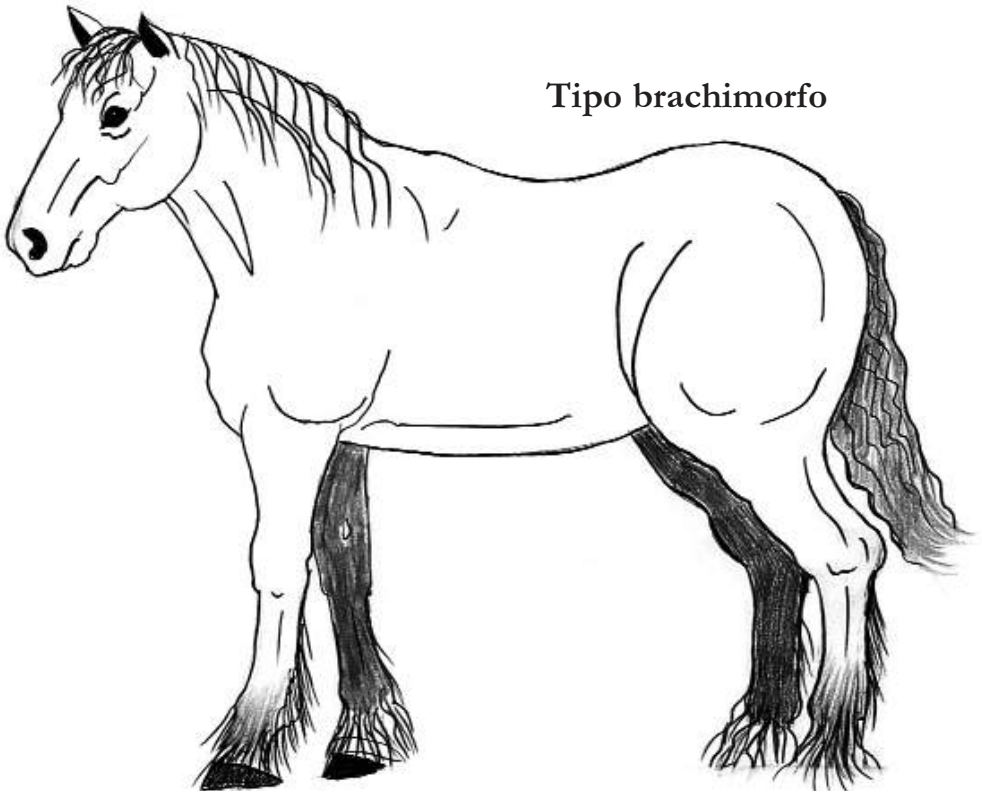


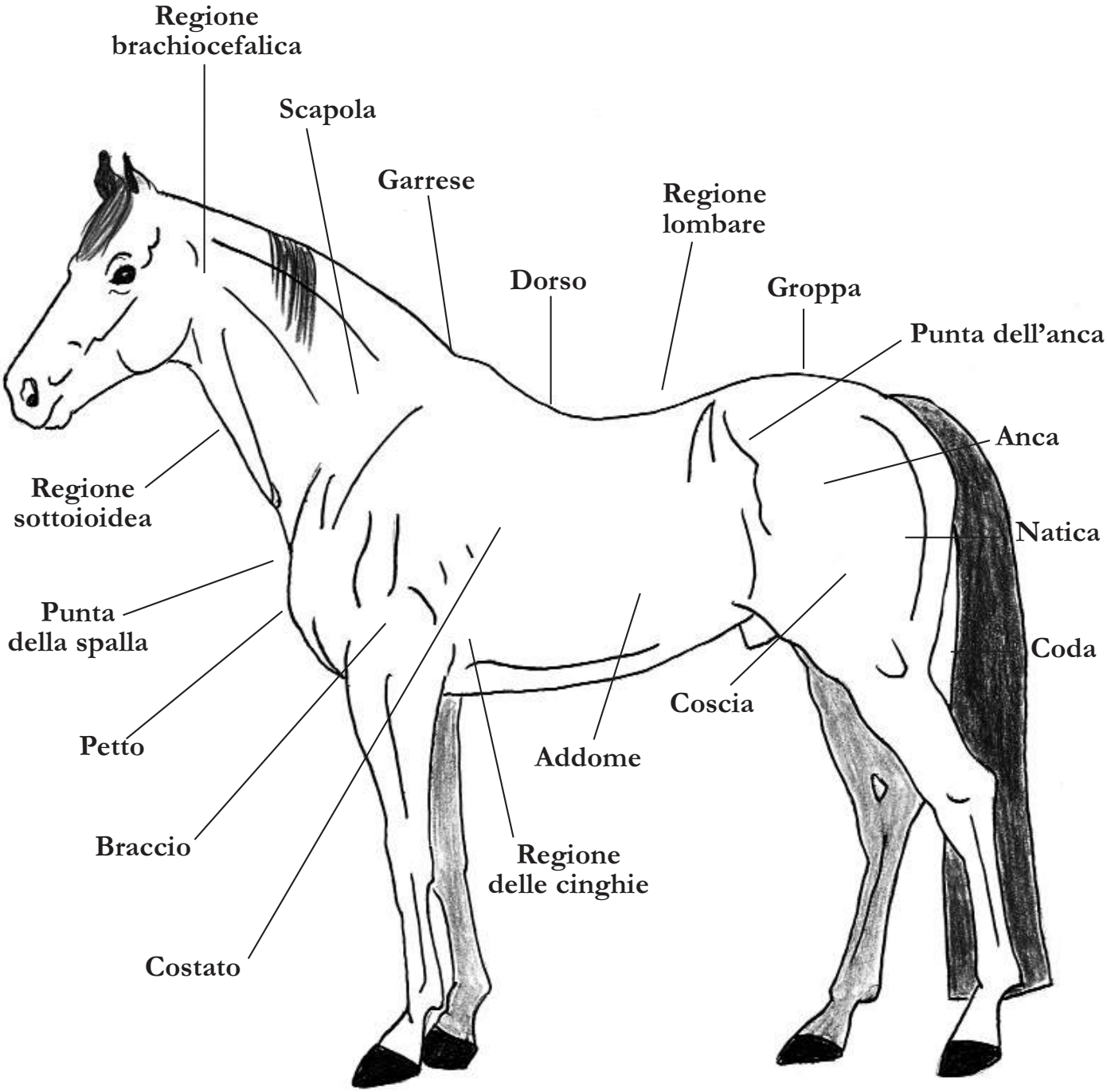
Tipo dolicomorfo

Tipo mesomorfo



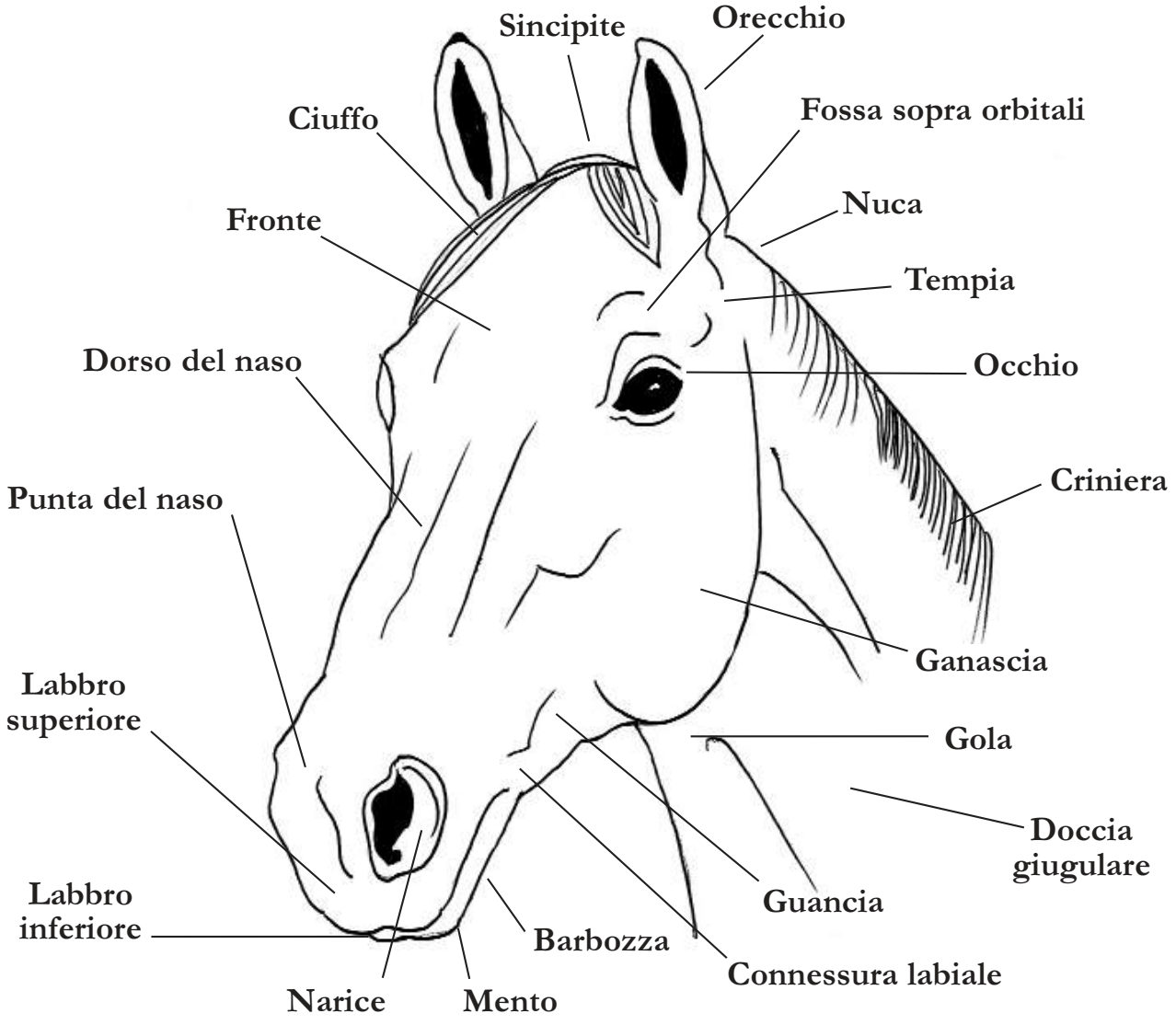
Tipo brachimorfo




Regione brachiocefalica
Scapola
Garrese
Regione lombare
Dorso
Groppa
Punta dell'anca
Anca
Natica
Coda
Regione sottoioidea
Punta della spalla
Petto
Braccio
Costato
Addome
Coscia
Regione delle cinghie

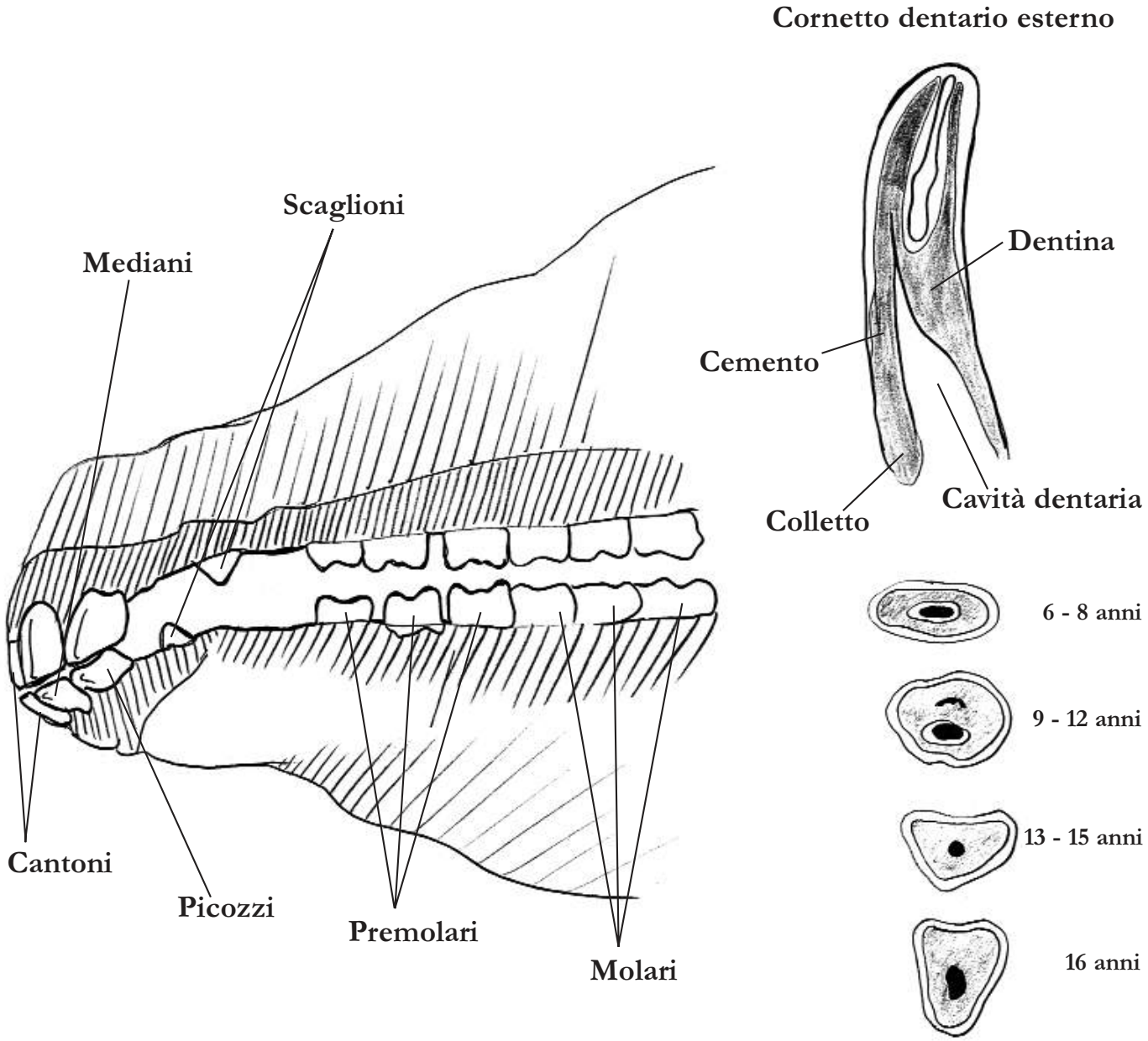
La testa

La testa deve essere proporzionata e ben attaccata al collo; una testa troppo grossa può essere pesante ed incidere sulla qualità del movimento, così anche se male attaccata. Le orecchie devono essere piccole e mobili, una bella fronte deve essere piana e larga, gli occhi debbono essere grandi, uguali, bene aperti. Si chiama cerchiato l'occhio che lascia vedere attorno alla cornea lucida un cerchio bianco; gazzuolo, quando attraverso la cornea lucida si scorge la colorazione celeste chiara della faccia anteriore dell'iride; vaio, quando riflette un colore grigio perla. Gli equini non respirano per la bocca, per cui le narici rappresentano le sole vie di passaggio dell'aria necessaria all'organismo. Le narici devono essere grandi, dotate di grande mobilità.

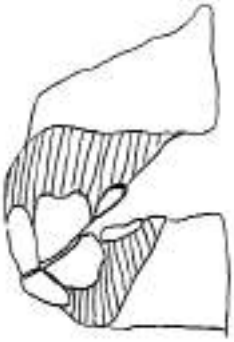


I denti

I denti sono in numero di 40 nei maschi e 36 nelle femmine di norma sprovviste di canini o scaglioni. Dalla loro osservazione può essere rilevata l'età del cavallo. Sono denominate barre quegli spazi privi di denti compresi tra i primi molari e gli scaglioni della mascella inferiore, sui quali appoggia l'imboccatura. Lingua e palato debbono essere ben proporzionati ed in buona salute per evitare spiacevoli esperienze quando si posiziona l'imboccatura.



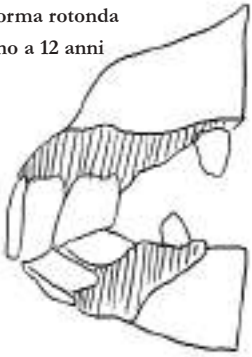
Eruzione dei denti da latte



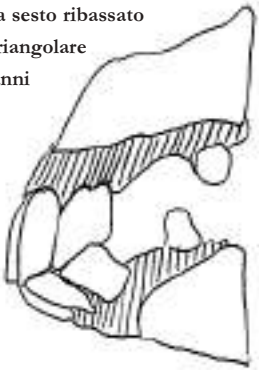
4 anni

8 anni

Forma rotonda
fino a 12 anni



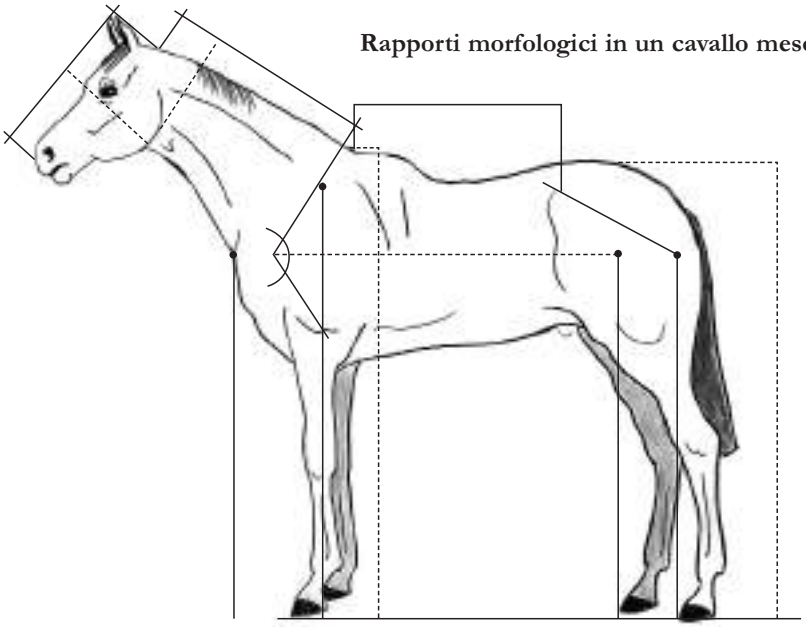
Profilo a sesto ribassato
forma triangolare
13 - 17 anni



Profilo a sesto acuto
forma biangolare
dopo i 20 anni

Il collo

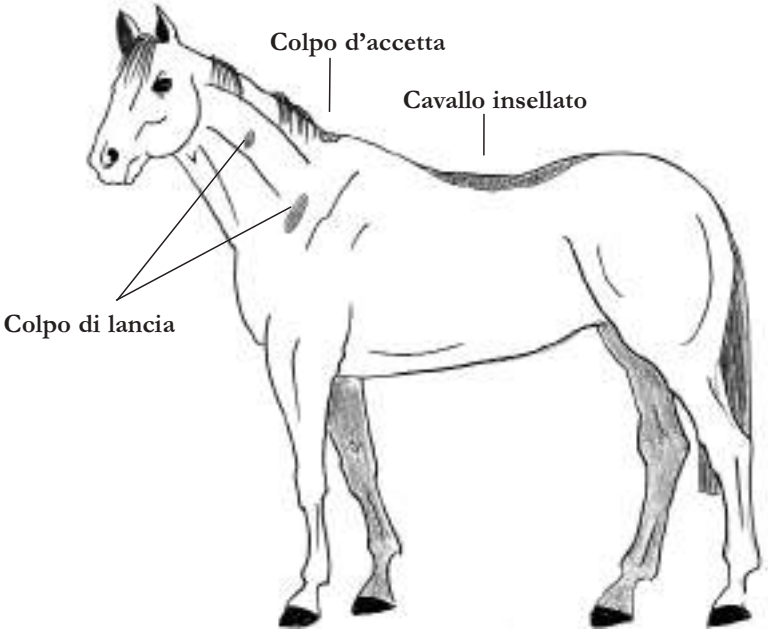
La conformazione del collo è particolarmente importante; questa parte, al di fuori della base di appoggio rappresentata dagli arti, svolge la funzione di un bilanciere da cui dipende la qualità del movimento. Il collo dev'essere generalmente più lungo della testa, libero nei movimenti con il tronco e con la testa ed unito armonicamente a queste due parti, pur rimanendone ben distinto. Il collo si dice dritto o piramidale se i suoi margini si estendono in linea retta, convergendo l'uno verso l'altro, dal tronco alla testa; si dice arcuato quando presenta il margine superiore convesso in tutta la sua lunghezza; chiamasi di cigno se è sottile ed arcuato; viene denominato rovesciato o di cervo se il suo margine superiore è concavo, ciò produce difetti nel movimento ed induce i cavalli a porsi sopra la mano. Si chiama colpo di accetta una depressione del margine superiore del collo, immediatamente davanti al garrese. Il colpo di lancia è una piccola depressione che in alcuni cavalli si osserva all'unione del collo con le spalle. Entrambe queste caratteristiche se accentuate individuano un'attaccatura imperfetta.



Rapporti morfologici in un cavallo mesomorfo

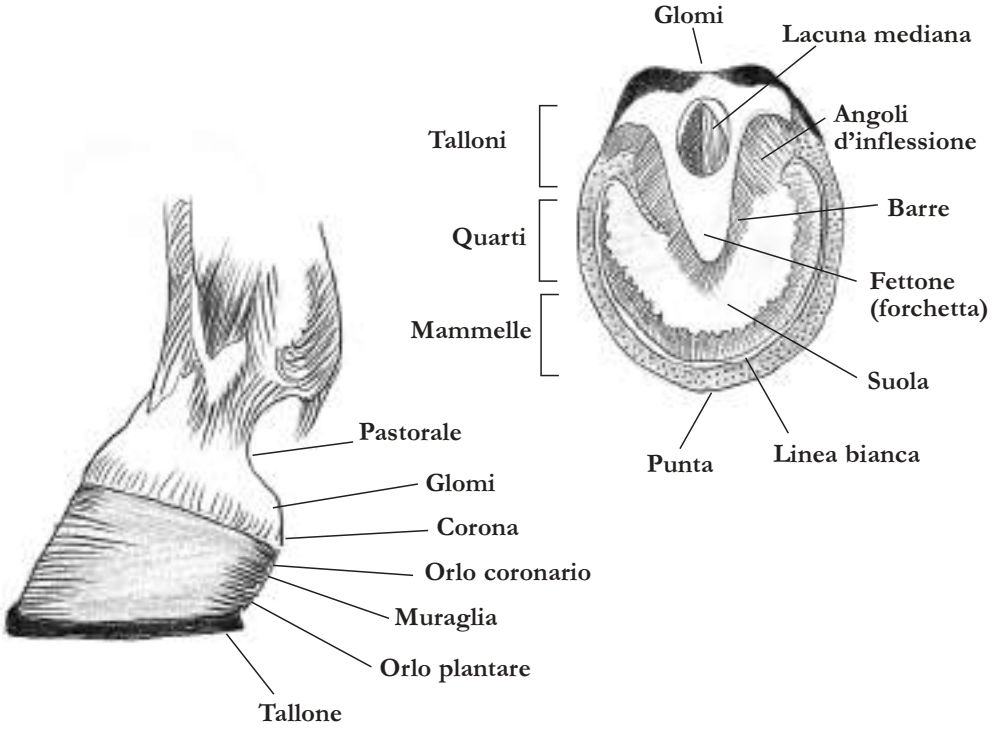
Il tronco

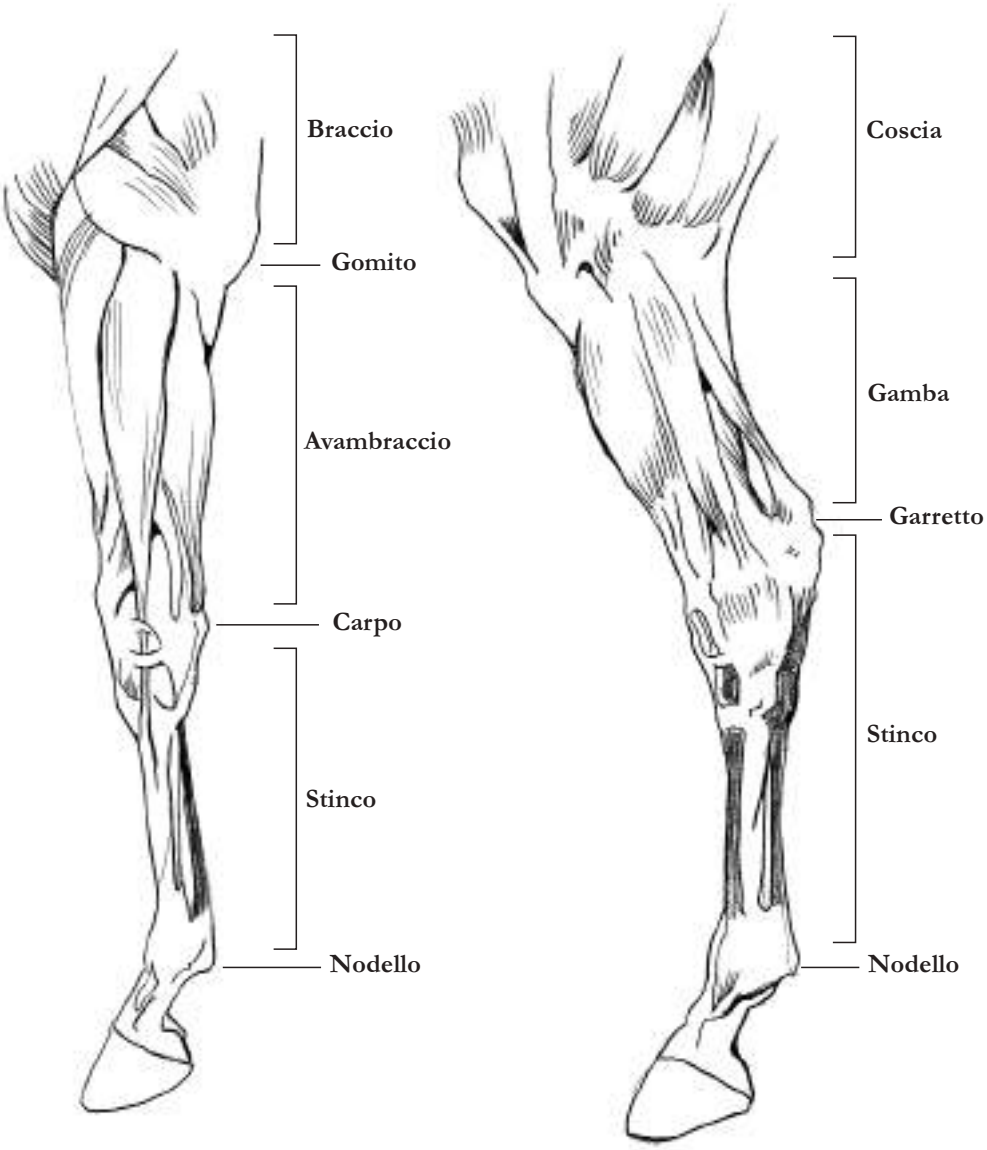
La spinta espressa dai posteriori si trasmette attraverso la colonna vertebrale ed induce la massa al movimento, l'importanza di una buona conformazione del tronco è dunque essenziale. Al garrese si inseriscono i muscoli per il sollevamento del bipede anteriore e per i movimenti delle spalle. ll dorso costituisce un ponte di congiunzione tra il treno anteriore e quello posteriore. Deve essere diritto e largo, corto nei cavalli ad intensità di contrazione e negli equini da soma, un po' più lungo, ma non esageratamente, nei cavalli ad estensione di contrazione. Si dice insellato se presenta accentuata curvatura che denota poca portanza e fragilità. La regione dei lombi deve essere larga, breve, diritta e ben attaccata alla groppa. La groppa deve essere lunga, ben muscolosa, non completamente orizzontale per i cavalli da sella. Se troppo obliqua è detta bassa o avvallata; è detta doppia se le masse muscolari di ciascun lato sono divise da un solco longitudinale. Le anche debbono sporgere leggermente sulle regioni circostanti, debbono essere di uguale altezza e reciprocamente lontane.



Arti

Le estremità od arti sono le quattro colonne che servono al tronco quali mezzi di sostegno e di locomozione. Per convenzione l'insieme di due arti si chiama bipede, di conseguenza si possono definire sei bipedi: anteriore, posteriore, due laterali, due diagonali. Le estremità sono composte da raggi ossei, articolati opportunamente tra di loro, e messi in movimento dai muscoli su di essi inseriti. Gli arti anteriori servono a sostenere il centro di gravità in modo elastico ed a spingerlo in alto ed in avanti; gli arti posteriori coadiuvano gli anteriori nel sostegno della massa, la spingono avanti, essendo più lontani dal centro di gravità, sostengono meno peso degli arti anteriori e sono principalmente impegnati nell'azione di spinta.



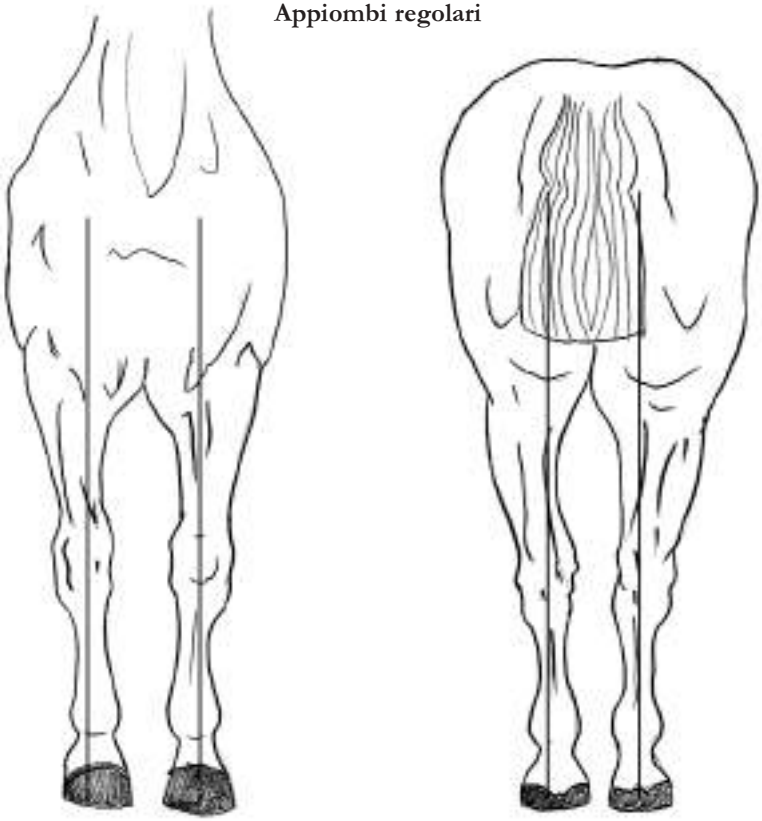

Braccio
Gomito
Avambraccio
Carpo
Stinco
Nodello
Coscia
Gamba
Garretto
Stinco
Nodello

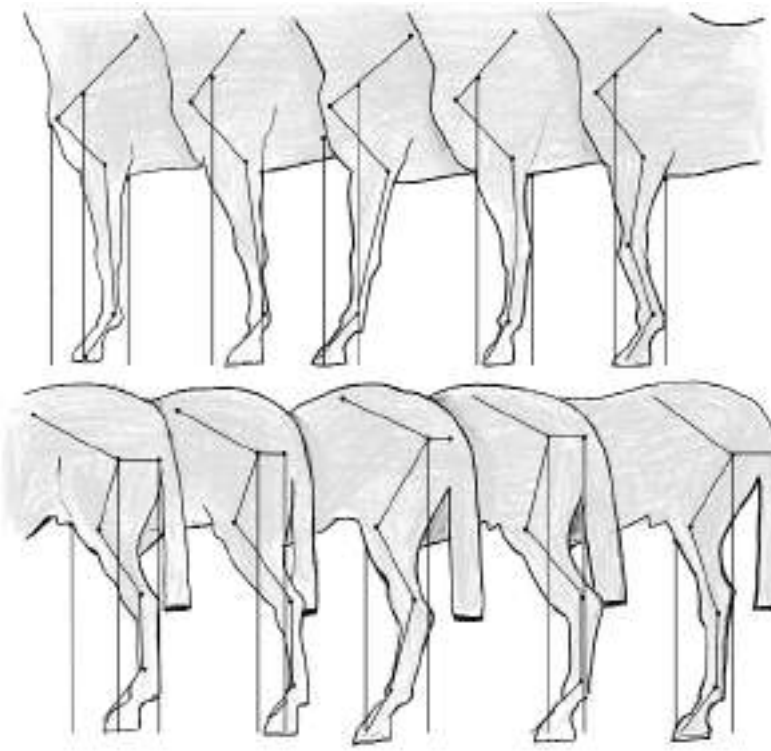
Appiombi

Perché le articolazioni, i legamenti, i tendini non siano sottoposti a sforzi eccessivi dal movimento prodotto dai muscoli, è necessario che il cavallo abbia una morfologia proporzionata e soprattutto una buona base di appoggio al terreno, per questo sono importanti gli appiombi.

Per appiombi si intendono le linee direttrici degli arti relativamente al filo a piombo ed in generale sono buoni quando il centro di sospensione e il centro di appoggio dell'arto sono sulla stessa verticale, in maniera che il corpo sia sostenuto e mosso nel modo più regolare.

Appiombi regolari



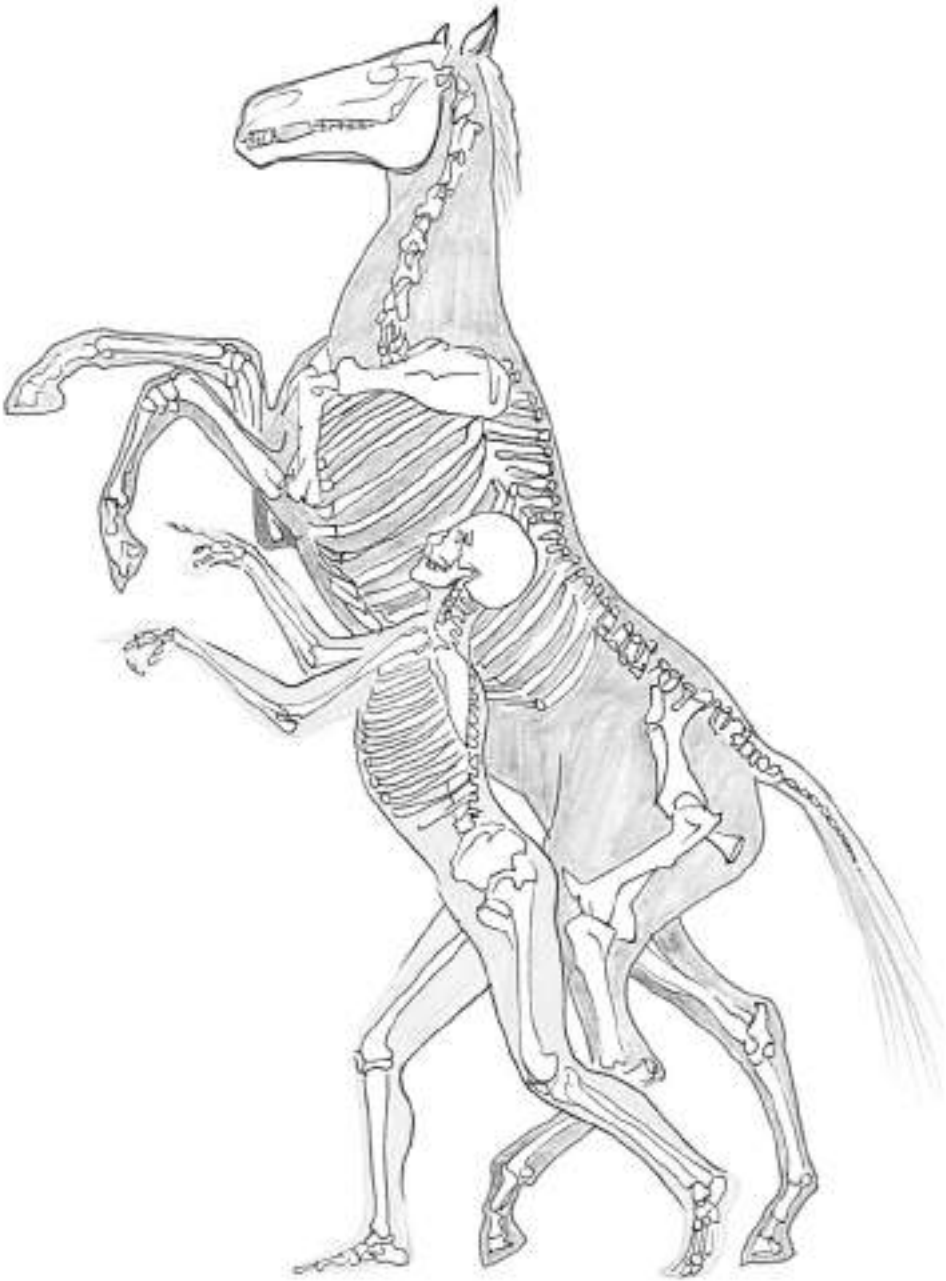


Alcuni difetti

Garretti aperti **Mancino** **Aperto dietro** **Cagnolo** **Vaccini** **Chiuso dietro**

Struttura scheletrica

Il corpo del cavallo è costituito da una base ossea che serve per dare una struttura rigida: elemento portante di questa struttura è la colonna vertebrale. Il collo coincide con il tratto cervicale della colonna. Le vertebre toraciche con le costole formano la cassa toracica, sostengono dunque il peso degli apparati e dei visceri e collegano con le altre vertebre della colonna gli arti anteriori con gli arti posteriori; la colonna svolge dunque un ruolo estremamente importante nel movimento.
La colonna è composta dalle 18 vertebre toraciche e le 6 lombari, le 5 sacrali fuse insieme e le 18 coccigee. Le 7 vertebre cervicali collegano testa e tronco, consentono il movimento dell'incollatura, la quale svolge un ruolo fondamentale nel mantenimento dell'equilibrio e nella propulsione, come per esempio al galoppo, muovendosi in modo sincrono con la contrazione e l'estensione dell'arco dorsale.
Lo scheletro è costituito da una serie di ossa organizzate in un unico sistema grazie al fatto di essere in relazione l'una con l'altra tramite delle articolazioni. Le articolazioni sono diversamente costruite; nella parte inferiore degli arti, al di sotto del gomito e del ginocchio, le articolazioni fondamentali permettono solo movimenti di estensione o di flessione sull'asse longitudinale; altre, come quella dell'anca, in cui i capi articolari hanno rispettivamente forma simile a segmenti di sfera cava e piena e la capsula articolare è ispessita, hanno una maggior mobilità e consentono anche movimenti laterali. Un altro tipo di articolazione è quella a perno. Essa è caratterizzata dalla rotazione di un osso sul proprio asse longitudinale come accade tra le prime due vertebre cervicali: atlante ed epistrofeo. In questo processo un dente si diparte dall'epistrofeo e penetra nella base ad anello dell'atlante cui è fissato da diversi legamenti. L'atlante, grazie a questo perno, può ruotare attorno all'articolazione, realizzando il movimento oscillatorio laterale della testa. L'articolazione tra atlante e cranio permette il movimento su un unico piano per mezzo di due condili, protuberanze simili a ganci, e consente l'oscillazione verticale della testa.
I dischi intervertebrali sono presenti in ogni spazio fra vertebre contigue, tranne che nei due primi spazi intervertebrali della regione cervicale. Essi rappresentano uno speciale tipo di giuntura cartilaginea e uniscono tra di loro due corpi vertebrali. I dischi ricoprono un quarto della lunghezza della spina dorsale; ciascuno è formato da una parte interna gelatinosa circondata da tessuto fibroso denso che si inserisce saldamente sui corpi vertebrali. Questa particolare costituzione permette un



Comparazione tra lo scheletro umano e quello del cavallo

certo grado di movimento senza perdita di forza, rappresentando un vero sistema di assorbimento degli urti. La piccola libertà di movimento concessa alle vertebre è di tipo angolare: flessione ed estensione dorsoventrale, in ogni caso limitata dai processi spinosi; flessione ed estensione laterale, in ogni caso limitata dalle apofisi trasverse delle vertebre lombari (sorta di ali poste lateralmente alla vertebra), infine il movimento di tipo rotazionale. Un eccessiva rotazione viene prevenuta grazie ad articolazioni addizionali tra gli archi vertebrali (legamenti che riducono la mobilità).

I legamenti sono specificamente addetti alla prevenzione di eccessive o anormali aperture degli angoli articolari; formati da tessuto fibroso sono uniti al periostio delle ossa che collegano. Il ruolo dei muscoli nel tenere insieme le ossa è della massima importanza: la stabilità di una articolazione è in gran parte determinata dai gruppi muscolari che la circondano. I muscoli rispetto ai legamenti hanno il vantaggio di poter rimanere tesi durante il movimento da essi prodotto o da essi contrastato.

La contrazione dei muscoli, grazie ai terminali tendinei agganciati alla struttura ossea determina il movimento, il quale è limitato dal complesso legamentoso articolare e dalle masse muscolari contrapposte.

Nel cavallo è presente un'importante

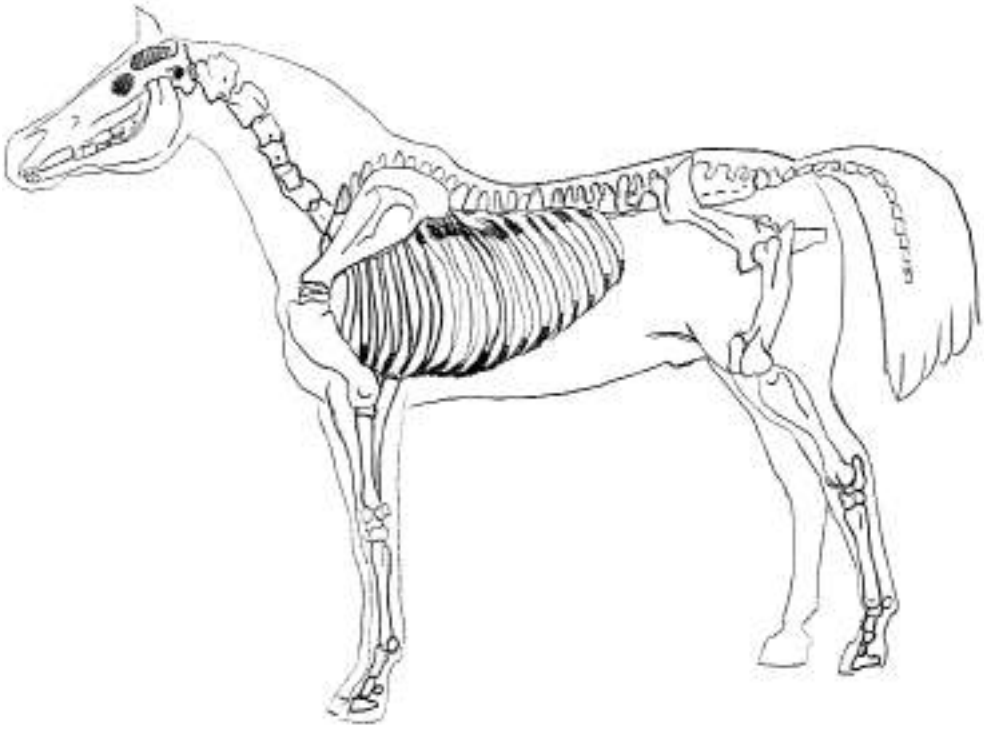
Visione laterale di una porzione di colonna tratto toracico

Visione dorso frontale di una porzione di colonna tratto lombare

Visione frontale di una vertebra lombare

unione tra ossa diverse, dipendente in modo assoluto dai muscoli: è quella tra arto anteriore e tronco, permessa dai muscoli che corrono tra omero e scapola e collo e torace.
Il grado di movimento apparentemente realizzato dalla articolazione della spalla è infatti una combinazione dei movimenti limitati di questa articolazione, ai ben più ampi movimenti dell'arto intero effettuati tramite la connessione muscolare col tronco. Il tronco viene così ad essere sospeso tra due potenti cinghie muscolari.

Struttura scheletrica



Le tare

I danni causati da botte, incidenti, difetti di appiombo, a volte lasciano delle tracce evidenti sugli arti e sul corpo del cavallo, queste tracce si chia-

TERMINE CONVENZIONALE	REGIONE INTERESSATA
ARREMBATURA	Nodello
CAPPELLETTO	Punta dei garretto
CHIOVARDO	Piede
CORBA	Garretto
CORONATURE	Ginocchio
FORMELLE	Pastoia - Corona
GIARDA	Garretto
IGROMA	Nodello
INCAPESTRATURE	Ginocchio
LUPIA	Gomito
MOLLETTE	Nodello
SCHINELLA	Stinco
SETOLA	Zoccolo
SPAVENIO – SPARAGAGNO	Garretto
VESCICONI	Garretto

mano tare ed ognuna, secondo la regione morfologica ove si trova, ha un nome diverso, colorito ed antico.

TERMINE SCIENTIFICO	ASPETTO DELLA PARTE
Rilasciamento dei tendini estensori o contrattura dei flessori	lperflessione del nodello
Bursite del calcaneo	Tumefazione
Necrosi delle cartilagini alari	Tumefazione calda, poi fisto la, poi dura
Deformazione posteriore del garretto	Deformazione dura (tendinea)
Contusioni del carpo	Perdita di sostanze; esito in celluli te iperplastica
Osteoartrite della prima o seconda falange	Tumefazione dura
Deformazione esterna	Tumefazione dura e allungata
Bursite	Tumefazione rotonda
Ferite da fune	Cicatrici
Bursite olecranica	Tumefazione rotonda molle
Ectasie sinoviali	Tumefazioni molli
Osteoperiostite	Tumefazione dura
Frattura del tessuto corneo	Soluzione di continuo della parte
Osteoartrite tarsica	Tumefazione puntiforme dura
Ectasie sinoviali	Tumefazione molle

3. Stato segnaletico

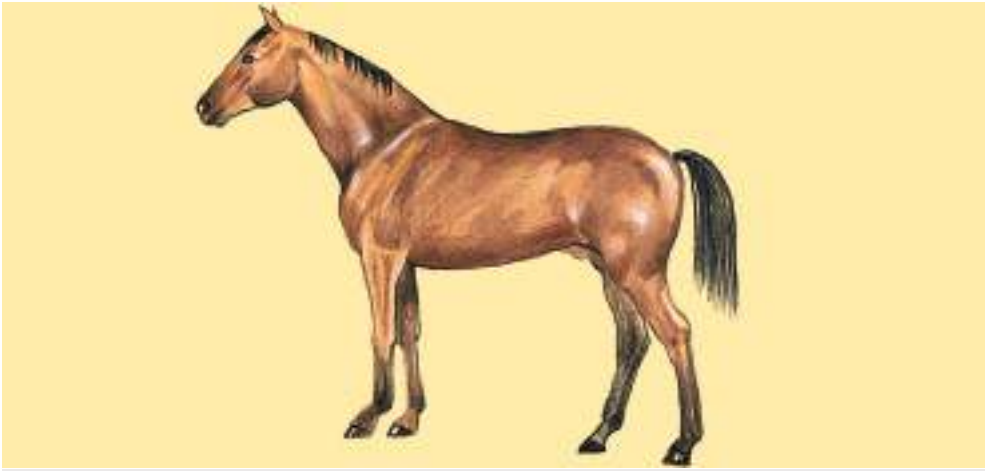
Descrizione e riconoscimento di un cavallo

Lo stato segnaletico è la descrizione dei caratteri esterni che servono ad identificare un cavallo e a distinguerlo dagli altri. I caratteri esterni vengono desunti dal sesso; il maschio si dirà intero o stallone, se abilitato alla monta; la femmina si dirà femmina o fattrice, se adibita alla riproduzione; castrone, il maschio al quale sono stati asportati i testicoli. Si considerano poi l'età, la statura, il mantello, i segni particolari, razza ed origine dell'animale. Deve essere dichiarata l'altezza del cavallo che si misura in centimetri da terra al garrese, l'altezza distingue i cavalli dai ponies: i cavalli adulti al di sotto dell'altezza di cm. 150 sono denominati pony. Il cavallo impiegato per l'attività sportiva e ludico ricreativa deve avere un documento di riconoscimento personale che viene rilasciato dagli enti sportivi.

Mantelli

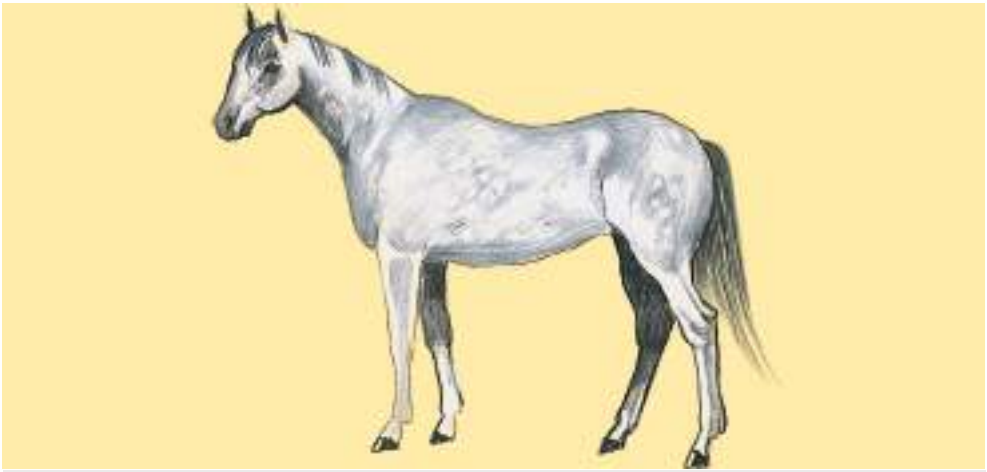
Per mantello si intende l'insieme dei peli e dei crini che, nei loro diversi colori, ricoprono il corpo degli equini; questi, con i segni particolari, sono elementi di distinzione che permettono il riconoscimento e la segnalazione.

MORELLO: il fondo del mantello è di colore nero, i crini (criniera e coda) sono neri.



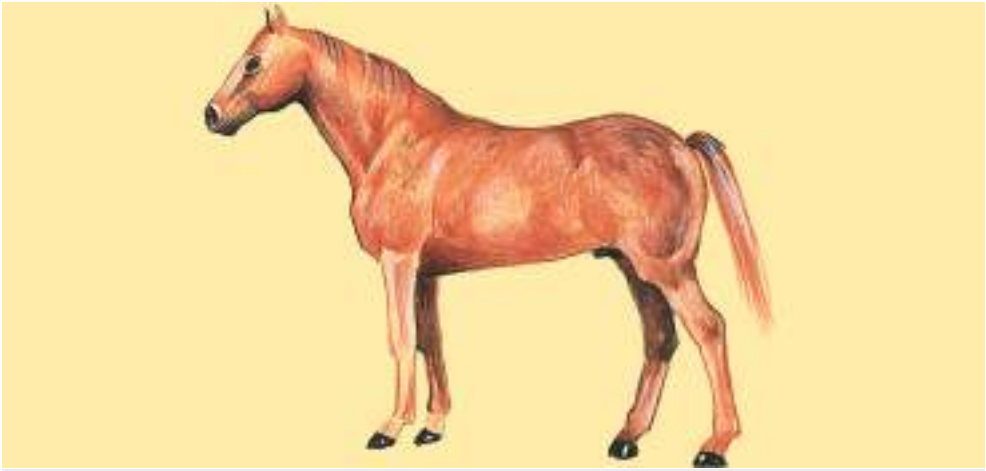
BAIO: si tratta di un mantello a due colori: E' caratterizzato da estremità e crini neri. Il corpo è marrone con diverse tonalità.

SAURO: mantello di un solo colore, il corpo, le estremità, i crini sono della medesima tinta a fondo rossastro o dorato.

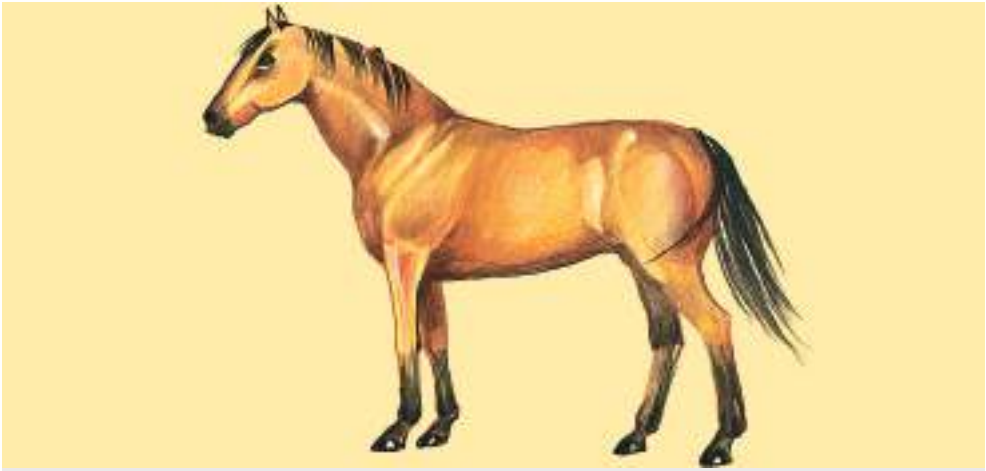


GRIGIO: questo mantello comporta una mescolanza di peli neri e bianchi su pelle nera uniformemente distribuiti. Con la crescita il mantello tende a schiarirsi.

SORCINO: mantello a due colori, peli di colore plumbeo, crini neri e il corpo è grigio uniforme.

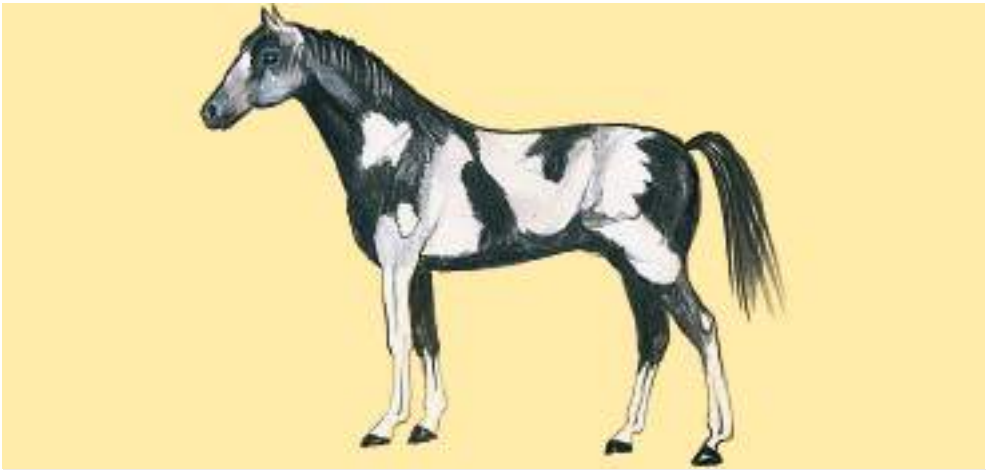


UBERO: mantello a due colori in cui sono mescolati peli rossastri e peli bianchi.



FALBO O LUPINO: è costituito da un miscuglio di peli neri e gialli (rossastri) con crini ed estremità nere.

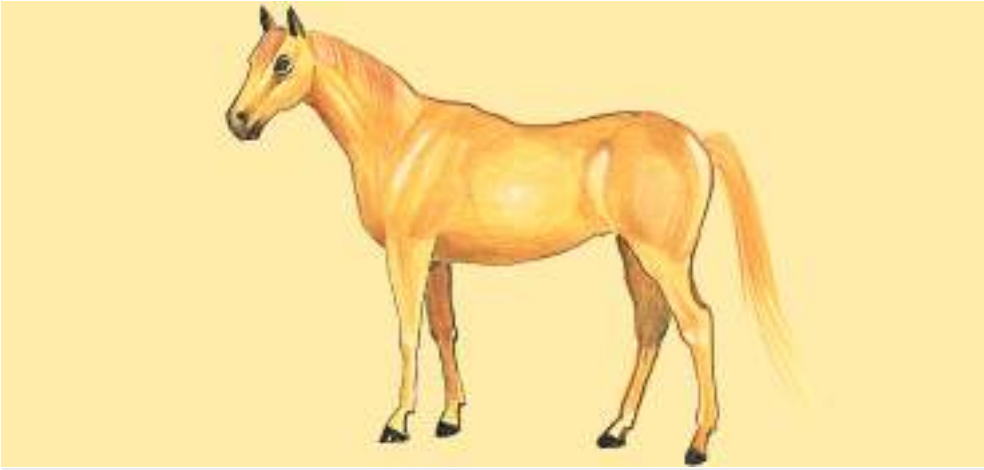
ROANO: peli misti neri, rossi, bianchi. Crini ed estremità solitamente sfumati in nero. Chiaro se predomina il bianco, carico se predomina il nero, vinoso se predomina il rosso.



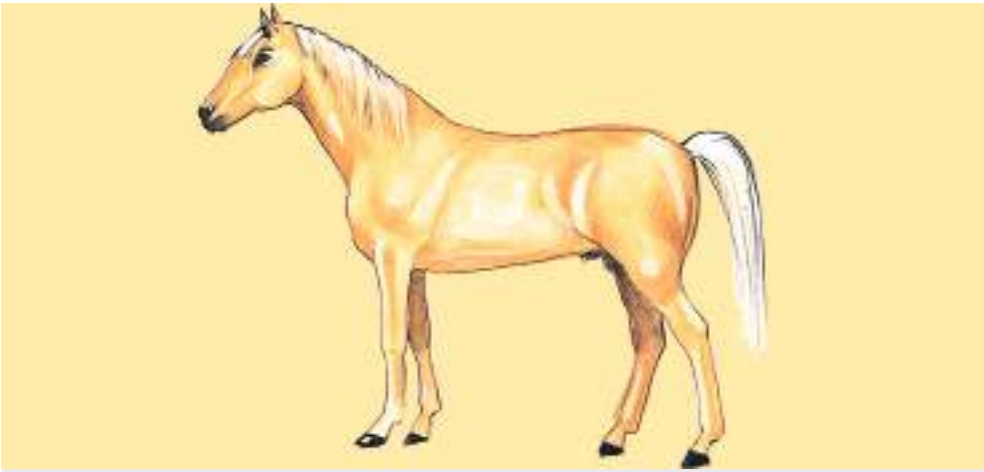
PEZZATO: il mantello è formato da pezzature colorate su fondo bianco o viceversa. Nel primo caso il colore segue la parola pezzato (pezzato sauro, pezzato baio ecc.), nel secondo invece la precede (sauro pezzato, baio pezzato ecc.).

MANTELLO CONIUGATO: è un mantello composto da macchie di tre colori differenti.

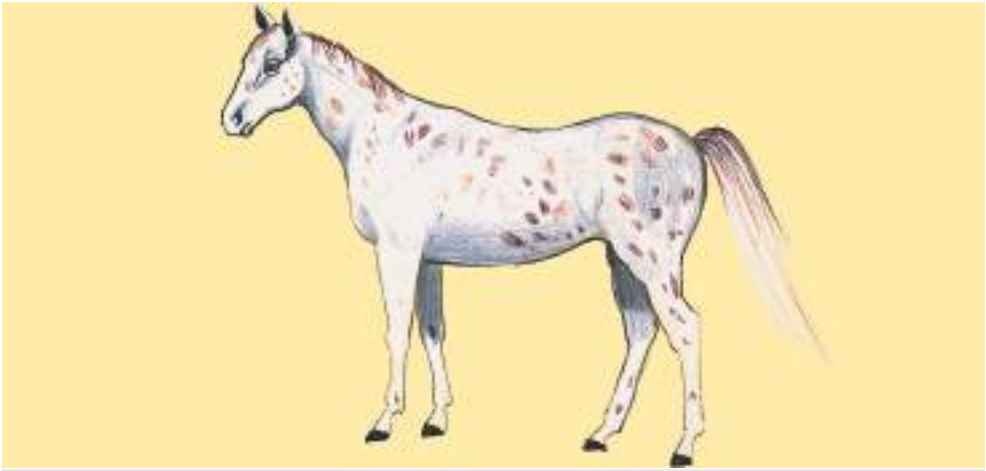
ISABELLA: peli di colore giallo crema che sfumano in nero o tonalità più scura alle estremità. Neri possono essere i crini.



CREMA: stesso mantello dell'Isabella, ma i crini sono dello stesso colore dei peli.



PALOMINO: stesso mantello dell'Isabella, ma i crini sono bianchi.



APALOOSA: mantello grigio cosparso, in special modo sulla groppa, di macchie nere e marroni.

Il cavallo **BIANCO** o **ALBINO** è totalmente depigmentato ed ha la cute rosa. Al nome dei mantelli si aggiungono attributi che hanno lo scopo di precisare meglio la tonalità dei colori; il baio può essere ciliegio quando la tinta è poco scura e risplendente o scuro se è rosso – brunastra; il grigio può essere storno se predomina il nero e i peli bianchi sono disseminati in piccoli fiocchi, chiaro quando predominano i peli bianchi sui neri.

RABICANO: si dice del mantello baio, sauro o morello, quando presenta peli bianchi radi sparsi su tutto il corpo o parte di esso.

ZAINO: si dice del cavallo totalmente privo di peli bianchi.

POMELLATO è il cavallo che presenta macchie rotondeggianti più chiare o più scure del mantello stesso.

MOSCATO è quel mantello disseminato di piccole macchie di peli neri.

I mantelli possono essere zebrati, tigrati, focati secondo la disposizione di eventuali sfumature di colore disposte in modo da ricordare gli animali a cui la definizione si riferisce.

Contribuiscono al riconoscimento del cavallo: segni quali le morfee, macchie bianche o giallicce che si trovano più spesso sulle parti coperte da pelle fine dei mantelli scuri, la riga dorsale che è una striscia molto scura che percorre la schiena dal garrese alla coda, i segni accidentali ed ovviamente i marchi.

Segni particolari

I segni particolari vengono riportati per iscritto e sul grafico del documento che identifica il cavallo in corrispondenza della loro posizione anatomica.

REMOLINI: sono cambiamenti di direzione del pelo e possono essere di diverse forme, semplici, spigati, spigati sinuosi. I segni bianchi possono essere regolari o irregolari; possono essere mescolati ai peli del mantello, in parte o sull'orlo.

STELLA: macchia bianca più o meno grande, di varia forma e posizione (anulare, a mezza luna, prolungata ecc.)

LISTA: striscia di peli bianchi che scende dalla fronte lungo il naso fino alle nari, a seconda delle dimensioni assume varie definizioni (traccia di lista, mascherino, lista interrotta ecc.).

BEVENTE IN BIANCO: dicesi del cavallo che ha le labbra bianche, può essere bevente da ambo le parti, di sopra, di sotto, completamente o in parte.

LISCIO: è una macchia rosea coperta da fine peluria che generalmente ha sede sul naso e sulle labbra, può essere unita o no alla lista.

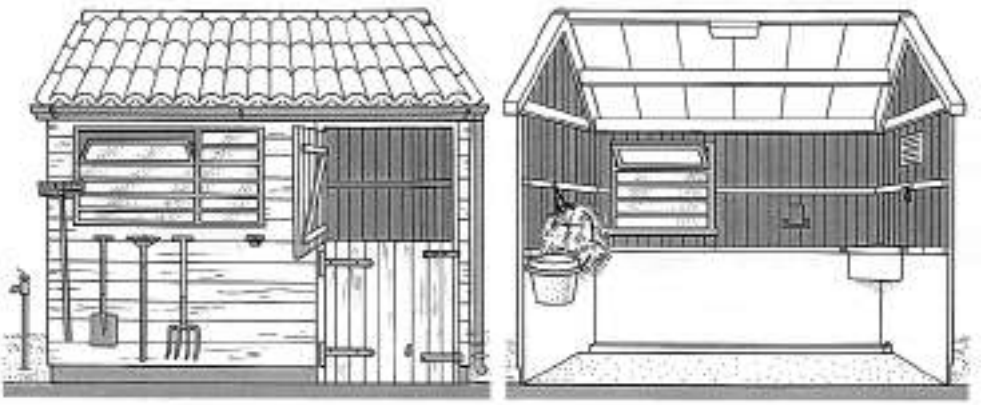
BALZANA: è una macchia bianca sugli arti che partendo dalla corona si estende, più o meno, verso l'alto. Secondo l'estensione prende diversi nomi (traccia di balzana, piccola, calzata, alto calzata ecc.)

Bevente in bianco
Liscio
Traccia di balzana
Balzana
Balzana calzata
Balzana alto calzata

4. Igiene e profilassi

La scuderia

Spesso il cavallo è costretto a passare lunghe ore della sua giornata chiuso in una scuderia; il box in cui vive è quindi un luogo molto importante e deve avere caratteristiche di sicurezza e di gradevolezza. Innanzi tutto lo spazio, quanto più è grande, tanto è meglio, in ogni caso non dovrebbe avere misure inferiori ai 3 metri per 3 metri, preferibilmente metri 3,50 per metri 3,50. Alcuni cavalli, specie i più giovani che hanno poca dimestichezza con questa loro innaturale casa, quando si coricano, vanno ad assumere posizioni che rendono loro difficile rialzarsi ostacolati dalle pareti del box, una maggior ampiezza o l'accorgimento di avere una lettiera alta ai lati o una parete su cui possano fare presa, evita questo pericoloso inconveniente. Le "bacinelle", erogatori automatici dell'acqua, debbono essere poste ad una altezza conveniente a cui il cavallo arrivi facilmente, ma non troppo basse e possibilmente vicine ad un angolo in modo che non siano d'intralcio qualora il cavallo si rotolasse coricandosi. Così anche la mangiatoia è bene che sia in angolo, costruita senza spigoli vivi e bassa perché il cavallo possa mantenere la posizione naturale con cui mangia, senza che il cibo si sporchi. Poco funzionale è la greppia che pone il cavallo in una condizione contraria ad ogni ginnastica, egli si trova costretto ad inarcare la schiena



per un periodo relativamente lungo. Vero è che ci sono cavalli disordinati che calpestano il fieno spargendolo per tutta la lettiera sprecandone quindi parecchio. In questo caso si potrà provvedere ad appendere una rete, che consenta al cavallo di mangiare senza alzare la testa evitando nel contempo lo spreco. La rete può diventare anche un gioco che lo aiuta a passare il tempo in scuderia. Va da se che bacinelle e mangiatoie debbono essere tenute pulite. E' importante che il box non sia un luogo polveroso perché la polvere respirata a lungo potrebbe provocare disturbi alle vie respiratorie o evidenziare fenomeni allergici, quindi deve essere un luogo aerato con soffitti alti, in cui, però, siano evitate correnti d'aria che vanno a colpire il cavallo con il rischio di procurare qualche bronchite.

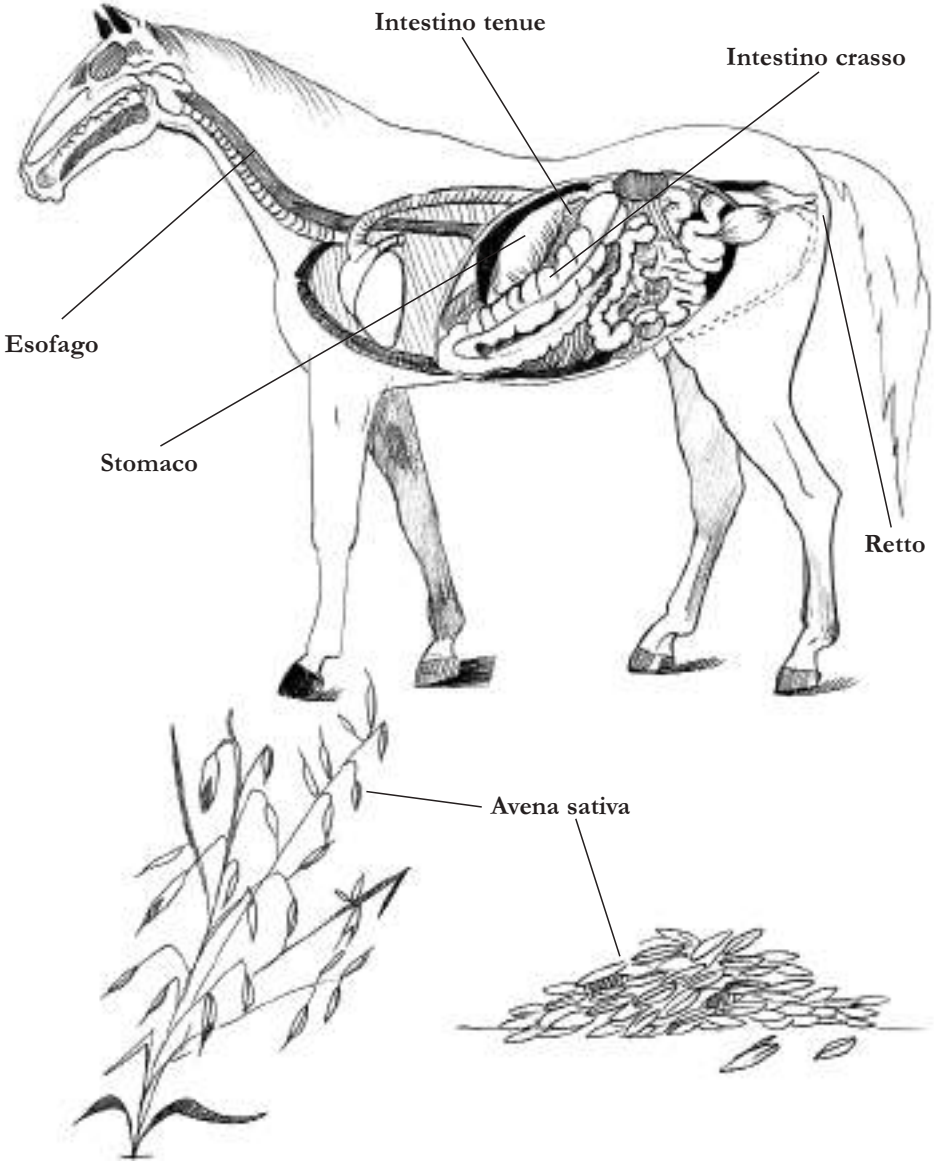
La vera nemica del cavallo atleta è la noia. Per questa ragione, quelle scuderie costruite in modo che i cavalli si possano vedere tra loro e possano guardare all'esterno, sono le migliori. In ogni caso è bene che le porte se non sono provviste di una grata superiore siano ragionevolmente alte di modo che il cavallo non possa appoggiarsi con il petto contro di esse procurandosi abrasioni. Vi sono comunque numerosi espedienti per distrarre un cavallo annoiato o affetto da vizi quali il “ballo dell'orso” o il ticchio di appoggio, ma il rimedio migliore resta il movimento.

I materiali impiegati per fare le lettiere sono tra i più vari si va dalla paglia ai trucioli di legno, alla lolla di riso sino alla carta di giornale opportunamente lavorata, ogni materiale ha i suoi vantaggi e i suoi inconvenienti e richiede un trattamento diverso. In ogni caso la lettiera deve essere morbida, asciutta, quanto più possibile pulita e non deve costringere il cavallo in stazione a posizioni innaturali, la qual cosa accade quando la lettiera non è in piano. Periodicamente deve essere intieramente rimossa e la pavimentazione, come anche le pareti devono essere disinfettate, così come devono essere frequentemente disinfettati i corridoi. Bisogna ricordarsi che la gran parte delle malattie del piede derivano dalla scarsa igiene della scuderia.

I cavalli possono essere scuderizzati anche in poste della lunghezza di 3 metri e della larghezza non inferiore ad un metro e settanta centimetri. Tale scuderizzazione riduce considerevolmente le possibilità di movimento del cavallo e impone alcune norme di sicurezza per permettere al cavallo di coricarsi. Lo costringe ad avere sempre una capezza a cui è agganciata una longia passante per un anello, al cui altro capo è posto un contrappeso che, a fine corsa, fa da fermo essendo di dimensioni maggiori dell'anello. La praticità di questo tipo di ricovero va tutta a scapito della comodità e del benessere del cavallo.

L'alimentazione

Così come il cavallo si è adattato ad una vita in scuderia molto diversa da quella in branco nelle grandi praterie, così anche si è adattato ad un regime alimentare molto diverso da quello naturale.
Apparentemente migliore perché più ricco, ma proprio per questa ragione, se non opportunamente regolato, più pericoloso.
La prima cosa da tenere in considerazione è il rapporto tra cibo carburante, il valore energetico, la quantità degli alimenti, e il consumo, ovvero, lo sforzo atletico a cui il cavallo è sottoposto. Altrettanto importante è l'ovvio rapporto tra quantità di cibo e peso del cavallo. La scelta degli alimenti e come distribuirli nell'arco della giornata deve tenere conto di come il cavallo digerisce.
L'apparato digerente del cavallo è simile a quello di molti mammiferi tra cui l'uomo, ma ha delle importanti particolarità che dipendono dalla sua natura di erbivoro che si procaccia il cibo mangiando, per lungo tempo, modeste quantità di vegetali umidi e ricchi di fibra.
Annesse alla bocca vi sono delle ghiandole salivari che, per mezzo degli enzimi, danno luogo ad un primo processo digestivo. Dalla faringe comincia un canale cilindrico che si chiama esofago e che raggiunge lo stomaco. Lo stomaco contiene mediamente 15 litri circa, piccolo, quindi, rispetto alla mole dell'animale; deve riempirsi e svuotarsi prima che la razione sia completamente consumata. Lo stomaco congiunge l'esofago all'intestino tenue che è in comunicazione con due grandi ghiandole: il fegato e il pancreas. Al tenue fa seguito l'intestino grasso suddiviso in cieco, colon e retto. Il cieco, molto sviluppato, è importante perché assolve la funzione di riserva per l'alimento liquido di cui il cavallo ha molto bisogno. Riflettendo sulla descrizione dell'apparato digestivo, risulta evidente che la quantità giornaliera di cibo necessaria va distribuita nel numero più alto di razioni possibile compatibilmente con l'organizzazione della scuderia e tenendo conto che il primo processo digestivo occupa almeno 90 minuti nei quali è bene che il cavallo non sia sottoposto a sforzi che ridurrebbero l'afflusso di sangue necessario al processo digestivo.
Gli alimenti che di norma vengono somministrati ai cavalli sono molti; la ricerca alimentare ha portato a comporre mangimi con le più varie specie di cereali ed erbe. La composizione di questi pratici mangimi deve essere attentamente esaminata da personale competente perché sia ben inserita nella dieta specifica che ogni singolo cavallo dovrebbe avere. Al solo scopo di dare alcune indicazioni generali e quindi generiche, si può dire che un cavallo di


Intestino tenue
Intestino crasso
Esofago
Stomaco
Retto
Avena sativa

circa cinque quintali in medio lavoro può essere mantenuto con circa cinque chilogrammi di cereali (orzo e avena per esempio) e otto chilogrammi di fieno al giorno. L'orzo, come anche l'avena, possono essere somministrati sotto forma di granella, schiacciati oppure fioccati. In granella non si hanno perdite di sostanza come può avvenire nella schiacciatura o nella fioccatura, per contro, parte della granella non masticata può essere ritrovata intiera, quindi non digerita, nelle feci. Frumento, granoturco pur essendo cereali ad alto potere nutritivo sono poco consigliati nell'alimentazione di base del cavallo perché poco digeribili, possono invece costituire una integrazione energetica in ragione del lavoro del cavallo. Anche gli oli vegetali trovano impiego per aumentare i grassi nell'alimentazione del cavallo. Il fieno deve essere poco polveroso, non vi debbono essere muffe e deve provenire da prati non inquinati. Vi sono una grande quantità di graminacee e leguminose che vengono fatte essiccare e diventano fieno e che hanno caratteristiche molto diverse. In generale si può dire che sono da preferire fieni di primo taglio, quello che usualmente viene tagliato ed essicato nel mese di maggio e per questo si chiama maggengo, è tra i più ricchi di sali minerali e di fibra. La crusca se associata a semi franti, cotti in acqua abbondante, in modiche quantità, è giovevole perché facilita lo svuotamento degli intestini. Un pastone periodico, favorisce i processi digestivi, ma la composizione del pastone, come la periodicità della somministrazione, debbono essere regolate da personale esperto onde evitare turbe intestinali. Integrare l'alimentazione secca con carote e bietole è per il cavallo piacevole e lo induce a mangiare con più appetito. Diverso è il passaggio da un regime secco ad un regime verde, dove il mangime è costituito dalle erbe fresche dei prati. Il passaggio da un regime all'altro deve essere effettuato gradatamente per evitare disturbi intestinali.

L’acqua è in assoluto il più importante degli alimenti, bisogna evitare che sia troppo fredda e che abbia impurità, la soluzione più pratica per la sua somministrazione è l'abbeveratoio automatico. Dovendo praticare l'abbeverata a mano è bene che sia somministrata frequentemente nella giornata, prima del cibo perché non interferisca con la digestione, garantendo a seconda del clima 20 30 litri di acqua. In ogni caso bisogna evitare che il cavallo beva acqua fredda dopo il lavoro, quando è ancora accaldato.

Nel provvedere all'alimentazione del cavallo si deve ricordare di non far mai mancare dei sali, sarà il cavallo stesso a regolare l'assunzione di questi in base alle sue necessità.

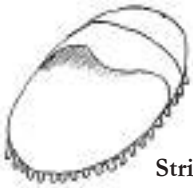
Il governo della mano

E' necessario provvedere alla pulizia del corpo del cavallo. In natura i cavalli si rotolano, si grattano, si mordono tra loro. Il massaggio effettuato dalla brusca e dalla striglia, oltre che soddisfare esigenze di igene e pulizia, può essere piacevole per il cavallo ed è sicuramente stimolante per la muscolatura.

E' anche un buon modo per fare conoscenza perché il cavallo si abitui all'odore e alla mano dell'uomo. Gli arti, il muso e alcune parti delicate, vanno spazzolate con attenzione, collo, dorso, groppa e costato possono essere massaggiati dalla striglia e dalla brusca. I piedi vanno puliti prima e dopo il lavoro in modo che non rimangano incastrati tra forchetta e lacuna sassi o altro che possa danneggiare la suola e per rimuovere feci e urine che compressi per lungo tempo nella forchetta possono

Brusca

Spazzola


Striglia

Spugna

Grasso per i piedi

Strofinaccio

Nettapiedi

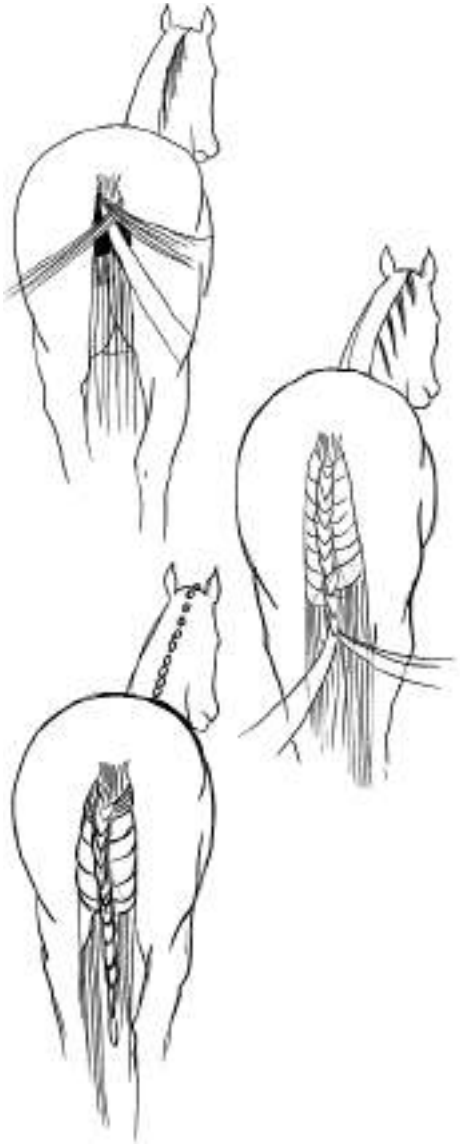
Pettini

provocare la marciscenza del fettone. Per conservare l'umidità della muraglia e quindi mantenere elastico lo zoccolo, bisogna periodicamente ingrassarlo.
La coda deve essere frequentemente lavata e spazzolata il meno possibile e con molta delicatezza perché non si strappi, la criniera va tenuta sfoltita perché non dia noia alle redini e perché possa essere intrecciata agevolmente. Un panno servirà per la finitura della pulizia ed una spugna per le parti più delicate da lavare.
A volte si rende necessario un vero e proprio massaggio che può essere praticato con paglia oppure con un panno di lana o semplicemente con pressioni esercitate dalla mano nel senso del pelo. Nei massaggi possono essere impiegati olii e alcol canforato.
Il massaggio agevola la circolazione periferica del sangue e contribuisce a rilassare i muscoli irrigiditi dalla fatica; i massaggi praticati strofinando, favoriscono l'arresto della traspirazione cutanea e favoriscono il recupero della temperatura corporea dopo lunghe esposizioni al freddo, alla pioggia o alla nebbia.
Nel periodo invernale è opportuno riparare i cavalli con coperte che li proteggono dai rigori del freddo e dell'umidità; debbono essere coperti quei cavalli che sono stati sottoposti a tosatura.
La tosatura parziale o completa del lungo pelo invernale viene praticata nell'autunno (ottobre o novembre, secondo

Come intrecciare la criniera

i climi), allo scopo di evitare che i cavalli in lavoro sudino abbondantemente senza che si possano asciugare prima di un raffreddamento periferico.
Docce e bagni nella stagione estiva favoriscono il processo di termoregolazione e sono un pratico modo per garantire la pulizia del mantello, non è sempre agevole asciugare i cavalli, conviene far cadere, con una stecca, l'acqua rimasta aderente al corpo e metterli in movimento.
La toilette degli equini, che è praticata per valorizzare la struttura morfologica del cavallo, deve tenere in considerazione le necessità igieniche; nel tagliare i peli superflui per poter meglio intrecciare o per meglio far risaltare una parte del cavallo bisogna tenere presenti le funzioni protettive che i peli e i crini esercitano sulle regioni che ricoprono. Il ciuffo non deve essere esageratamente accorciato, i peli che sporgono dalla conca auricolare debbono essere solo ragguagliati, i crini della coda potranno essere accorciati fino all'altezza della punta del garretto, i peli della parte posteriore del pastorale potranno essere accorciati in quei soggetti che li hanno tanto lunghi da impedire la pulizia della regione in ogni caso non si devono togliere i peli che proteggono la corona e si deve lasciare un piccolo ciuffo sopra lo sperone. Tutti gli attrezzi impiegati per il governo debbono essere periodicamente disinfettati.

Come intrecciare la coda

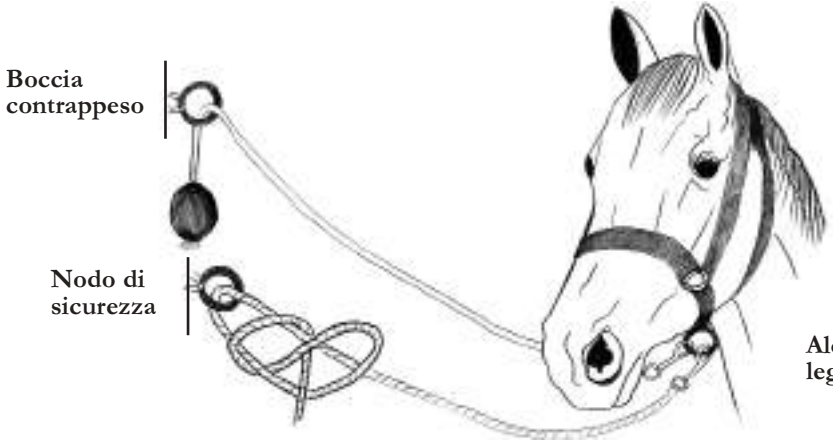


Avvicinare i cavalli

Il cavallo non è aggressivo nei confronti dell'uomo, se a volte si mostra tale è perché ha subito maltrattamenti o perché di indole paurosa. Rispettare alcune regole di sicurezza e creare un clima di fiducia reciproca, sono i due presupposti per poter avvicinare un cavallo piacevolmente. Lasciare il tempo al cavallo di capire con chi ha a che fare è una buona norma; lasciare che esso annusi l'odore dell'uomo, che veda chi gli si avvicina, che non debba temere azioni brusche improvvise provenienti dall'alto od esitazioni che possono essere fraintese, che non debba patire sofferenze o costrizioni immotivate. L'atteggiamento da assumere con un cavallo deve essere appreso con una lunga pratica in scuderia sotto la guida attenta di un istruttore, e il suo apprendimento è elemento indispensabile per istituire un corretto rapporto che condizionerà tutta la pratica dell'equitazione.

Prevenzione dentale

Il periodico esame dei denti è importante perché si possono verificare dei consumi irregolari nei molari che procurano fastidiose punte, queste, con l'andare del tempo, possono creare gravi problemi alla masticazione e quindi alla digestione; non solo, fiaccando la parte interna delle guance, possono dare seri fastidi da cui dipendono certi atteggiamenti di insofferenza all'imboccatura. Un controllo semestrale della dentizione effettuato dal veterinario consentirà, in caso di necessità, di pareggiare le punte e scalzare il tartaro mantenendo efficiente tutto l'apparato digestivo.



Alcuni modi per legare un cavallo

Vermifugo

La somministrazione del vermifugo si rende necessaria per prevenire e combattere l'infestazione di piccoli vermi parassiti presenti negli alimenti vegetali, specie nei pascoli ove la popolazione di questi parassiti è costantemente aumentata dalle feci che contengono uova e larve. Interrompere questo ciclo è molto difficile, pertanto i vermi vanno costantemente combattuti.
Il vermifugo deve essere somministrato periodicamente alternando le marche dei prodotti onde evitare la capacità di assuefazione del parassita. I rischi che l'infestazione si propaghi al fegato e alle vie respiratorie sono da prevenire con attenzione, perché ciò può procurare danni irreparabili alla salute del cavallo.

Antitetanica

Il bacillo del tetano è presente nelle feci del cavallo, le sue spore sono resistentissime, ma si riproducono solo in assenza di ossigeno, diventa molto pericoloso quando, in contatto con una ferita, trova le condizioni per moltiplicarsi. Esso produce una potentissima tossina che si propaga per via nervosa e può portare alla morte.
La scoperta del vaccino ha reso il tetano una intossicazione rara. Il vaccino va somministrato annualmente, la prima vaccinazione deve essere richiamata dopo un mese. In caso di ferita di una certa gravità, somministrare subito anche il siero e tenere ben disinfettata e ossigenata la ferita.

Antinfluenzale

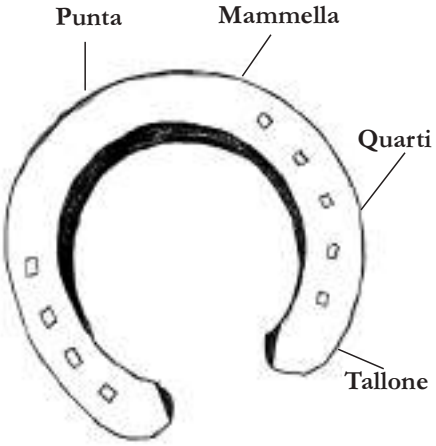
Anche per combattere le forme più pericolose di virus influenzali vi sono trattamenti che prevedono la somministrazione di vaccini con cadenza periodica annuale.
E' spesso necessario un richiamo semestrale ed in numerosi casi sono associati al vaccino antitetanico cosicché si possa eseguire una sola somministrazione per entrambi i vaccini.

Prevenzione delle malattie infettive

Allo scopo di evitare il propagarsi di malattie infettive riconosciute presenti sul territorio nazionale, ci sono norme di polizia veterinaria che obbligano a sottoporre i cavalli che si spostano ad accertamenti sulla loro condizione di salute. Queste norme possono variare è quindi bene chiedere al veterinario cosa è necessario fare.

La ferratura

La ferratura non è certo indispensabile per il cavallo che vive nella natura, ma diventa molto importante per il cavallo sportivo. Essa costituisce una protezione per il piede impegnato su terreni vari, aumenta la presa a terra per mezzo dell'utilizzo dei ramponi, consente, con il pareggio (taglio dell'unghia), di correggere eventuali vizi di appiombo o di andatura. La scelta della ferratura e più ancora il pareggio costituiscono un momento determinante per il corretto impiego atletico del cavallo. La ferratura può essere effettuata a freddo, in tal caso il maniscalco adatta il ferro al piede del cavallo dopo aver effettuato il pareggio. Nella ferratura a caldo il ferro viene provato ancora caldo sullo zoccolo, in modo da far combaciare bene il ferro all'unghia. Con tale sistema la ferratura riesce più solida e le pressioni si distribuiscono più uniformemente, ma bisogna prestare attenzione che nel corso della ferratura non si provochino scottature e infiammazioni al vivo del piede. La ferratura può correggere difetti di proporzione del piede, difetti di forma, difetti dell'unghia. Il maniscalco agirà adeguando il pareggio e modellando la forma del ferro così da favorire una crescita dell'unghia che riduca il difetto. Un piede troppo piccolo che tende ad incastellarsi richiede dei ferri a sedile largo, i talloni non debbono esse-



Ferro anteriore

Ferro posteriore

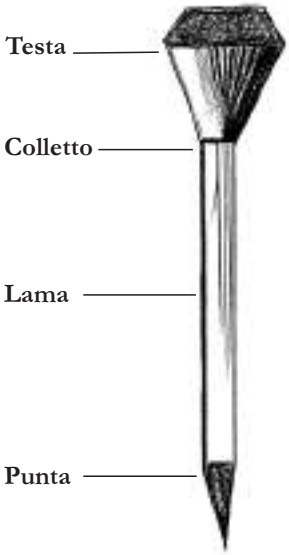
re pareggiati ed il fettone deve essere risparmiato; un piede piatto esige il rispetto della suola e ferri coperti e svasati. Un unghia molle richiede al maniscalco molta attenzione nel pareggio della suola, al contrario con un unghia secca è preferibile applicare un ferro con poche stampe così da evitare il rischio di scheggiature in prossimità dei chiodi. In talune patologie, che hanno effetto deformante sul piede, un'opportuna ferratura può alleviare il dolore provocato.

Tutte le ferrature che in qualche modo modificano l'assetto del piede sono chiamate correttive.

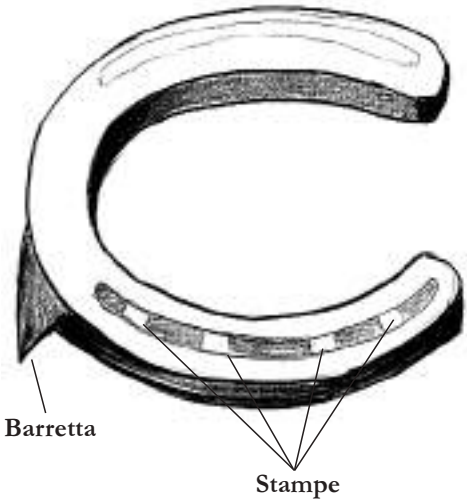
Vi è una vasta letteratura ed una ancor più vasta tradizione orale circa le ferrature correttive, ma in ultima analisi è solo l'ingegno, l'esperienza e la creatività del maniscalco, associati alla diagnosi veterinaria, che consente di eseguire una proficua ferratura correttiva.

Mediamente si rinnova ogni quaranta giorni, ma è bene considerare che i tempi di crescita e le esigenze di pareggio variano da cavallo a cavallo. In caso di modesto consumo del ferro possono essere effettuate delle rimesse, in tale caso il ferro viene riutilizzato dopo aver eseguito il pareggio.

Sebbene il ferro sia il materiale ancora più diffuso per forgiare ferri da cavallo, sono attualmente impiegati anche materiali alternativi quali l'alluminio ed alcune resine.



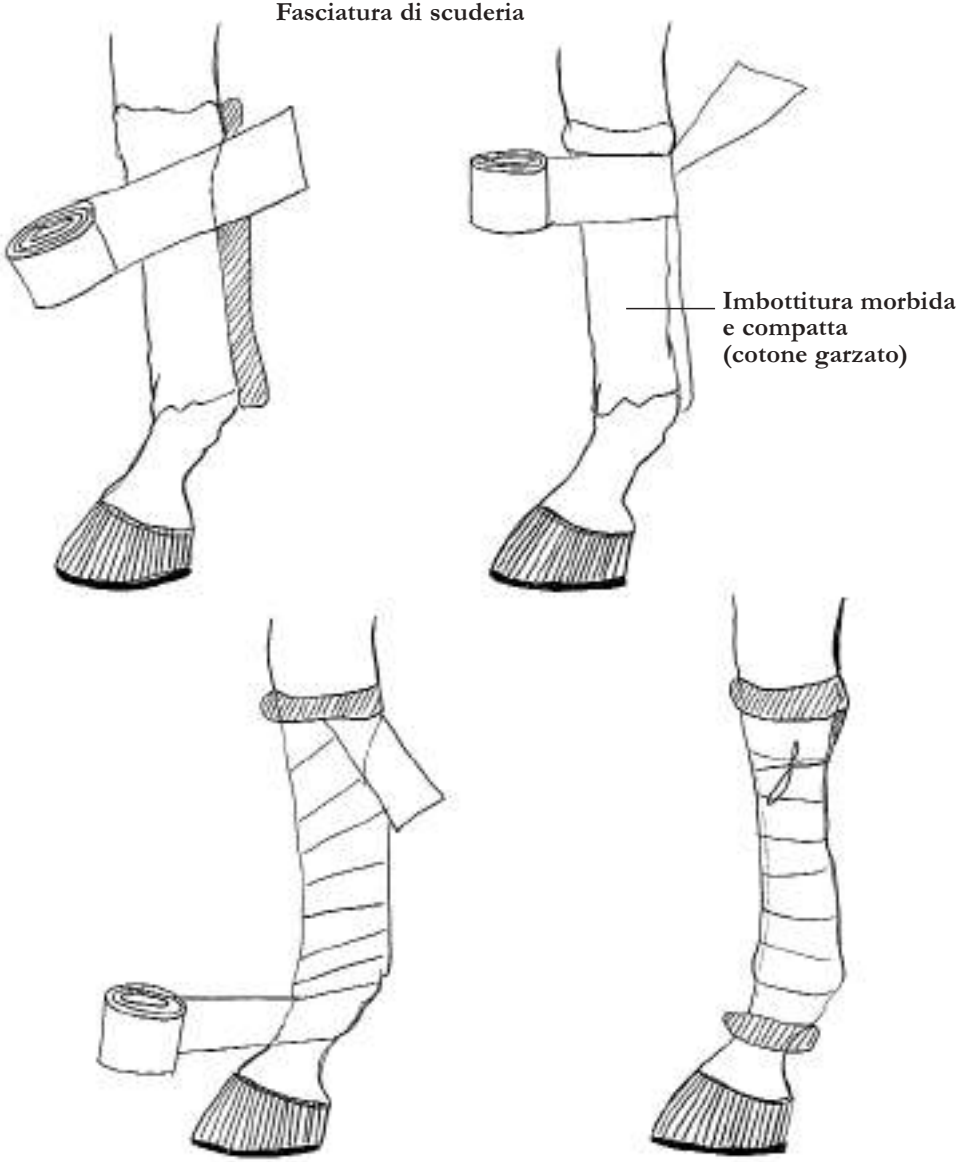
Chiodo per ferrare



Patologie

Laddove insorgono vere e proprie patologie è indispensabile il ricorso al veterinario, ogni intervento praticato senza osservazione medica può trasformarsi in danno.
L'osservazione del cavallo segnalerà in modo inequivocabile la presenza di un malessere o di una disfunzione, sarà compito del medico veterinario stabilirne la prognosi e la terapia.
Le principali patologie a carico dell'apparato locomotore si evidenziano con zoppie e o gonfiori localizzati, spesso in corrispondenza della parte lesa, il riposo, eventuali sciacqui qualora si sia in grado di localizzare la parte lesa, sono le cosa da fare in attesa del veterinario, l'applicazione di pomate o di fasce di scuderia sarà autorizzata successivamente.
Una zoppia indica generalmente la presenza di un dolore, ma vi possono essere zoppie di origine meccanica in cui è presente una rigidità articolare o una contrattura che non necessariamente si associano ad una sensazione dolorosa; la diagnosi di una zoppia richiede una grande esperienza.
Le ferite con perdita emorragica richiedono l'immediato intervento del veterinario, nel frattempo si potrà sciacquare la ferita con acqua fredda, disinfettare e tamponare la ferita. Se l'emorragia si presenta a flotti ritmici concordi alle pulsazioni cardiache si tratta di un'emorragia arteriosa, molto grave, se possibile è bene apporre un laccio emostatico a monte della ferita. Anche le patologie dell'apparato digerente richiedono un pronto intervento veterinario; se in stato di colica, sono accompagnate da forti dolori che il cavallo manifesta raspando il terreno, guardandosi il fianco, coricandosi, comprimendo l'addome. Il cavallo deve essere messo immediatamente a digiuno, bisogna evitare movimenti convulsi, specie se è coricato, in tal caso meglio tenerlo in movimento, non deve prendere freddo e possono essere somministrati antispastici o antidolorifici solo su indicazione del veterinario.
I segnali che identificano una disfunzione all'apparato respiratorio possono essere la tosse, la perdita di muco nasale o la dispnea respiratoria, evitare polveri e sbalzi termici e attendere l'arrivo del veterinario.
L'esame quotidiano della cute permette di intervenire per tempo in molte malattie della pelle, ed in molte affezioni di tipo allergico, che si manifestano con eruzioni cutanee.
All'apparire di ponfi, vescicole, escrescenze di natura sospetta è bene consultare il veterinario; micosi e tricofitosi sono contagiose.
Così anche l'attenta osservazione del piede permette di intervenire per tempo in casi di marciscenza, di setole e tarli.

Fasciatura di scuderia

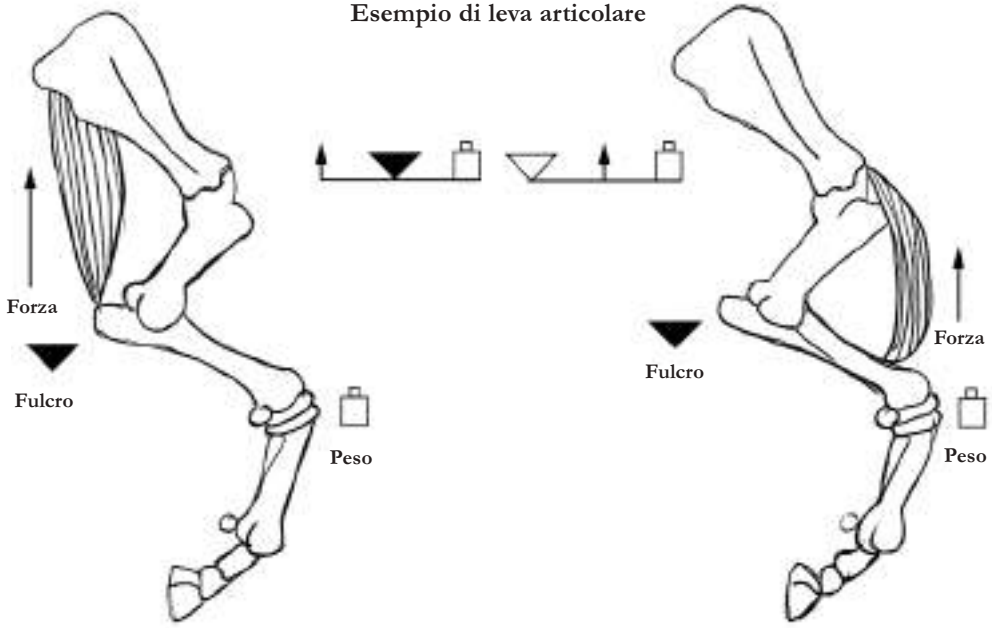


5. Il funzionamento della "macchina" animale

Il movimento

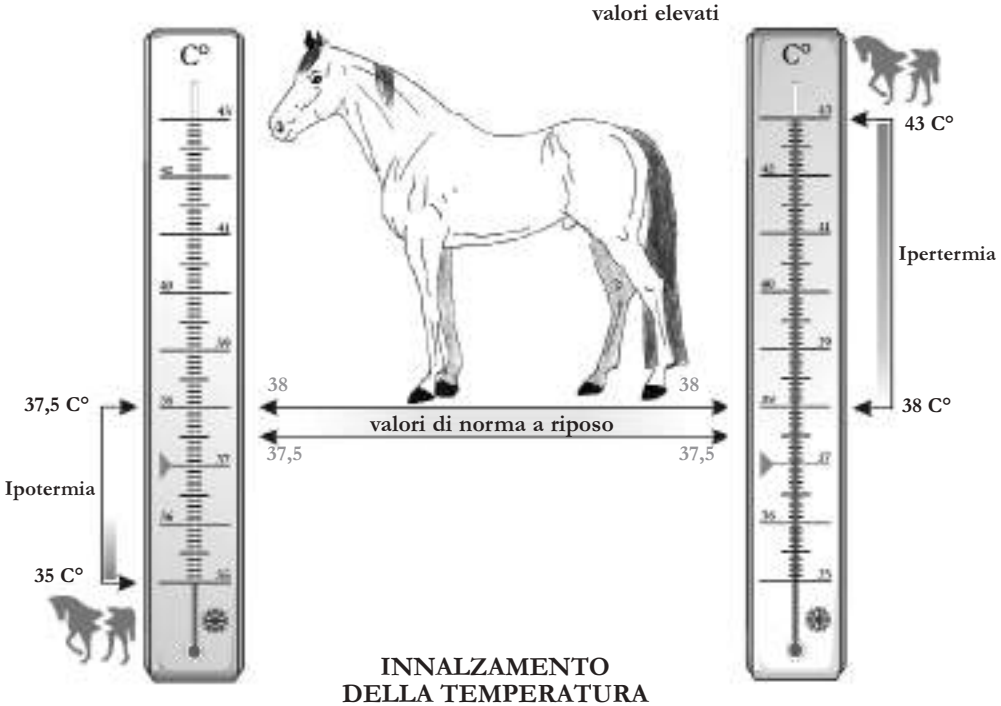
Il movimento è indispensabile alla vita, è necessario per compiere tutte quelle operazioni (procacciarsi cibo, fuggire ai pericoli ecc.), che, in ultima analisi servono a conservare e riprodurre la specie. Nello sport il movimento è finalizzato ad un risultato atletico. Il modo migliore per ottenere il risultato atletico è quello di utilizzare i movimenti naturali, potenziarli e condizionarli all'esigenza atletica.
Quello che crea il movimento è l'impulso nervoso che dal cervello attraverso un intricato sistema di nervi stimola i tessuti i quali reagiscono diversamente in base alla natura dello stimolo, alla loro struttura e a condizione di un opportuno apporto energetico, garantito dall'apparato cardiocircolatorio; questi tessuti fibrosi sono i muscoli, gli artefici del movimento.
Il muscolo lavora contraendosi; in modo isometrico quando non modifica la sua lunghezza, in modo concentrico quando si accorcia, in modo eccentrico quando si allunga. Si hanno delle contrazioni isometriche quando il cavallo deve

Esempio di leva articolare



mantenere una posizione o quando resiste a una trazione con l'articolazione fissa; concentriche quando si attiva una leva per modificare una posizione; eccentriche quando le contrazioni si oppongono ad una forza contraria. E' tipica l'azione della muscolatura dell'anteriore quando un cavallo si riceve dopo un salto; il muscolo tende ad allungarsi perché così controlla la discesa del nodello.

Il movimento nasce da giochi di leve: vi sono leve, in cui il fulcro è tra forza e peso ed altre in cui la forza viene esercitata tra il fulcro e il peso da sollevare. Nel primo caso (gomito o garretto) sono necessarie potenti masse muscolari che producono movimenti ampi e veloci, nel secondo caso (avambraccio, tibia) sforzo e velocità sono minori. I muscoli intervengono nelle varie fasi del movimento in accordo tra loro esercitando contrazioni isometriche, concentriche ed eccentriche. Nell'agire le fasce muscolari incontrano fasce muscolari antagoniste che dosano e regolano il movimento. Nella complessità del movimento le fasce muscolari operano insieme.



INNALZAMENTO DELLA TEMPERATURA

Sistemi energetici

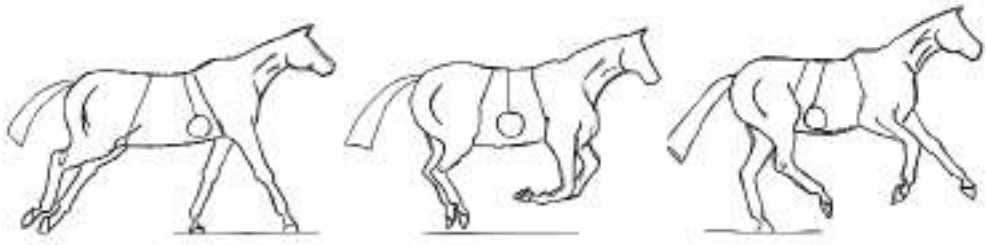
L'apporto energetico, necessario al funzionamento degli apparati, al mantenimento della struttura corporea ed al movimento viene dato dagli alimenti scomposti e sintetizzati in forma di zuccheri (derivati dagli amidi) e di proteine. Il processo chimico che trasforma gli alimenti in energia disponibile (ATP: adenosinitrifosfato) può avvenire in presenza di ossigeno oppure in sua assenza, in tal caso nella produzione di ATP, vengono prodotte anche sostanze residuali da smaltire. Esistono quindi diversi sistemi di produzione di energia: prima quello anaerobico (senza bisogno di ossigeno) alattacido (senza produzione di scorie = acido lattico); è un sistema che permette sforzi limitati per breve periodo. Se lo sforzo dura nel tempo interviene il sistema aerobico (in presenza di ossigeno) che può durare un tempo notevolmente lungo purchè l'intensità dello sforzo sia tale da permettere agli apparati respiratorio e cardiocircolatorio di fornire quantità di ossigeno sufficienti alla produzione di ATP. Tale sistema produce scorie pulite (acqua e anidride carbonica). Se la richiesta energetica è molto elevata, in misura tale che il sistema aerobico non è più in grado di soddisfare il fabbisogno, entra in funzione il sistema anaerobico lattacido, che genera una notevole quantità di energia, ma per un tempo breve, pur sempre allenabile e con accumulo di fatica e scorie di più difficile smaltimento (acido lattico). Gli alimenti vengono trasformati attraverso elaborati processi chimici in energia, questa trasformazione produce calore, prova è che la temperatura, prelevata al retto di un cavallo adulto sano e in riposo misura in media 37°- 38°, ma se il cavallo è malato o se lavora intensamente, la sua temperatura aumenta.

La respirazione

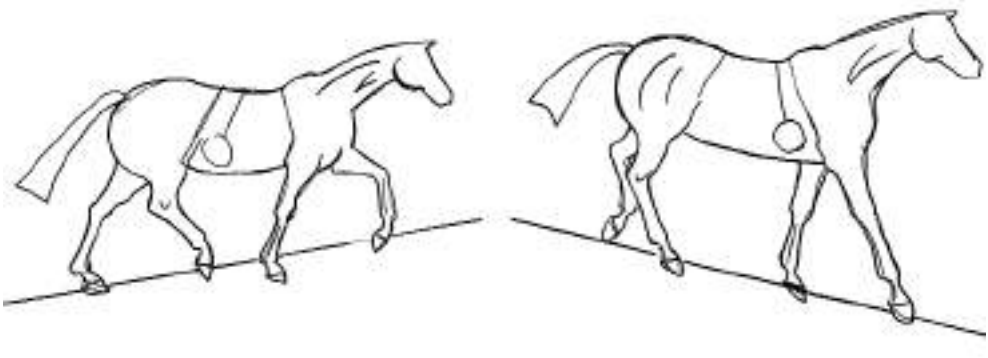
Un importante carburante per la macchina animale è l'ossigeno contenuto nell'aria, indispensabile per produrre energia nel sistema aerobico. Attraverso le cavità nasali, la laringe, la trachea, i bronchi e i polmoni, avviene la respirazione. Il cavallo inspirando trattiene ossigeno ed espirando getta fuori le scorie: un cavallo adulto in condizioni di riposo compie in un minuto da 9 a 13 atti respiratori, ma sotto sforzo questi aumentano notevolmente per soddisfare esigenze di carburante maggiori. I visceri dell'addome sono sospesi nella volta addominale per mezzo di propri legamenti, nel movimento del galoppo questi oscillano per effetto dell'inerzia e del movimento stesso. Si spostano avanti per l'abbassamento anteriore dell'asse longitudinale favorendo l'espi-

razione, ciò associato alla compressione delle scapole che si verifica alla battuta dell'anteriore sul terreno e alla chiamata del posteriore sotto la massa che riduce lo spazio polmonare. Con la distensione del posteriore che spinge incomincia la fase di inspirazione. I visceri costituiscono così un pistone che alleggerisce il lavoro del diaframma che, di norma, per decomprimere il polmone, deve spostare una massa che pesa più di un quintale.

Ne consegue che al galoppo il respiro è sincrono all'andatura e permette un risparmio energetico in una situazione di grande consumo. Tale risparmio cessa ogni qualvolta cambia il ritmo del galoppo, perché il pistone viscerale che si muove per inerzia ha bisogno di adattare il suo ritmo, e questo richiede un certo tempo. Cessa anche in relazione al grado di pendenza del terreno per effetto della forza di gravità che impedisce il moto inerziale.



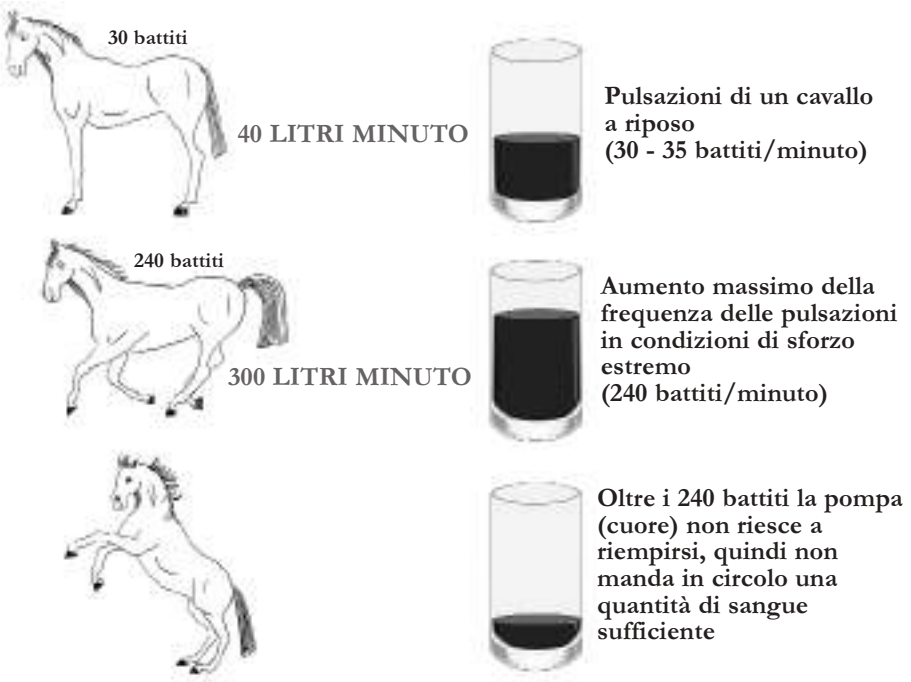
Espirazione **Inspirazione**



L'effetto del pendolo viscerale è annullato nelle salite e nelle discese

Apparato cardiocircolatorio

L'elemento che si occupa di portare a tutti i tessuti, a tutte le parti del corpo i carburanti indispensabili è il sangue il quale è pompato dal cuore. Le pulsazioni aumentano in ragione del bisogno di carburante, così un cavallo a riposo ha circa 35 - 40 battiti al minuto, in condizioni di attività e di malattia il numero delle pulsazioni aumenta. Se il cavallo pompa un litro scarso per contrazione in condizione di riposo, sotto sforzo la gettata sarà di circa 40 litri; la richiesta di un maggiore trasporto di sangue viene soddisfatta con l'aumento di frequenza delle pulsazioni che possono arrivare a 200 - 240 battiti al minuto ed un aumento della quantità di sangue pompata per ogni contrazione che può aumentare dai 15 ai 40 litri.
Oltre i 220 - 240 battiti, il cuore non fa in tempo a riempirsi a sufficienza e ad espellere il sangue in esso contenuto, il rendimento della pompa cala notevolmente e si vengono a creare situazioni di grave pericolo.



L'allenamento e l'addestramento

Scopo dell'allenamento è quello di mettere la muscolatura in grado di agire presto e bene dosando lo sforzo e consumando il meno possibile. Da una parte l'allenamento specifico migliora il gesto, dall'altra parte migliora la capacità degli apparati di affrontare lo sforzo che il gesto comporta. Il movimento, specie se finalizzato, ed in tale caso diventa esercizio atletico, ha lo scopo di allenare. Un'ultima cosa che si può dire è che l'allenamento deve avere una gradualità, che quindi richiede una progressione nel lavoro; quanto più varie saranno state le esperienze di movimento in giovane età, tanto più facile sarà programmare un intervento di addestramento ed allenamento del cavallo. Più un muscolo è esercitato, più le sue fibre aumentano in forza e in dimensione. Al contrario, se usato poco, andrà incontro ad atrofia progressiva.
Analizzando la meccanica del movimento osserviamo che la propulsione creata dagli arti posteriori si trasmette alla colonna vertebrale, la disponibilità della quale è indispensabile per ricevere efficacemente tale spinta che consente alla massa di avanzare. I movimenti della colonna vertebrale sul piano verticale consistono in raddrizzamenti e incurvamenti in un arco a concavità ventrale, una colonna che tende ad essere concava dorsalmente (lordosi) perde molto delle sue capacità funzionali. I muscoli dell'addome sono la corda e la colonna

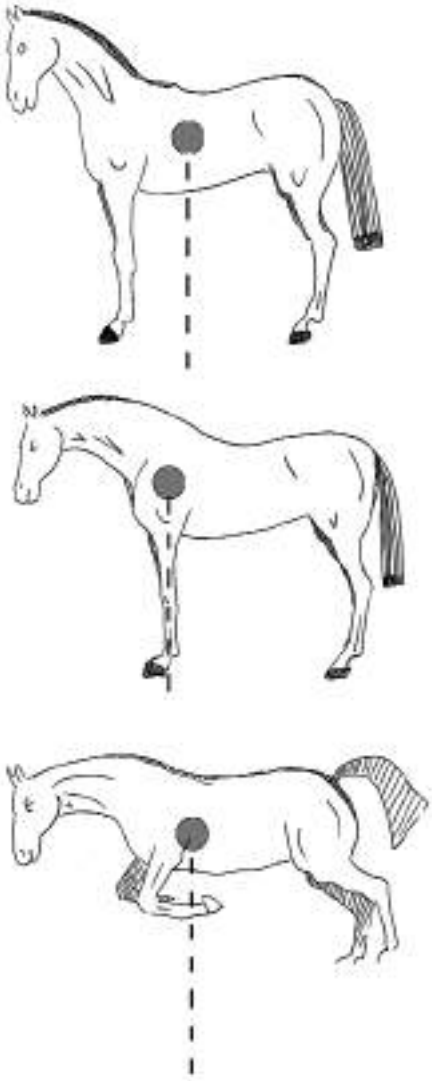
è l'arco che si carica di energia, quindi un cavallo flesso nell'ingaggio del posteriore sotto la massa è come un arco pronto a liberare le forze. Possiamo immaginare che in un cavallo ci siano due catene, una che sta in alto, parte dal collo, lungo il dorso sino alle cosce; una sta in basso, dall'addome sino allo sterno. Quando si contrae la catena alta il cavallo spinge con il posteriore che si allunga indietro per aprire le articolazioni e imprimere energia, la colonna si raddrizza, l'incollatura si tende. Quando si contrae la catena bassa il cavallo carica energia: la colonna s'incurva, il posteriore è richiamato sotto la massa, l'incollatura si rileva. La catena alta è molto più forte di quella bassa. Per fare in modo che il cavallo si carichi di energia, bisogna che la catena alta sia rilasciata.

Per queste ragioni si dovrà esercitare la muscolatura del cavallo in modo completo, ma sempre tenendo in considerazione l'elasticità e la capacità di decontrazione in particolare delle fasce superiori come quella lungo dorsale. Un eccessivo potenziamento delle fasce muscolari potrebbe indurre a rigidità. Lo scarso allenamento logorerebbe la struttura, specie nel caso in cui questa fosse impegnata in esercizi quali il salto o le andature riunite ed in ogni caso diminuirebbe la capacità di portare il peso del cavaliere. L'incollatura incide grandemente nel movimento; la sua flessione sul piano verticale stimola e

Variazioni del centro di gravità in relazione al gesto, alla posizione dell'incollatura, alla morfologia

consente la flessione del tratto dorso lombare, la sua flessione sul piano orizzontale bilancia la flessione orizzontale del tratto dorso lombare nelle andature ove questa è necessaria (passo).
Quando il cavallo abbassa la testa tira il legamento nucale, questo fa si che si eserciti una trazione sui processi spinosi, quindi le vertebre si aprono tra di loro, la colonna vertebrale si alza consentendo con l'aumento della volta una maggiore portanza.
Testa e collo modificano considerevolmente la posizione del centro di gravità. Il baricentro è spostato in avanti dalla posizione avanti e basso della testa, è spostato indietro con testa e collo rilevati. Tanto più il posteriore è spinto sotto la massa del corpo, tanto più il centro di gravità arretra. Il centro di gravità di un cavallo in stazione si trova nella parte anteriore della regione toracica, cosicché la maggior parte del peso corporeo grava sugli arti anteriori. Il movimento è una continua perdita e ripresa di equilibrio. Ciò avviene in quanto la massa, avanzando, raggiunge nuove basi di appoggio create dallo spostamento degli arti con un movimento coordinato di posate e di levate.
Obiettivo dell'addestramento è migliorare la capacità di gestione dell'equilibrio da parte del cavallo perché il movimento in condizione di equilibrio comporta meno fatica, favorire la decontrazione e l'elasticità muscolare perché la rigidità aumenta lo sforzo e riduce l'agilità.

Variazioni del centro di gravità in relazione al gesto, alla posizione dell'incollatura, alla morfologia



6. Le andature

chema delle andature

Se escludiamo i movimenti che il cavallo compie in stazione o in decubito e quelli di modesta traslazione, calci, sgroppate, impennate, il movimento si esprime nelle tre andature del passo, del trotto, del galoppo.

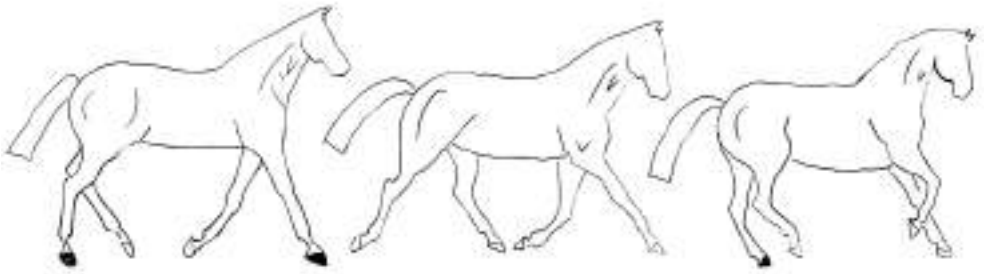
Nelle tre andature il cavallo dispone diversamente gli arti producendo così un avanzamento della sua massa, avanzamento quantificato dall'ampiezza di terreno superato dai movimenti coordinati degli arti e del corpo che ogni andatura produce e dalla frequenza con cui questi avvengono.

Ogni andatura ha dunque uno schema motorio il quale alterna levate posate e battute sul terreno dei quattro arti che creano poligoni di appoggio costituiti da uno o più arti, la rapida successione dei poligoni d'appoggio è indispensabile per la traslazione.

Le battute sul terreno scandiscono un ritmo intervallate da pause più brevi o più lunghe determinate dalle fasi di sospensione. Variando l'ampiezza dei movimenti si ottengono variazioni di ritmo, maggiori o minori secondo il grado di addestramento del cavallo, in quanto, aumentando la fase di sospensione, dovrebbe aumentare la lunghezza della pausa che intervalla le battute perché ciò avvenga nella regolarità, il rapporto tra pause e battute nello schema dell'andatura deve rimanere proporzionalmente invariato.

La massa del cavallo, avanzando e modificando i propri poligoni di appoggio, crea una variazione della disposizione del centro di gravità; perché permanga una situazione di equilibrio, la

Le 3 andature del cavallo



Passo **Trotto** **Galoppo**

massa stessa, massimamente l'incollatura - bilancere, debbono concorrere a riportare il baricentro sulla base di appoggio. Nelle andature cosiddette basculate (passo e galoppo) l'incollatura bilancia, distendendosi, la levata del posteriore, nel passo, bilancia orizzontalmente la piccola flessione del costato che si verifica quando il cavallo ha il suo peso sul solo bipede laterale.

Il passo

dal regolamento internazionale di dressage articolo 403

1. Il passo è un'andatura "camminata", nella quale gli arti del cavallo si posano uno dopo l'altro in "quattro tempi" ben marcati e mantenuti tali durante tutto il loro lavoro al passo.

2. Quando l'anteriore ed il posteriore dello stesso lato si posano quasi contemporaneamente, il passo tende a diventare un movimento laterale. Questa irregolarità, che può diventare un movimento di ambio, è un serio deterioramento dell'andatura.

3. È al passo che si fanno meglio notare le imperfezioni dell'addestramento, è anche il motivo per cui la "messa in mano" del cavallo al passo deve essere richiesta in funzione del suo grado di addestramento e non deve essere spinta più di quanto il grado di addestramento lo permetta. Una riunione troppo precoce altera non solo il passo riunito, ma anche il passo medio e il passo allungato.

4. Si distinguono: il passo riunito, il passo medio, il passo allungato e il passo libero.

4.1 *Il passo riunito.*

Il cavallo, mantenuto "nella mano" si porta risolutamente in avanti, con l'incollatura rilevata e arrotondata, e mostrando chiaramente di sostenersi in equilibrio da solo. La posizione della testa si avvicina alla verticale, il contatto con la bocca rimane morbido. Gli arti posteriori si impegnano con un buon movimento dei garretti. L'andatura del cavallo rimane "camminata" ed energica, con una regolare successione della posata degli arti. Ogni battuta copre meno terreno che al passo medio, ma è più elevata perché ogni articolazione si flette di più, mostrando che il cavallo si porta chiaramente. È più corto del passo medio, al fine di non diventare precipitato o irregolare, ma è più attivo.

4.2 *Il passo medio.*

È un passo deciso, regolare e disinvolto, di media estensione. Il cavallo mantenuto "nella mano" cammina energicamente, ma con calma, con passo uniforme e deciso, con le orme posteriori che si posano davanti alle orme degli

anteriori. Il cavaliere conserva un contatto leggero, morbido e costante con la bocca del suo cavallo.

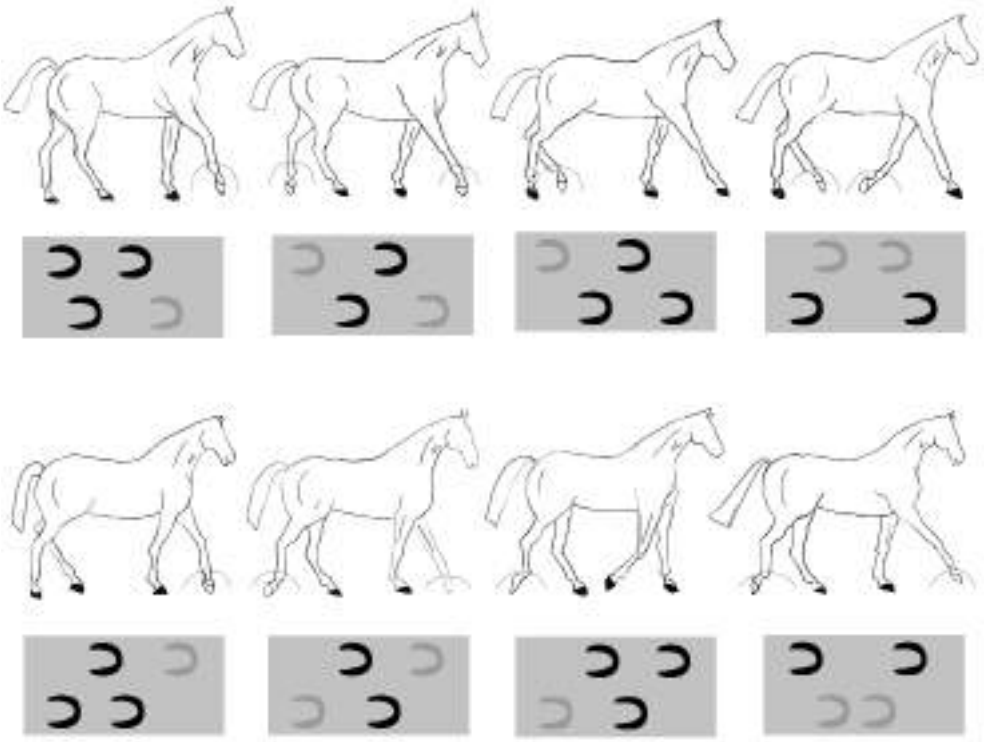
4.3 *Il passo allungato.*

Il cavallo copre il maggior terreno possibile, senza precipitare e senza alterare la regolarità della battuta. Gli zoccoli posteriori si posano molto nettamente davanti alle impronte degli zoccoli anteriori. Il cavaliere lascia che il suo cavallo distenda l'incollatura e avanzi la testa senza tuttavia perdere il contatto con la bocca.

4.4 *Il passo libero*

Il passo libero è un'andatura di riposo nella quale si dà al cavallo la completa libertà di abbassare la testa e di distendere l'incollatura.

Il passo



Il trotto

dal regolamento internazionale di dressage articolo 404

1. Il trotto è un'andatura a "due tempi" separati da un tempo di sospensione, nella quale il cavallo avanza per bipedi diagonali con appoggio simultaneo dell'anteriore e del posteriore corrispondente (anteriore sinistro, posteriore destro e inversamente).

2. Il trotto, sempre franco, attivo e regolare nelle sue battute, deve essere preso senza esitazione.

3. La qualità del trotto si giudica dall'impressione d'insieme, dalla regolarità e dall'elasticità delle falcate, dovute alla morbidezza della schiena e al buon impegno del posteriore, così come dall'attitudine a conservare lo stesso ritmo e un equilibrio naturale anche dopo una transizione da un trotto ad un altro.

4. Si distinguono: il trotto riunito, il trotto di lavoro, il trotto medio e il trotto allungato.

4.1 *Il trotto riunito.*

Il cavallo, mantenuto "nella mano", si porta in avanti con l'incollatura rilevata e arrotondata, i garretti, decisamente impegnati, mantengono l'energia dell'impulso, permettendo così alle spalle di spostarsi con facilità in tutte le direzioni. Il cavallo compie falcate più corte che negli altri tipi di trotto, ma è più leggero e più mobile.

4.2 *Il trotto di lavoro.*

Il trotto di lavoro è un'andatura intermedia che sta tra il trotto riunito e il trotto medio, nella quale un cavallo non ancora allenato e pronto ai movimenti riuniti, si presenta in un buon equilibrio, mantenuto "nella mano" si porta in avanti con falcate uniformi ed elastiche, con le anche molto attive. L'espressione "anche attive" non significa che in questa andatura sia obbligatoria la riunione. Sottolinea semplicemente l'importanza dell'impulso che deriva dall'attività del posteriore.

4.3 *Il trotto medio.*

Il trotto medio è un'andatura intermedia che sta tra il trotto di lavoro e il trotto allungato, ma è più "rotondo" del trotto allungato.

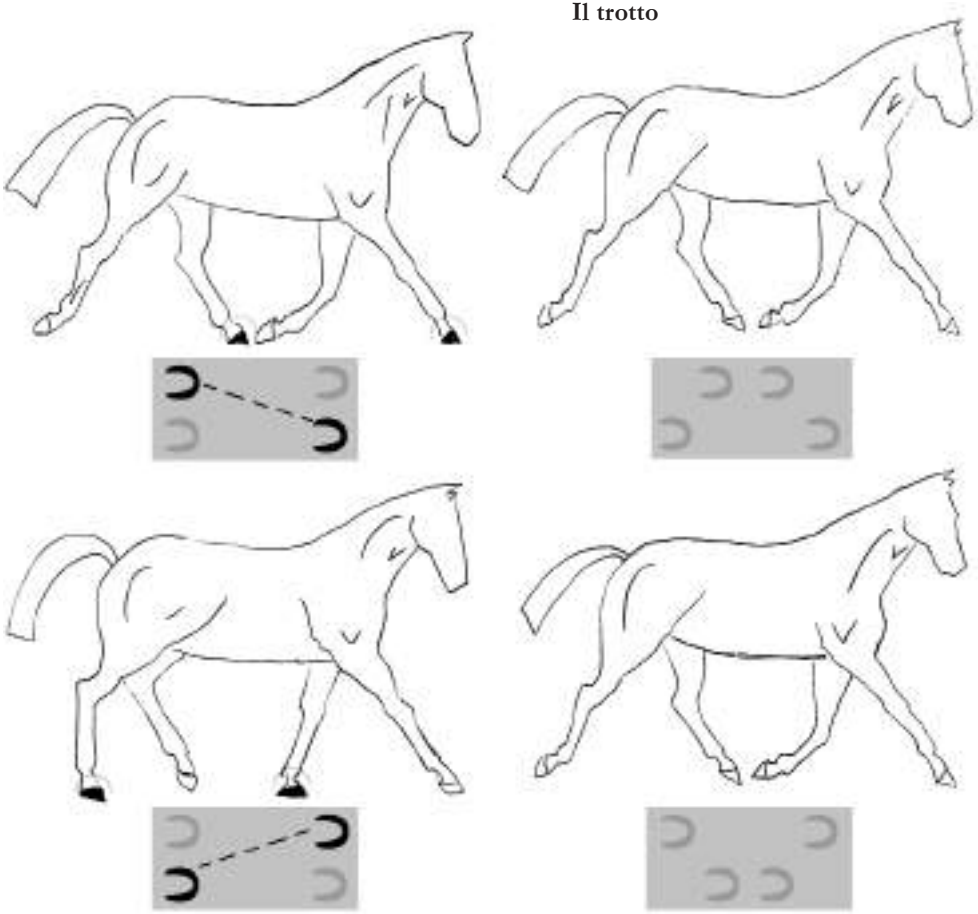
Il cavallo si porta in avanti con franchezza, allunga moderatamente le sue falcate con un deciso impulso che viene dal posteriore. Il cavaliere permette al cavallo, mantenuto "nella mano", di portare la testa un po' più davanti alla verticale che nel trotto riunito e nel trotto di lavoro; gli permette nello stesso tempo di abbassare leggermente la testa e l'incollatura. Le falcate devono essere le più regolari possibile e il movimento nel suo insieme equilibrato e disinvolto.

4.4 *Il trotto allungato.*

Nel trotto allungato il cavallo copre il

maggior terreno possibile. Conservando la stessa cadenza, allunga al massimo la falcata, grazie ad un grandissimo impulso dei posteriore.
Il cavaliere permette al cavallo, che rimane "nella mano", di abbassare e allungare l'incollatura senza cercare un punto d'appoggio sul ferro, allo scopo di evitare un'andatura rilevata.
Gli zoccoli anteriori non devono posarsi dietro la loro proiezione sul terreno.
Il movimento di anteriori e di posteriori deve essere similare (più o meno parallelo) nel momento dell'estensione in avanti.

Il trotto



Il galoppo

dal regolamento internazionale di dressage articolo 405

1. Il galoppo è un'andatura a "tre tempi" nella quale, al galoppo destro, per esempio, le battute si succedono nell'ordine: posteriore sinistro, diagonale sinistro (l'anteriore sinistro si muove contemporaneamente al posteriore destro) anteriore destro, seguito da un tempo di sospensione dei quattro arti prima dell'inizio della falcata successiva.

2. Il galoppo, sempre con falcate regolari, cadenzate ed eseguite nella leggerezza, deve essere preso senza esitazione.

3. La qualità del galoppo si giudica dall'impressione d'insieme, dalla regolarità e dalla leggerezza dei "tre tempi" derivante dall'accettazione dell'imboccatura, con una nuca morbida, e dall'impegno del posteriore, che proviene dall'attività delle anche, così come dall'attitudine a conservare lo stesso ritmo ed un equilibrio naturale anche dopo una transizione da un galoppo ad un altro. Il cavallo deve sempre restare completamente dritto sulla linea dritta.

4. Si distinguono: il galoppo riunito, il galoppo di lavoro, il galoppo medio e il galoppo allungato.

4.1 *Il galoppo riunito.*

Nel galoppo riunito, il cavallo mantenuto "nella mano", si sposta con l'incollatura rilevata e arrotondata.

Questa andatura è caratterizzata dalla leggerezza dell'anteriore e dall'impegno del posteriore: cioè le spalle morbide libere e mobili e le anche molto attive. Le falcate sono più corte che negli altri tipi di galoppo, ma il cavallo è più leggero e più mobile.

4.2 *Il galoppo di lavoro.*

E' un'andatura intermedia che sta tra il galoppo riunito e il galoppo medio. In questa andatura, un cavallo non ancora allenato e pronto ai movimenti riuniti, si presenta in un buon equilibrio mantenuto nella mano, si porta in avanti con falcate uniformi, leggere e cadenzate, con le anche che rimangono attive. L'espressione "anche attive" non significa che in questa andatura sia obbligatoria la riunione. Sottolinea semplicemente l'importanza dell'impulso, che proviene dall'attività del posteriore.

4.3 *Il galoppo medio.*

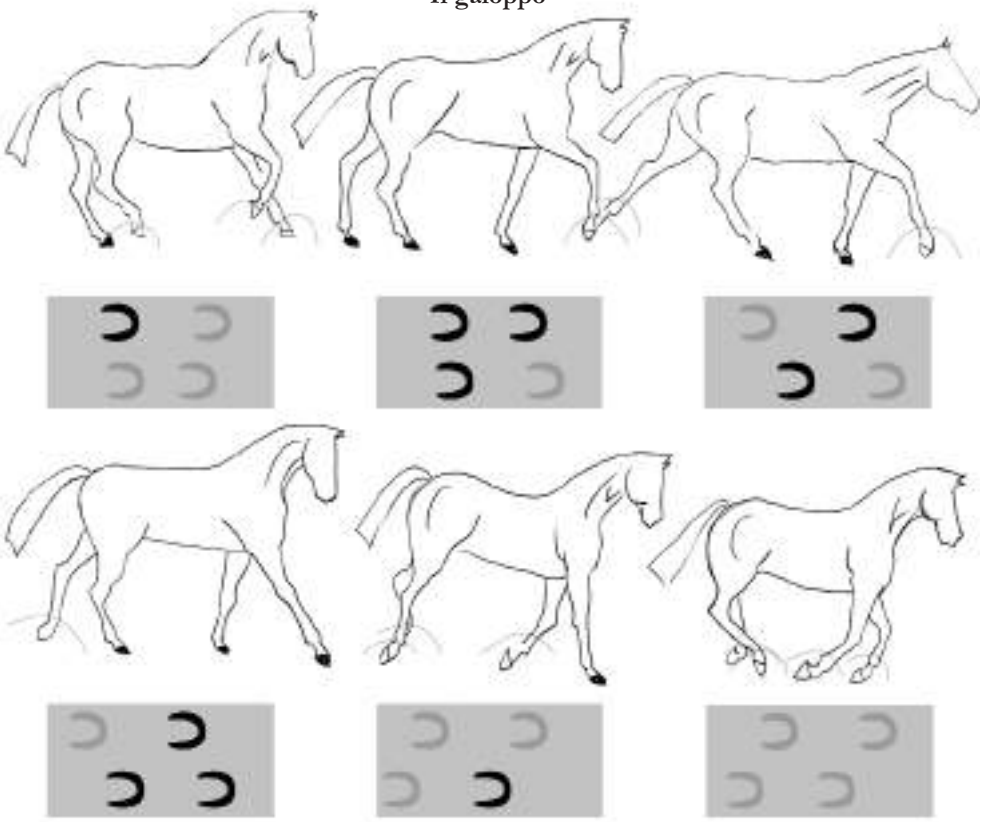
E' un'andatura intermedia che sta tra il galoppo di lavoro e il galoppo allungato. Il cavallo si porta in avanti con decisione conservando il suo equilibrio, allunga moderatamente le falcate, con chiaro impulso che proviene dal posteriore. Il cavaliere permette al cavallo mantenuto "nella mano", di piazzare la testa un po' davanti alla verticale che nel galoppo riunito e nel galoppo di lavoro: nello stesso tempo gli permette di abbassare

leggermente la testa e l'incollatura.
Le falcate devono essere allungate e le più regolari possibili, il movimento nel suo insieme deve essere equilibrato e disinvolto.

4.4 *Il galoppo allungato.*

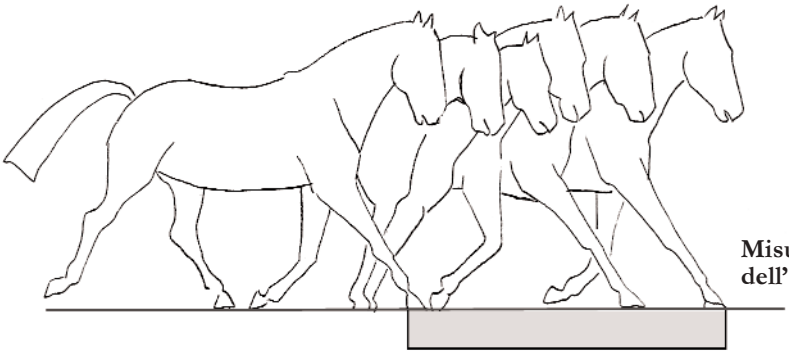
Nel galoppo allungato, il cavallo copre il maggior terreno possibile. Conservando lo stesso ritmo, allunga al massimo le sue falcate, senza perdere nulla della sua calma e della sua leggerezza, grazie ad un grandissimo impulso che proviene dal posteriore. Il cavaliere permette al cavallo, mantenuto "nella mano", di abbassare e allungare la testa e l'incollatura; la punta del naso si porta più o meno in avanti senza cercare un punto d'appoggio sul ferro.

Il galoppo



La regolarità delle andature

La regolarità è il rispetto dello schema delle andature. Ogni alterazione di questo schema, modifica dell'ordine di successione di appoggio degli arti, riduzione o alterazione della fase di sospensione, asimmetria dei tempi di appoggio al terreno dei piedi, scomposizione dei bipedi previsti dallo schema, composizione di bipedi non previsti, costituisce irregolarità. Per esempio citiamo alcune delle principali irregolarità che si possono riscontrare nelle tre andature. Al passo: l'ambio è una perdita di coordinazione che vede muovere contemporaneamente il bipede laterale. Al trotto: la mancanza di sospensione dovuta alla mancanza di impulso, la mancanza di simmetria che induce un bipede diagonale a spingere più dell'altro. Al galoppo: l'assenza della sospensione, in un galoppo di lavoro o riunito quando il posteriore del secondo tempo (bipede diagonale) si riceve prima dell'anteriore, marcando così quattro tempi; il galoppo disunito, quando il primo tempo è determinato dal posteriore interno con la totale perdita della coordinazione e dell'equilibrio. Le irregolarità sono sempre dovute ad imperfezioni del movimento, siano queste provocate da rigidità muscolari dipendenti da un insufficiente o scorretto allenamento, siano provocate da rigidità causate dal cattivo impiego degli aiuti del cavaliere, o che siano causa di riduzioni funzionali dovute a fattori patologici cronici o in fase acuta; in questo caso possono essere anche una manifestazione di dolore. La regolarità delle andature è sintomo di uno sviluppo armonico e simmetrico della muscolatura, di una buona costruzione della macchina atletica; è requisito importante per ottimizzare gli sforzi, consente di avere il cavallo diritto e quindi di aumentare le sue capacità di propulsione.



Misurazione dell'ampiezza

La franchezza delle andature

Il concetto di franchezza è strettamente legato al concetto di regolarità. Neologismo equestre che deriva dall'attributo franco, ha per sinonimo: sicuro. Indica una qualità del movimento e pertanto non è riconducibile solo ad un fattore meccanico.
La propulsione, in ogni caso, è un fattore determinante nelle andaturte saltate perchè si possa esprimere con franchezza la successione delle posate. Va da se che tutti quei difetti di andatura che pure non alterano la regolarità dello schema, ma che esprimono un incedere insicuro che questo schema potrebbe alterare, denotano mancanza di franchezza.
Si vuol fare riferimento al cavallo che fabbrica (tocca con il ferro posteriore, il ferro o peggio l'arto anteriore), che falcia (ruota all'esterno o all'interno gli arti anteriori prima della battuta), che attinge (tocca in levata l'altro arto dello stesso treno) che trascina i piedi sul terreno. L'arpeggio, movimento a scatto del garretto, altera decisamente lo schema dell'andatura è pertanto un'irregolarità. Sono difetti di andatura dovuti a difetti di appiombo od altri difetti strutturali, che non consentono un ottimizzazione degli sforzi, logorano, ed in ultima analisi compromettono la regolarità.

Il ritmo

La velocità o la lentezza del ritmo è data dall'intervallo delle battute sul terreno (FREQUENZA), quindi, nel trotto e nel galoppo, dalla fase di sospensione (durata nel tempo); quanto questa è maggiore, tanto il ritmo scandito dalle battute è lento.
Un concetto di facile comprensione che invita a lavorare il cavallo con un ritmo lento, ricercando così una maggior spinta ed un maggiore equilibrio nell'andatura.
La ritmicità è una qualità che denota il rispetto dello schema motorio delle andature

Ampiezza della falcata

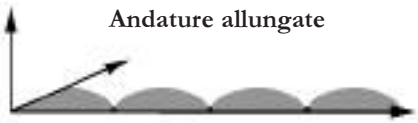
Con tale termine si indica la porzione di terreno coperta da ogni falcata, la distanza orizzontale misurata sul terreno che separa le due tracce consecutive dello stesso piede; non sempre ad una ampiezza minore corrisponde un ritmo più veloce, se il cavallo sa portare peso, pur avanzando meno rileverà maggiormente la sua massa dal terreno mantenendo lo stesso ritmo. Questa capacità nelle andature saltate indica la presenza di impulso.

Andature riunite

Andature di lavoro

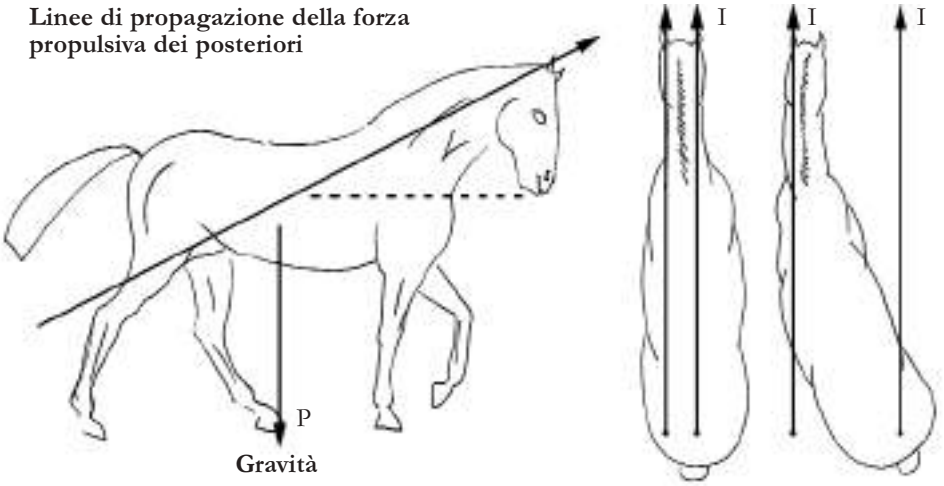
Andature medie

Andature allungate



L'impulso

L'impulso è il risultato di quella forza sprigionata dalla contrazione muscolare e dalla successiva distensione; grazie alla disposizione angolare di certi raggi articolari del treno posteriore del cavallo (per esempio: coscia - gamba - stinco), questi possono essere considerati come vere e proprie molle rigide. La forza prodotta dallo scatto degli arti posteriori è diretta obliquamente dal basso in alto e si decompone in due forze di cui una si trova quasi completamente dispersa nei raggi superiori, mentre l'altra tende ad essere parallela all'asse del corpo: è quest'ultima che propriamente chiamiamo impulso. Questa forza trova nella colonna vertebrale l'asse rigido che consente l'avanzamento della massa. Per effetto della gravità, questa forza tende a scaricarsi al terreno attraverso gli arti anteriori, sebbene una risultante di questa proiezione in avanti permanga in testa e collo, costituendo l'appoggio del cavallo al ferro. Perché il cavallo possa utilizzare al meglio la spinta prodotta dal posteriore deve essere muscolarmente simmetrico, quindi "diritto" nelle linee rette come nelle linee curve. Il cavallo è diritto quando gli arti anteriori e posteriori percorrono la stessa linea lungo la direzione intrapresa. Questo elemento che è il presupposto perché ci sia equilibrio e regolarità, è condizione indi-

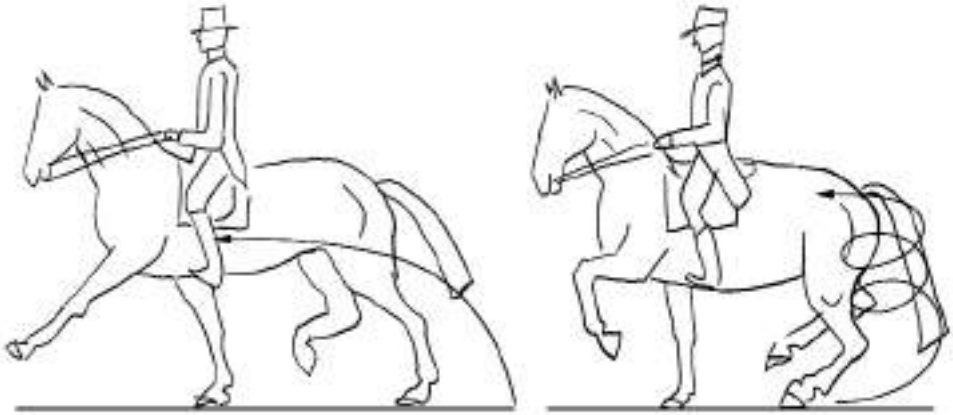


spensabile per l'impulso. Il cavallo storto imprime la forza prodotta dalla spinta dei posteriori in modo obliquo rispetto alla massa, si ha dunque una dispersione della forza ed una difficoltà a mantenere la direzione verso la quale la forza avrebbe dovuto indirizzare la massa: più fatica, minori risultati.

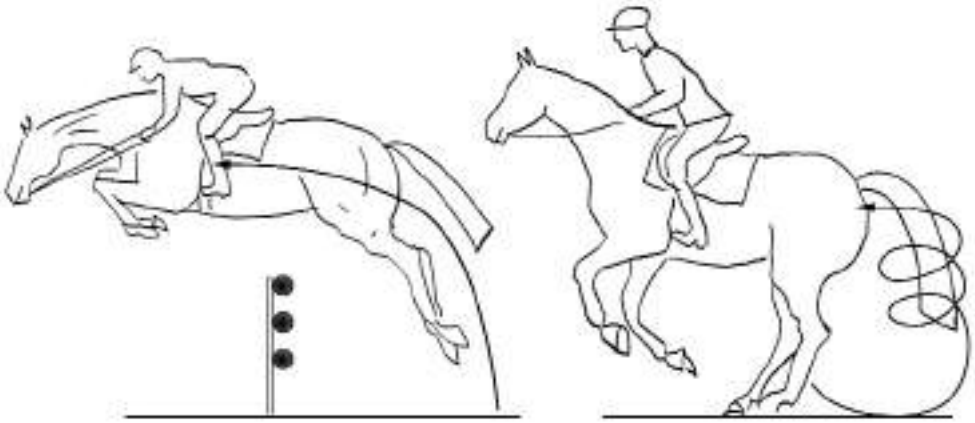
Alla base di questo complesso meccanismo ci deve essere una disponibilità psicologica a sostenere questo sforzo. Un desiderio di portarsi in avanti che, sebbene rientri nelle annotazioni che definiscono l'impulso, è anche, per certi versi, una componente importante della sottomissione; è quella compiacente disponibilità all'esercizio atletico che non nasce dalla necessità di soddisfare un bisogno: bere, mangiare e neppure dalla minaccia di una punizione, ma da una condizione psicologica di fiducia nell'uomo e di volontà di riconoscersi nel ruolo da lui determinato.

In sintesi per impulso s'intende la piena disponibilità al lavoro dimostrata dall'impegno del posteriore e dall'elasticità della schiena che si esprime in termini qualitativi nella capacità di portare peso e spingere peso senza perdite di equilibrio ed in relazione al grado di addestramento. Le due capacità: quella di spingere peso e quella di portare peso, capacità evidenziate dalle fasi di sospensione, hanno lo stesso valore. Entrambe debbono essere presenti in un cavallo dotato di un buon impulso. Non è possibile richiedere un miglioramento della capacità di portare peso, come nelle andature riunite, quando non c'è una capacità di spingere peso, come nelle andature medie e allungate.

Spingere e portare peso



Le capacità di spingere e portare peso esprimono l'impulso



La sottomissione

Sottomissione e impulso non possono essere separati; sono due aspetti strettamente correlati dell'espressione atletica del cavallo. La mancanza di un atteggiamento di serena disponibilità al lavoro pregiudica ogni possibile miglioramento della prestazione atletica, un equilibrato e simmetrico sviluppo muscolare, l'ottimizzazione del consumo energetico. Solo una buona sottomissione permette la decontrazione necessaria a produrre un impulso di buona qualità. La compiacente obbedienza di un cavallo con un buon grado di sottomissione è espressa dall'accettazione della gamba del cavaliere e ancor più precisamente dal rapporto che instaura con la mano del cavaliere.
Sul contatto preso dal cavaliere con la bocca del cavallo tramite le redini, il cavallo da un leggero e costante appoggio.
Il cavallo che si pone contro la mano affrettando il ritmo delle proprie andature e sovraccaricando l'avantreno, consuma energie senza produrre alcun vantaggio al movimento; il cavallo contro la mano non permette la leggerezza del treno anteriore, diventa così meno pronto alle richieste di transizioni e di cambi di direzione. Il cavallo contro la mano irrigidisce il massetere e con esso induce a rigidità la muscolatura del collo e della schiena. Un cavallo che si

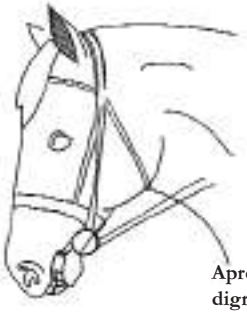
Cavallo sotto la mano

Cavallo sopra la mano

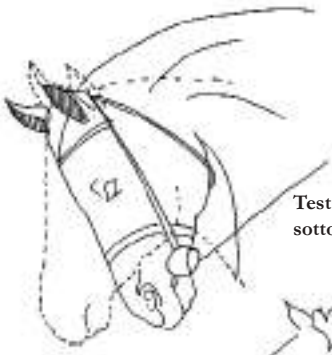
Cavallo nella mano

pone sopra la mano, così facendo inarca la schiena e disperde buona parte della spinta del posteriore, ricevendo una sensazione spiacevole che può portare a vere e proprie patologie.
Un cavallo che si sottrae disperde buona parte della forza orizzontale sprigionata dal posteriore, ed anche nel caso del cavallo sottolamano si possono creare rigidità alla ganascia ed un abbassamento della schiena. Un ottimo contatto da parte del cavaliere e una grande richiesta di avanzamento sono indispensabili per contrastare il cavallo che incensa, ovvero che, muovendo la testa, non da appoggio costante sull'imboccatura. Il cavallo, che si traversa, spinge con un posteriore al di fuori della massa. La groppa, che sbanda, impedisce al posteriore di spingere sotto la massa, sovraccarica la spalla interna ed in ultima analisi impedisce il corretto disegno del circolo.
Tali difese sono spesso riconducibili a lesioni fisiche o morali e richiedono ottime capacità perché possano essere risolte.
La compiacente collaborazione del cavallo nasce da esperienze positive. Il lavoro, quando produce tonicità muscolare, maggiore resistenza allo sforzo, dona un piacere fisico facilmente avvertibile dal cavallo come da noi. Così come uno sforzo inadeguato, un intervento brutale, produce un dolore che non induce alla ripetizione del gesto.

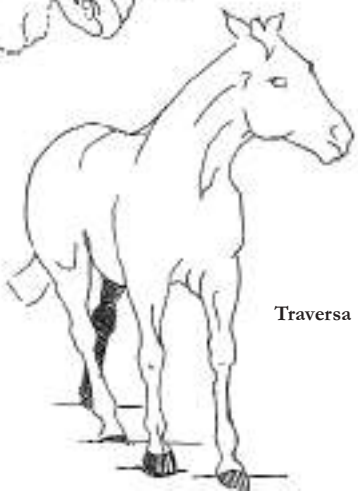
Atteggiamenti di difesa



Apre la bocca e digrigna i denti



Testa storta sotto la mano



Traversa

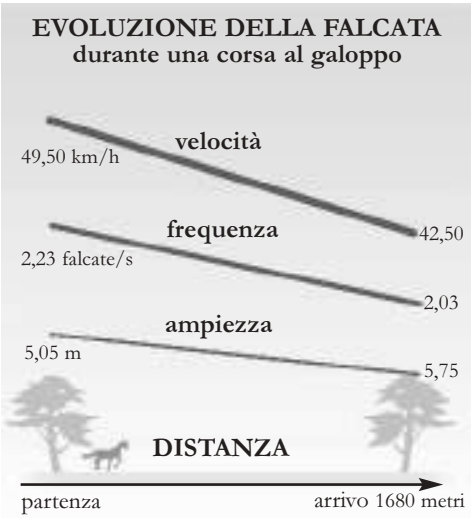
La cadenza

dal regolamento internazionale di dressage articolo 401/7

La cadenza è l'espressione della particolare armonia che un cavallo mostra quando si muove con regolarità, impulso ed equilibrio ben marcati. Il ritmo che un cavallo mantiene in tutte le sue andature è parte integrale della cadenza. La cadenza deve essere mantenuta in tutti i differenti esercizi e nelle variazioni di ciascuna andatura.

La velocità

La velocità è il dato che misura lo spostamento di un oggetto nello spazio in un tempo determinato. La velocità delle andature di un cavallo è il prodotto di frequenza e ampiezza delle falcate. Per accrescere la velocità nella stessa andatura, il cavallo aumenta contemporaneamente queste due componenti, ma ognuna di queste ha un suo modo di evolversi. Sul piano funzionale, il controllo della frequenza e dell'ampiezza è assicurata da meccanismi nervosi distinti. La frequenza è data da una stimolazione, che proviene dal sistema nervoso centrale. L'ampiezza risulta direttamente dal numero di fibre muscolari disponibili in ciascuno dei muscoli attivi. Se non vi è una sufficiente disponibilità muscolare per aumentare l'ampiezza di un'andatura, la richiesta di maggiore velocità comporterà il passaggio ad una andatura per suo schema più veloce, in mancanza di questa possibilità, ad un aumento della frequenza, ciò in base a varie considerazioni sul costo energetico. C'è per ogni andatura una velocità ottimale alla quale il consumo d'energia è minimo, questa varia moltissimo in base alla preparazione atletica del cavallo ed alla sua struttura. Lasciato libero nelle sue scelte, il cavallo adotterà le più economiche, adattando la sua strategia motoria alla consistenza ed al profilo del terreno. In via generale la ripetizione di un movimento locomotore richiede un investimento energetico maggiore dell'aumento della sua ampiezza.



7. Il salto

Le fasi del salto

Uno dei gesti atletici più affascinanti del cavallo è il salto. Che il cavallo in natura salti per libera scelta è discutibile, ma che possa farlo con facilità è certo e dimostrato. Indubbiamente è uno sforzo che può comportare usura in ragione della morfologia più o meno idonea a questo tipo di esercizio, di come è montato, del tipo di ostacolo che deve essere superato con il salto e delle caratteristiche del terreno. Per tutti questi motivi è di grande importanza un allenamento che consenta al cavallo la facile e naturale esecuzione di un salto.

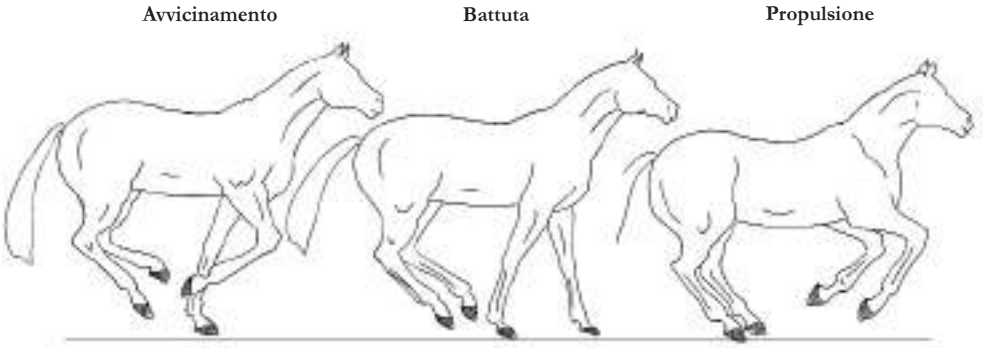
Le fasi di maggior sollecitazione sono: *LA FASE DI CHIAMATA DEL POSTERIORE O BATTUTA, LA FASE DI PROPULSIONE, LA FASE AEREA O PARABOLA, LA FASE DI RICEZIONE A TERRA.*

La fase di **chiamata** è quella che segue immediatamente la battuta; precede lo stacco da terra davanti all'ostacolo. Durante la battuta degli arti anteriori, il cavallo raccoglie gli arti posteriori sotto di sé per poter caricare il massimo della potenza. Vi è dunque un'alterazione del tempo di galoppo, mentre permane la successione delle battute degli anteriori secondo lo schema dell'andatura, la diagonale che determina il secondo tempo di galoppo si disgiunge.
Contemporaneamente c'è una flessione del tratto toraco lombare che permette la preparazione al salto dei posteriori. Il lavoro dell'incollatura è importante perché, abbassandosi, favorisce la distensione del tratto toraco lombare e permette quindi ai posteriori di guadagnare spazio; rilevandosi, in accordo con la spinta degli arti anteriori svolge una azione di riequilibro e permette l'elevazione del treno anteriore che prepara la seconda fase.
Nella fase di **propulsione**, le masse muscolari del tronco entrano in tensione pronte a scattare. Alla propulsione dei posteriori ed al conseguente stacco da terra, segue la necessaria estensione del tratto toraco lombare, la cui elasticità è indispensabile per una corretta e decisa azione dei posteriori. La distensione dell'incollatura permette una adeguata estensione del tratto toraco lombare e garantisce la raccolta degli anteriori durante lo stacco da terra.
Nella parabola si possono distinguere due momenti: nella parte iniziale, la **fase ascendente**, è impegnato grandemente il tratto anteriore della colonna vertebrale, al culmine della parabola tutte le vertebre sono sollecitate, in particolare il giunto cervico toracico e il giunto lombo sacrale. Nella fase ascendente, il lavoro dell'incollatura consente agli arti anteriori flessi un passaggio agevole. Una conformazione poco idonea (testa grossa, collo corto), oppure la presenza di un risentimento osteoarti-

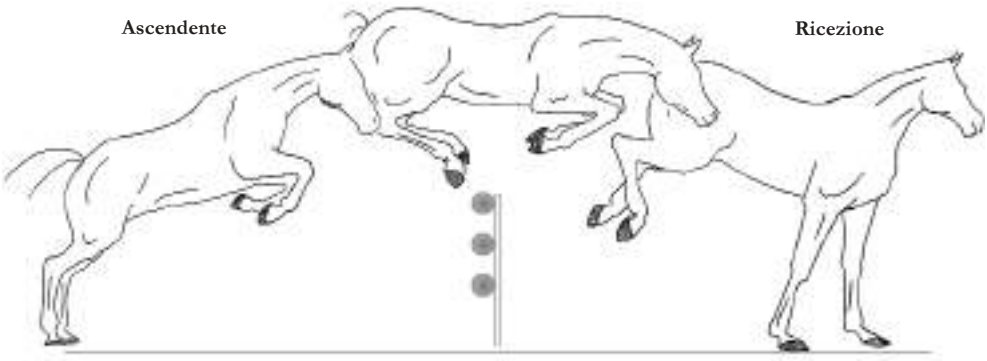
colare o legamentoso rendono difficile lo svolgimento di questa fase. E' molto importante che gli arti anteriori siano flessi il più possibile per determinare una traiettoria meno ingombrante. In questo momento lavorano le articolazioni del carpo, del gomito e della spalla: la presenza di un dolore in queste sedi o una conformazione articolare imperfetta rende difficile questo compito. La disposizione orizzontale della spalla è l'azione che permette la massima flessione di gomito, carpo e nodello; una spalla strutturalmente diritta avrà minori disponibilità a disporsi orizzontale. In alcuni casi si possono osservare cavalli che portano lateralmente o internamente una parte dell'arto; in questo caso non è pregiudicata la flessione e quindi la capacità di raccoglimento.

Nella parabola il movimento reciproco di collo, torace e reni è essenziale per evitare strappi muscolari e vertebrali. Situazioni a rischio si verificano maggiormente quando il cavallo è stanco e affaticato. La fatica compromette il corretto sincronismo neuromuscolare e sono facili i movimenti sbagliati. In questa situazione i muscoli affaticati hanno perso l'elasticità necessaria a controllare ed a correggere eventuali errori. I due giunti, cervico toracico e lombo sacrale, permettono, limitatamente all'azione dei legamenti vertebrali, movimenti oltre che sul piano longitudinale anche sul piano orizzontale ciò permette di spostare lateralmente entrambi i posteriori guadagnando spazio sopra l'ostacolo. Ogni movimento di lateralità e di rotazione del tronco nel corso della parabola influisce sul gioco di estensione flessione della colonna ed è realizza-

Le fasi del salto



to mediante un complesso intervento delle masse muscolari del dorso e dell'addome e, come si può facilmente intuire, è un movimento che comporta notevole sforzo e, con l'andare del tempo, notevole usura del rachide.
La parabola si conclude con la fase discendente; il passaggio dalla fase culminante alla fase discendente è estremamente delicato. La fase di estensione degli arti anteriori, contemporanea alla fase discendente della colonna, è estremamente complessa perché in essa intervengono quasi tutti i sistemi articolari del cavallo. La discesa della scapola accompagna la distensione degli anteriori, che si preparano così ad ammortizzare l'impatto al suolo. Gli arti posteriori, ancora impegnati sopra l'ostacolo, sono coinvolti nella flessione per mezzo delle articolazioni dell'anca, della grassella e del garretto. Nel gesto del posteriore in questa fase, si possono riconoscere tre comportamenti naturali che rivelano diversi gradi di attitudine. Nel primo caso il posteriore è tutto flesso, portato avanti sotto di sé: per non abbattere l'ostacolo; il cavallo deve estendere esageratamente il tronco. E' l'attitudine più sbagliata per le esagerate sollecitazioni che comporta al cavallo. Nel secondo caso l'arto posteriore è in massima flessione sotto il bacino: richiede una parabola alta e ben centrata. Nel terzo caso l'arto posteriore si presenta con una buona flessione di grassella e garretto, ma l'apertura dell'anca permette di arretrare lievemente l'arto, guadagnando così in spazio, senza richiedere alla colonna inutili sforzi di compensazione.
La quarta ed ultima fase del salto è la



ricezione a terra, la cui corretta esecuzione è fondamentale perché il cavallo riprenda equilibrio e mantenga inalterate traiettoria e velocità. La fase critica per quanto riguarda l'equilibrio è proprio quella determinata dall'impatto con il terreno. Il baricentro proiettato avanti nella fase aerea, qui deve ricollocarsi indietro rispetto alla massa, la quale rimane in un'azione di avanzamento. L'attività della colonna è strettamente correlata alla posizione assunta dagli arti anteriori. Si distinguono un tempo di appoggio dell'arto anteriore immediatamente seguito dall'altro (terzo tempo del galoppo); il primo arto a toccare il terreno non è quello che denomina il galoppo, segue una fase di sospensione nella quale la flessione della colonna permette la raccolta dei posteriori e la successiva spinta di uno di questi secondo lo schema del galoppo che, pertanto, sarà immediatamente seguito dalla battuta del diagonale, e così via. In questa fase l'incollatura, e quindi il peso della testa, si abbassa, diminuendo lo stress del tratto toraco lombare. Al tempo stesso favorisce l'ammortamento dell'impatto da parte degli arti secondo il seguente meccanismo. All'atto dell'impatto, si verifica una discesa relativa del tronco rispetto agli arti un vero e proprio ammortizzatore realizzato con l'intervento dei muscoli della spalla e della scapola (muscoli sopra e sotto spinoso). Altro ammortizzatore è il pastorale. Durante l'appoggio a terra si verifica un blocco degli angoli articolari dell'arto ad ogni livello, dalla spalla al nodello; esiste un'elasticità passiva fornita da legamenti e tendini, ed un'elasticità attiva fornita dalla contrazione antagonista dei muscoli flessori ed estensori. Durante il successivo tempo di sospensione e di flessione del rachide, il posteriore si presenta completamente esteso. Questa è una fase estremamente delicata per la muscolatura della coscia e di

Difetti di gesto degli anteriori

Gli "ammortizzatori" biomeccanici nella fase di ricezione

tutte quelle fasce che agiscono tra colonna e posteriore. L'incollatura è pronta a rilevarsi secondo il ben noto schema del galoppo. La successiva propulsione mette sotto sforzo il garretto e l'articolazione della grassella.

Torsione del rachide

Area di battuta

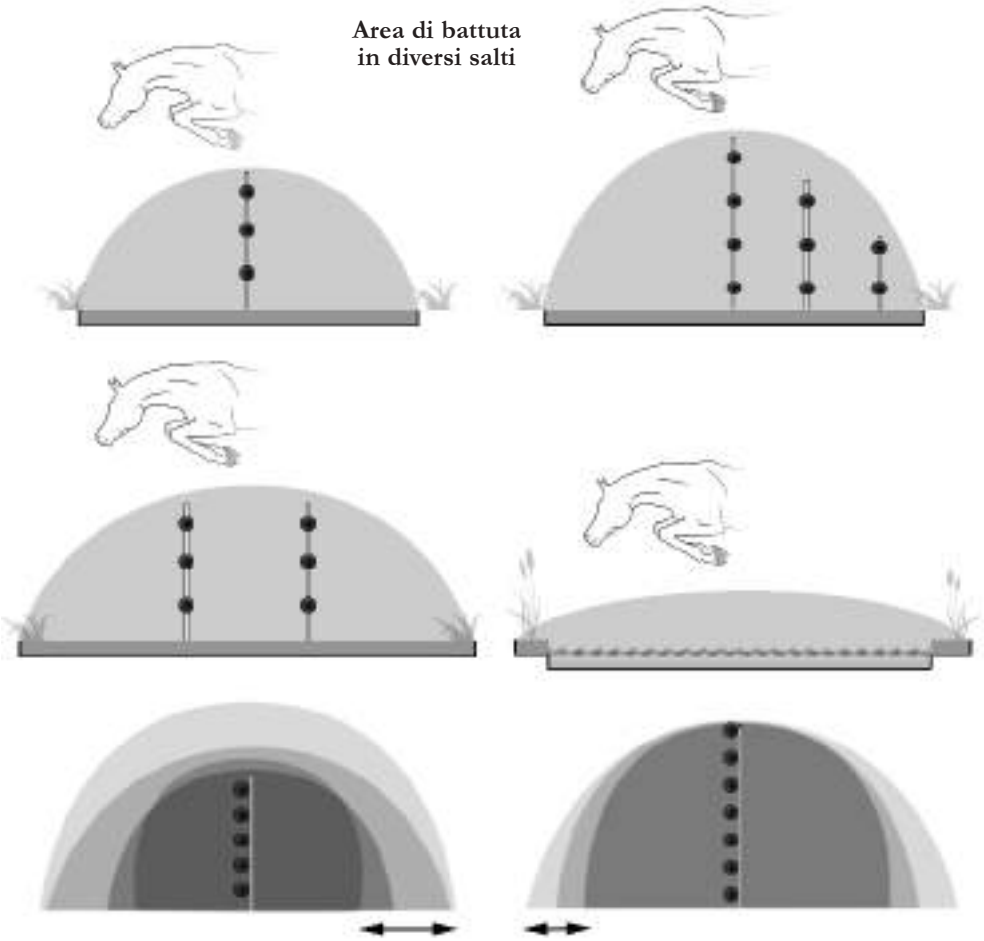
Nella parte culminante della parabola, al di là delle differenze attitudinali e morfologiche di ogni cavallo, la posizione assunta dipende molto dal tipo di salto. Per esempio nel salto di una riviera, il cavallo non ha bisogno di guadagnare molto in altezza. Risulta un certo grado di estensione del rachide; nell'esecuzione di un salto di notevole altezza, il cavallo abbassa ulteriormente l'incollatura per garantire la massima flessione dei vari tratti della colonna. In un salto in lungo i posteriori ingaggiati nella fase di battuta andranno a posarsi sul terreno indietro rispetto alle orme degli anteriori; in un salto molto verticale i posteriori raggiungeranno o sopravanzeranno le orme degli anteriori. A seconda della tipologia di salto (verticale o largo) vi è una distanza ottimale in cui staccare gli anteriori dal terreno che si può schematicamente indicare in poco più dell'altezza per un ostacolo verticale, nell'altezza maggiorata di metà della larghezza per un ostacolo largo.

Tale distanza (area di battuta) è molto variabile quando il salto è di piccole dimensioni; le possibilità di interpretare l'area di battuta diminuiscono con l'aumento dell'altezza del salto.

Naturalmente altezza, costruzione dell'ostacolo, posizionamento sul terreno contribuiscono a rendere variabile que-

sta distanza ottimale. Nei salti in dislivello, per esempio abbiamo una fase ascendente molto più lunga di quella discendente, nei salti in salita, esattamente l'opposto.

Quando si incontrano gradoni o talus, la parabola è dimezzata salendo è ridotta alla sola fase ascendente; scendendo, alla sola fase discendente.



L'ampiezza dell'area di battuta che consente di superare nettamente un ostacolo, diminuisce con la maggiore altezza dell'ostacolo

8. Montare a cavallo

La confidenza

Il rapporto tra uomo e cavallo può nascere solo se il rapporto di massa tra i due permette al primo di accudire il secondo favorendo la necessaria confidenza. Perciò è opportuno che il bambino, per esempio, abbia a che fare con un pony di indole mansueta, che lo possa pulire, toccare, dargli da mangiare, passare del tempo con lui sempre sotto l'occhio vigile dell'istruttore, il quale potrà stimolare la sua curiosità nei confronti del cavallo, insegnandogli la pratica del governo della mano.

Nel montare a cavallo si verificano situazioni di tensione, quali l'ansia determinata dalle possibili reazioni del cavallo, dalla mancanza di equilibrio e di orientamento, dalla ricerca della azione efficace. L'altezza del cavallo e la conseguente lontananza dal terreno determinano questi stati di insicurezza. Vi sono vari metodi per iniziare il principiante alla pratica equestre, ogni metodo trova il successo nella sua applicazione se riferito all'utente che lo può comprendere e se utilizza mezzi adeguati.

Nel primo approccio devono essere evitate, comunque, situazioni di velocità e di conduzione (controllo della direzione, ansia legata alla ricerca dell'azione efficace). L'utilizzo di docili cavalli in sezione con un capo ripresa affidabile evita, almeno in parte, questi rischi. Il lavoro

Il volteggio

Pony - Games

con un cavallo alla corda attrezzato con un maniglione e senza sella, come nella bardatura del volteggio, renderà più semplice affrontare i problemi legati alla mancanza di orientamento e di equilibrio. Non è richiesta la conduzione, il maniglione costituisce una sicurezza in caso di perdita di equilibrio, il principiante è più vicino al cavallo se non c'è la sella, nel movimento impara prima a gestire le spalle e il busto. Il lavoro alla corda può essere svolto con una sella ed un collare per attaccarsi in caso di perdita di equilibrio.

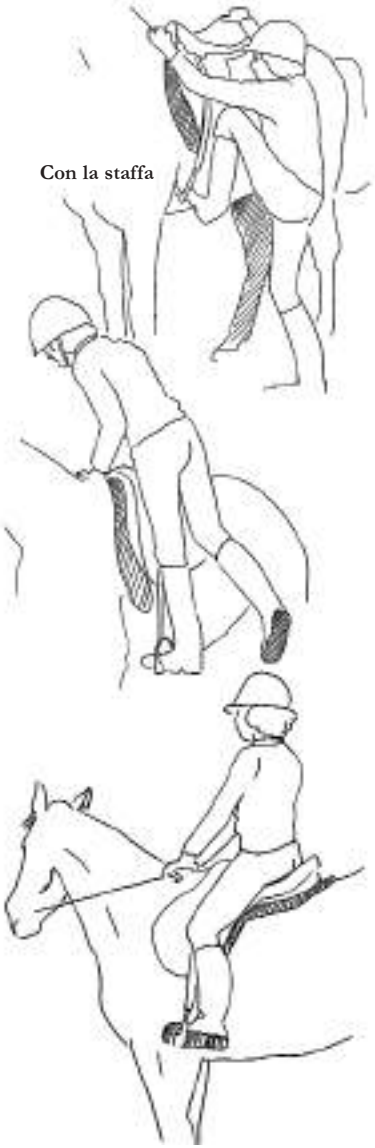
Con piccoli ponies affidabili e mansueti si possono organizzare giochi con gruppi di bambini che scoprono liberamente le necessità imposte da una conduzione, tale metodo ha il grande vantaggio di ridurre od eliminare le ansie iniziali pur proponendo rapidamente le problematiche legate alla velocità ed alla conduzione, ciò è possibile indirizzando l'attenzione del bambino al gioco, alle sue regole, al gruppo dei pari che lo deve svolgere.

Ogni metodo d'insegnamento troverà corretta applicazione in relazione alla preparazione dell'istruttore, nonché all'ambito operativo. L'adozione di metodi diversi è comunque finalizzata ad un'unica soluzione delle problematiche ed allo stesso obiettivo; insegnare in modo corretto l'equitazione, cercando di appassionare e fidelizzare i praticanti.

Inizialmente, la lontananza dal terreno, l'assenza di un piano di appoggio solido su cui appoggiare i piedi, il movimento del cavallo, inducono il principiante ad usare la prensilità per vincere i propri squilibri. Sin dai primi mesi di vita l'uomo tende a ristabilire il suo equilibrio con le mani. Quando inizia a camminare stabilisce il suo equilibrio su un piano di appoggio che è il terreno. Questi due elementi essenziali nell'equilibrio dell'uomo possono rendere difficile l'apprendimento degli equilibri dell'equitazione. Per un cavallo portare il peso dell'uomo è uno sforzo; sforzo accettabile se il peso è attivo e si adegua al movimento, faticoso e non più accettabile se il peso è passivo e contrasta il movimento. L'unica condizione per rendere accettabile al cavallo il peso dell'uomo è che quest'ultimo sia in equilibrio e che sappia mantenere l'equilibrio nel movimento del cavallo. Questo è il primo principio di tecnica equestre.

Già nel montare a cavallo, che il cavaliere salga in appoggio (saltando con l'addome sul garrese e roteando una gamba per disporsi cavalcioni), che salga con l'aiuto della staffa (infilando il piede nella staffa senza disturbare il costato e tenendosi con le mani al garrese), che salga con un aiuto da terra, dovrà sempre preoccuparsi di portare il proprio peso sulla schiena del cavallo in modo progressivo ed il più delicatamente possibile scaricandolo, prima sulle staffe e poi sul seggio.

Montare a cavallo



Con la staffa

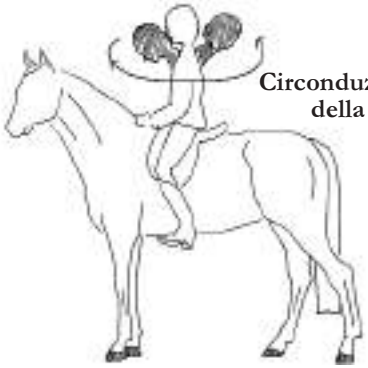
La ginnastica a cavallo

La ginnastica necessaria ad un cavaliere deve mirare in primo luogo alla elasticità e alla coordinazione dei movimenti, quindi al rafforzamento di alcune strutture muscolari.
Rafforzamento della muscolatura dorsale e addominale. Nella pratica degli sport equestri lo sviluppo della muscolatura dorsale offre sostegno alla colonna e compattezza al tronco, preserva da microtraumi, consente gli spostamenti del busto.
Rafforzamento della muscolatura delle gambe. Nella pratica equestre più che il potenziamento degli estensori o dei flessori, debbono essere potenziati gli adduttori. In ogni caso un eccessivo sviluppo in volume della massa muscolare rende meno flessibile e rapido il suo impiegarsi, pertanto non è da ricercarsi.

Esercizi che hanno lo scopo di stimolare l'equilibrio.
Con un cavallo tenuto alla longia: da fermo salire in ginocchio sul dorso dapprima tenendosi ad un maniglione, quindi in piedi, eseguire poi lo stesso esercizio al passo, eventualmente al trotto e al galoppo.
Con un cavallo tenuto alla longia: in posizione seduta seguire il cavallo alle tre andature dapprima tenendosi ad un

maniglione poi con le mani ai fianchi, conserte, dietro la schiena, battendo con le mani i tempi di galoppo.
Con un cavallo tenuto alla longia eseguire il "giro del mondo", scavalcando con una gamba per volta sedersi sul dorso nelle quattro posizioni: fronte, retro e le due laterali, prima con il cavallo in alt poi con il cavallo al passo eventualmente al trotto e al galoppo (nel volteggio: mulino).
Con un cavallo sellato tenuto alla longia rimanere sollevati dalla sella con il solo appoggio sulle staffe, prima in alt, poi al passo, poi al trotto, infine al galoppo, quindi mantenere la posizione anche durante le transizioni da un'andatura all'altra.

Esercizi che stimolano l'orientamento
Su di un cavallo tenuto alla longia, tenere gli occhi chiusi. Nel circolo un punto indicato dovrà essere riconosciuto. L'esercizio può essere eseguito alle tre andature.



Circonduzione della testa

Rotazione del busto

Flessione del busto

Flessione della gamba

9. Posizione e assetto

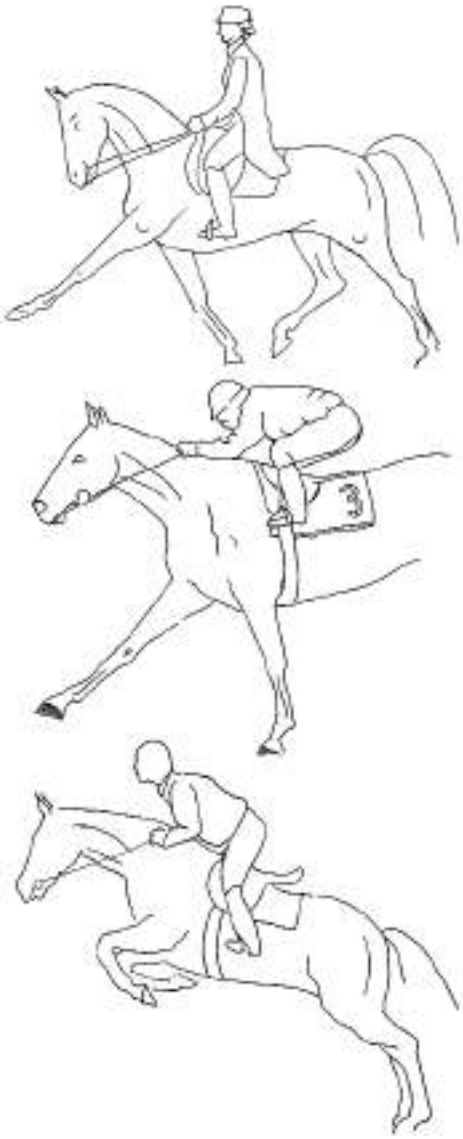
Posizione

La posizione è il modo di disporre le parti del corpo dell'uomo a cavallo. In base alle esigenze dinamiche del cavallo e quindi della staffatura si individuano tre posizioni principali: seduta, sollevata, da corsa. La posizione è funzionale alla ricerca dell'equilibrio e dell'insieme. Una ricerca prematura della posizione quando ancora non si è verificata una situazione di confidenza produce inutili rigidità. La posizione si affina continuamente; da una posizione funzionale alla ricerca dell'equilibrio si arriverà ad ottenere una posizione di minimo sforzo e massimo impiego degli aiuti. La prima è indispensabile alla ricerca dell'assetto, la seconda è integrata ad una buona percezione dell'equilibrio e un buon grado di sensibilità. La posizione è quindi costantemente da perfezionare come la sensibilità e l'assetto, il risultato, un buon insieme, è ottenibile solo con una lunga pratica, un'esperienza riflessiva fatta di critica e autocritica, di molta osservazione, e di molti e diversi cavalli montati.

Il cavaliere si dispone a cavallo "inforcandolo" con le gambe, l'inforcatura, ovvero le gambe in questa posizione, costituiscono la superficie più estesa aderente al cavallo.

La giusta lunghezza degli staffili riveste un'importanza centrale nella ricerca della posizione. Inizialmente la staffatu-

Le tre posizioni in assetto



ra deve essere adeguata alle due posizioni, ma in breve tempo si dovrà imporre una staffatura più lunga per il lavoro in piano, una più corta per saltare.

Non esistono parametri fissi per applicare una staffatura corretta; questa deve essere scelta sul singolo allievo rispettando le sue proporzioni in funzione della lunghezza delle gambe e del busto. Considerando:

- La disponibilità muscolare (capacità di adattamento e di allungamento).
- La morfologia del cavallo.
- La costruzione della sella.
- L'impiego specifico.

Deve consentire una collocazione comoda della gamba sotto il bacino mantenendo gli angoli articolari della caviglia, del ginocchio e del bacino ben disegnati. In via generale, le indicazioni per cui vi debbono essere quattro dita tra l'arcione e l'inguine con il cavaliere in posizione sollevata o che, a gamba distesa, la punta del piede, sollevandosi, deve poter prendere la staffa, sono indicative ma non vincolanti.

E' molto importante che gli staffili siano pari, con la stessa lunghezza, di modo che il peso possa essere distribuito equamente tra lato destro e lato sinistro. Il piede deve appoggiare solidamente sulla staffa la quale deve essere perpendicolare al costato del cavallo, "calzata" con la pianta del piede, la parte più larga. In alcuni casi, con staffature corte ed esigenze di maggior stabilità, la staffa può essere calzata sino al tacco dello stivale; deve essere evitato un appoggio sulla staffa ottenuto con la punta del piede perchè tende a mandare la gamba avanti e rende precario l'appoggio. La testa alta e sciolta, le spalle aperte e mobili, senza rigidità, il busto tonico e compatto. Le braccia aderenti a fianco del busto; i gomiti vicini al busto sia nella posizione seduta che in quella sollevata, potranno essere un poco più avanti nella posizione sollevata. Gli avambracci debbono essere posti verso la bocca del cavallo così da essere sulla stessa linea delle redini.

L'angolo al gomito deve essere ben disegnato: è questa la sola possibilità che le mani hanno di assecondare la bocca del cavallo senza coinvolgere il busto in uno spostamento. Tale posizione, indispensabile per la ricerca del contatto, è estremamente importante per il rispetto della bocca del cavallo, parte estremamente sensibile.

Le mani debbono impugnare le redini facendo si che queste entrino tra anulare e mignolo ed escano dal pugno fermate dal pollice. Le mani debbono chiudersi sulle redini senza rigidità, non debbono essere aperte, i polsi rilassati non debbono essere piegati, i pugni tendenzialmente verticali.

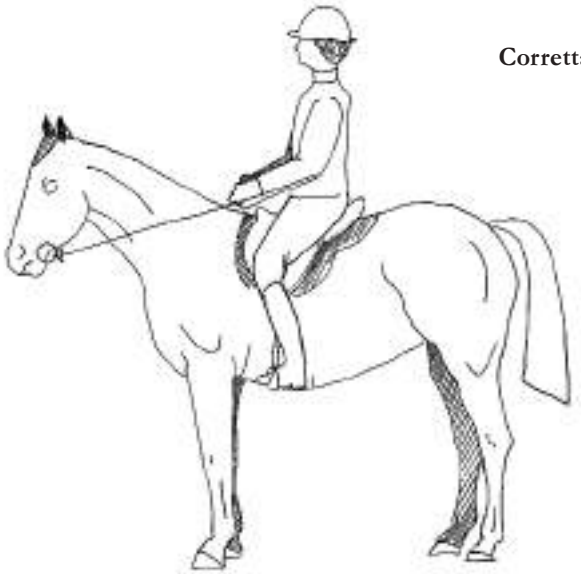
Una cattiva posizione delle mani renderà difficile la ricerca del contatto.

Assetto

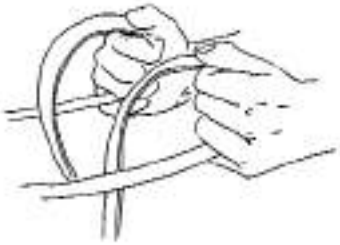
L'assetto è la capacità di adeguare le posizioni al movimento del cavallo di modo che vi sia un costante equilibrio. E' misurato dal rapporto tra il baricentro del cavallo e quello del cavaliere, rapporto che consente l'insieme tra i due e quindi la creazione di un binomio. L'assetto è una qualità indispensabile per poter comunicare con il cavallo; l'assenza di assetto non permette di usare le gambe occupate con forza a tenersi in sella, non consente di comunicare con le mani continuamente in movimento per vie delle oscillazioni del busto.

La misura della sella deve consentire un comodo alloggiamento delle cosce nei quartieri, senza che l'arcione riduca le possibilità di movimento. Una staffatura troppo corta renderà più difficile trovare l'equilibrio in posizione sollevata facendo avanzare eccessivamente il busto, renderà meno disponibile il bacino a seguire il movimento del cavallo nella posizione seduta. La staffatura troppo lunga inviterà la gamba a scappare verso l'avanti, a perdere le staffe, con le conseguenti perdite di equilibrio. La ricerca dell'equilibrio non può avvenire senza che la massa possa scaricarsi su di una base di appoggio perpendicolare al terreno, è dunque necessario che la staffa su cui poggia il piede sia sotto il bacino del cavaliere.

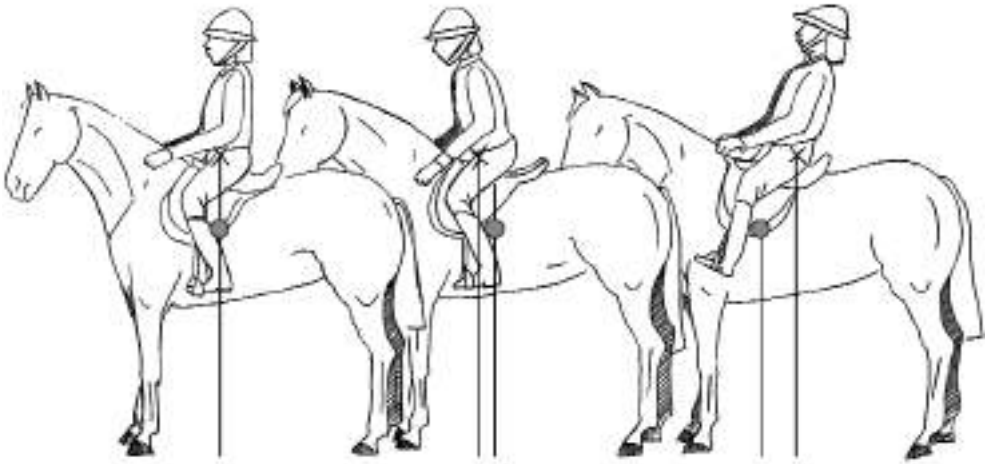
Corretta posizione del piede nella staffa



Corretta posizione mani e braccia



Rapporto tra i baricentri di cavallo e cavaliere



Corretto

Busto avanti: modesto avanzamento

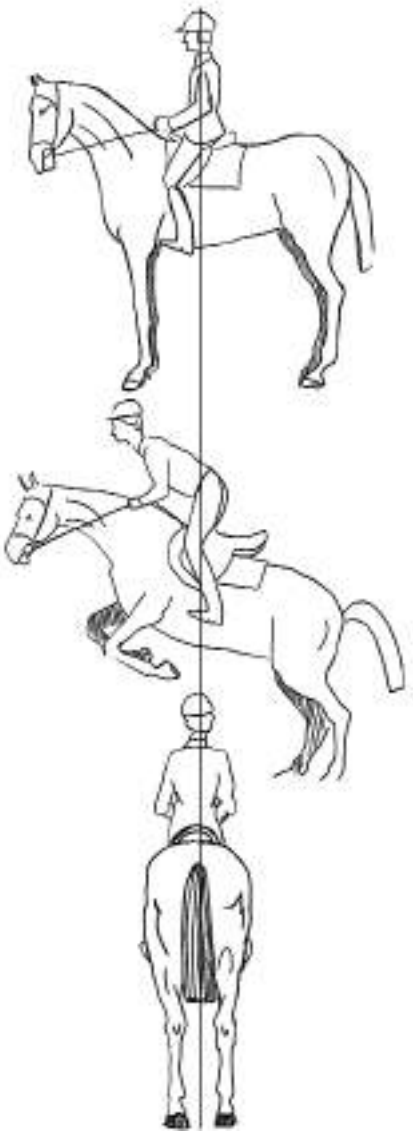
Scorretto: busto indietro

L'assetto nella posizione seduta

Questa posizione permette di assecondare le molte variazioni di baricentro del lavoro in piano, variazioni che prevedono un frequente riposizionamento indietro, rispetto alla massa, del centro di gravità con un conseguente alleggerimento dell'avantreno del cavallo. L'inforcatura profonda, consentita da una staffatura più lunga, e l'aderenza delle natiche permette una comunicazione maggiore con il cavallo tramite le azioni delle gambe e del peso del corpo. Nella posizione seduta si vuole che la testa, le spalle, le anche, il punto di appoggio del piede sulla staffa siano disposti su di una linea perpendicolare al terreno. Nel disporsi in questa posizione, il busto si allunga verso l'alto, le gambe si allungano verso il basso, la testa è alta e sciolta, le natiche aderenti al seggio quanto più avanti possibile. Cosce e gambe aderenti ai quartieri e al cavallo, i piedi tendenzialmente paralleli al cavallo, appoggiati alla staffa nel punto più largo della pianta; per effetto della discesa del ginocchio, il tallone si abbassa non incontrando resistenza nella caviglia.

La posizione del busto deve essere verticale e lo deve essere per ragioni di corretta disposizione dei pesi sul cavallo, ma il tronco deve allungarsi in senso

Linee perpendicolari al terreno

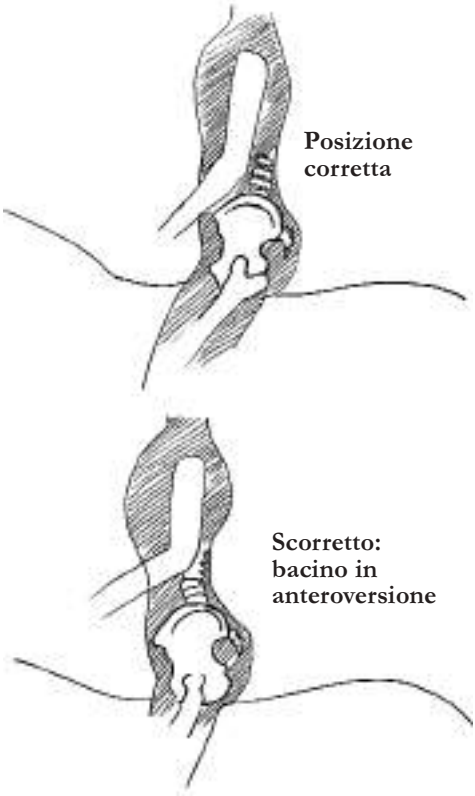


verticale anche per poter attivare la muscolatura di sostegno della colonna e ridurre il più possibile le curve vertebrali. Sono le curve vertebrali accentuate da posture scorrette o difetti morfologici (lordosi, cifosi, scogliosi) che portano la colonna vertebrale a schiacciarsi con tutti gli spiacevoli effetti che questo produce.

La testa alta facilità la corretta posizione, ma, perché questo allungamento attivo produca benefici effetti a livello lombare, è di fondamentale importanza la disposizione del bacino. Il bacino in anteroversione, appoggio sul pube, natiche indietro, pone il tratto lombare della colonna in iperlordosi, non permette un adeguamento al movimento del cavallo. Il dorso del cavallo ha un movimento verticale e longitudinale verso l'avanti, una tale disposizione del bacino non consente di assorbire il movimento verticale e finisce con il trovarsi in contrasto con il movimento longitudinale. Al contrario, il bacino in retroversione, le natiche appoggiate alla sella, le reni morbide, consentono di assecondare il movimento longitudinale del dorso del cavallo, assorbono il movimento verticale e riducono la lordosi lombare.

Quando si lavora senza staffe non è necessario che il tallone sia basso. Non essendoci la staffa, abbassare il tallone richiede una attivazione della caviglia per alzare la punta che spesso influenza anche il ginocchio e che in ogni caso attiva una parte deve rimanere passiva. I piedi restano paralleli al cavallo o leggermente divaricati; la rotazione della punta del piede all'infuori comporta l'allontanamento del ginocchio dai quartieri della sella, viene quindi a mancare la necessaria aderenza.

Posizioni del bacino



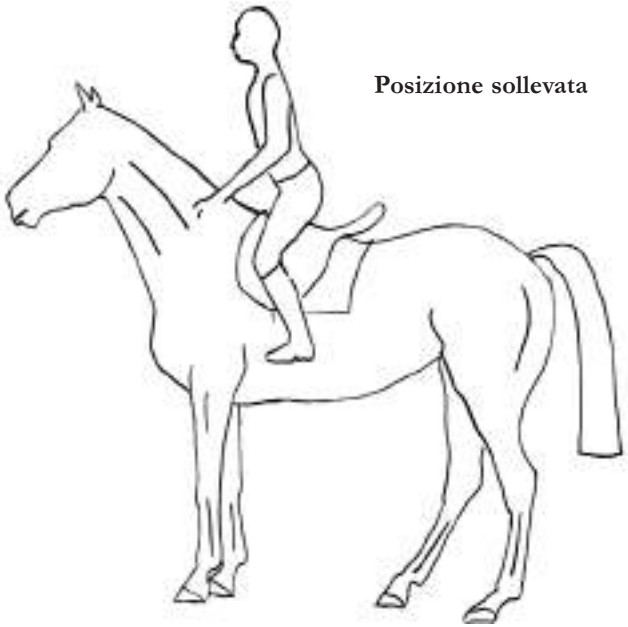
L'assetto nella posizione sollevata

Tale posizione consente al cavaliere di adeguarsi ad un gran numero di situazioni dinamiche; permette la totale libertà della schiena che il cavallo richiede nel salto e nei galoppi veloci, consente l'adeguamento del busto ad enormi variazioni del baricentro, permette, avvicinando le natiche alla sella, l'adeguamento all'arretramento del centro di gravità ed una buona comunicazione con il cavallo.

Le parti del corpo del cavaliere sono disposte su di una linea perpendicolare al terreno che passa dalla testa, le spalle, la punta del ginocchio e la punta del piede. La staffatura consente entrambe le posizioni ed è più corta della staffatura adottata per privilegiare la posizione

Nel passare dalla posizione seduta alla posizione sollevata le variazioni debbono essere minime e comunque comprese tra le linee perpendicolari che definiscono le due posizioni. La posizione dell'inforcatura non cambia.

seduta. Nella posizione sollevata deve essere ricercata una profonda discesa dell'inforcatura per evitare l'instabilità che induce a portare eccessivamente avanti il busto, a sollevare i talloni, a portare il bacino sull'arcione.
Una espressione esplicativa è quella adottata dal Marchese Mangilli: "il cavaliere scende sulla sella non sedendosi, ma inginocchiandosi." Gli angoli contrapposti della caviglia e del ginocchio concorrono a rendere solida, non oscillante, la base di appoggio staffa. Il ginocchio deve scendere il più possibile verso il basso perché aumenta la superficie di aderenza al cavallo, incontrando la staffa, la caviglia passiva lascia discendere il tallone. Da questa posizione nasce una delle capacità d'insieme più importante; il ginocchio pronto a scendere avanti in basso accompagna il movimento avanti del cavallo consentendo ai due baricentri, quello del cavallo e quello del cavaliere, di rimanere sempre insieme. Le spalle debbono essere aperte anche nella posizione sollevata, ma non debbono perdere mobilità. Il passaggio da una posizione seduta ad una posizione sollevata e viceversa deve avvenire agendo sugli angoli articolari, ma evitando che i segmenti corporei si allontanino troppo dalla linea perpendicolare al terreno passante per il bacino.



Posizione sollevata

10. Gli aiuti

Le qualità degli aiuti

Sono chiamati aiuti quegli interventi che il cavaliere compie per trasmettere la propria volontà al cavallo. Questi interventi avvengono per mezzo delle GAMBE, delle MANI, del PESO DEL CORPO. Il tipo di intervento non è da considerarsi sempre di carattere attivo, spesso è passivo, come accade, per le mani e per il peso del corpo, nel seguire il movimento del cavallo. Per il solo fatto di essere sulla schiena del cavallo, l'uomo provoca piacevoli o spiacevoli variazioni del peso e dell'equilibrio naturale del cavallo. Per lo più le azioni che svolgono le gambe e le mani applicano convenzioni che sono stabilite nel corso dell'addestramento del cavallo. Queste convenzioni sono stabilite in modo logico, partendo dall'osservazione del movimento del cavallo ed inserendo stimoli nel sistema nervoso e muscolare che sovrintende a questo.

L'intensità necessaria ad ottenere la rispondenza dell'intervento dipende dalla sensibilità di cavallo e cavaliere, dal grado di addestramento del cavallo e dall'esperienza del cavaliere.

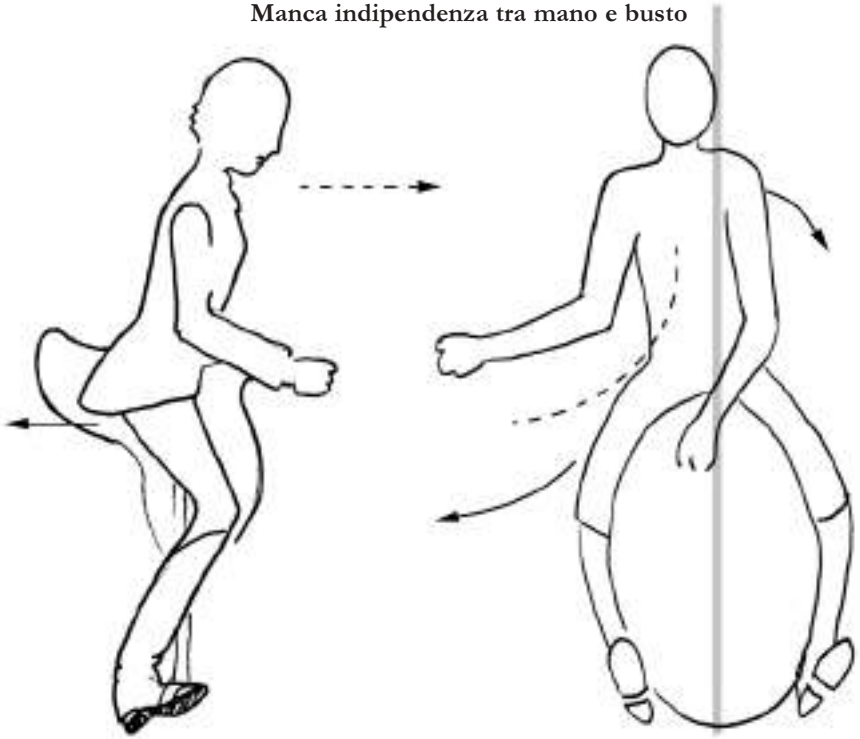
La prima condizione per impiegare correttamente gli aiuti è un buon assetto, se non c'è buon equilibrio il cavaliere si aggrapperà con le gambe o peggio con le mani, rendendo impossibile un buon uso delle stesse. La seconda condizione importante, strettamente legata alla prima, è una discreta sensibilità che permetta la comprensione del movimento in modo da inserire gli aiuti nel momento opportuno (tempismo).

Il cavaliere deve acquisire la capacità di usare gli aiuti in modo indipendente, ovvero non deve condizionare il movimento di una gamba al movimento di una mano, il movimento del busto al movimento delle mani, il movimento delle gambe tra loro. In ragione di questa capacità potrà poi imparare ad usare gli aiuti in modo coordinato, ovvero associare ad un intervento della mano un intervento della gamba, interventi anche in posizioni differenziate e con diverse intensità delle due gambe e così via. Per poter condurre anche un semplice lavoro in ripresa è indispensabile che vi sia un minimo controllo del cavallo. Non si può parlare di impiego degli aiuti, o perlomeno di corretto impiego degli aiuti, quando ancora non sono confermati orientamento ed equilibrio; le gambe e le braccia tese nel tentativo di mantenere un equilibrio precario, non possono avere ne indipendenza ne coordinazione.

L'impiego delle mani e delle gambe deve essere capito nella correttezza. Per girare a destra si dirà di spostare a destra la mano, premere la gamba destra alle cinghie, la gamba sinistra un poco più indietro, guardare nella direzione del movimento che si vuole intraprendere. Nei primi esercizi sulla conduzione deve

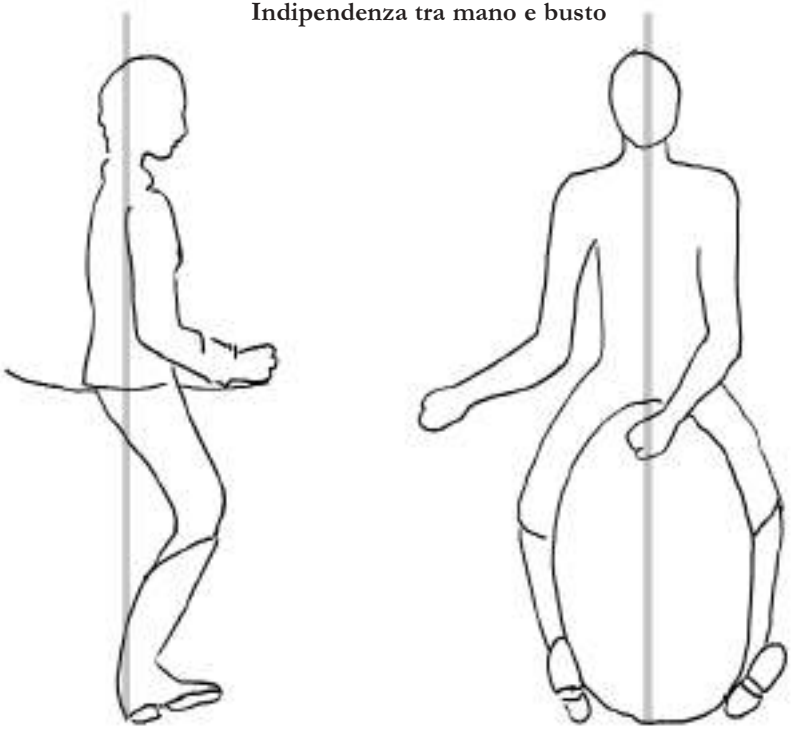
essere data particolare importanza all'efficacia dell'intervento. La docilità del cavallo, naturalmente, riveste un ruolo fondamentale.
In una seconda fase dell'apprendimento degli aiuti, in presenza di un assetto confermato e del contatto, il cavaliere apprenderà a coordinare efficacemente tali aiuti, decidendo il grado di intensità ed il momento in cui inserirli secondo le esigenze del cavallo. Per girare a destra la mano destra dovrà aprirsi lo stretto necessario per indicare la direzione, mentre la mano sinistra dovrà contenere l'incollatura affinché questa non vada a caricare eccessivamente la spalla interna; la gamba interna agirà per invitare il cavallo a flettersi attorno ad essa ed intensificherà l'aiuto qualora il cavallo precipiti all'interno del circolo, la gamba esterna controllerà il treno posteriore evitando, con la sua posizione arretrata e l'intensità della sua azione, l'eventuale sbandamento della grop-

Manca indipendenza tra mano e busto



pa. In una terza fase dell'apprendimento il cavaliere agirà riducendo il più possibile il proprio intervento in ragione della rispondenza del cavallo; gli aiuti tendono a divenire invisibili. Il cavallo apparirà agire di sua propria volontà mantenendo equilibrio e ritmo ed il cavaliere, in perfetto insieme, non mostrerà alcuno sforzo in atto. L'ottimo addestramento del cavallo è indispensabile perché si verifichi questa situazione. Gli aiuti, sono la primaria forma di comunicazione con il cavallo che il cavaliere possiede; una comunicazione sgarbata per quanto efficace, non potrà mai ottenere una risposta compiacente, ma tuttalpiù una forzata esecuzione di quanto richiesto, accompagnata da molte rigidità. Un uso progressivo e garbato, ripetuto con maggior intensità, se non compreso, rafforzato dalla voce, dalla frusta o dallo sperone, solo se necessario, permetterà al cavallo la comprensione del linguaggio degli aiuti.

Indipendenza tra mano e busto

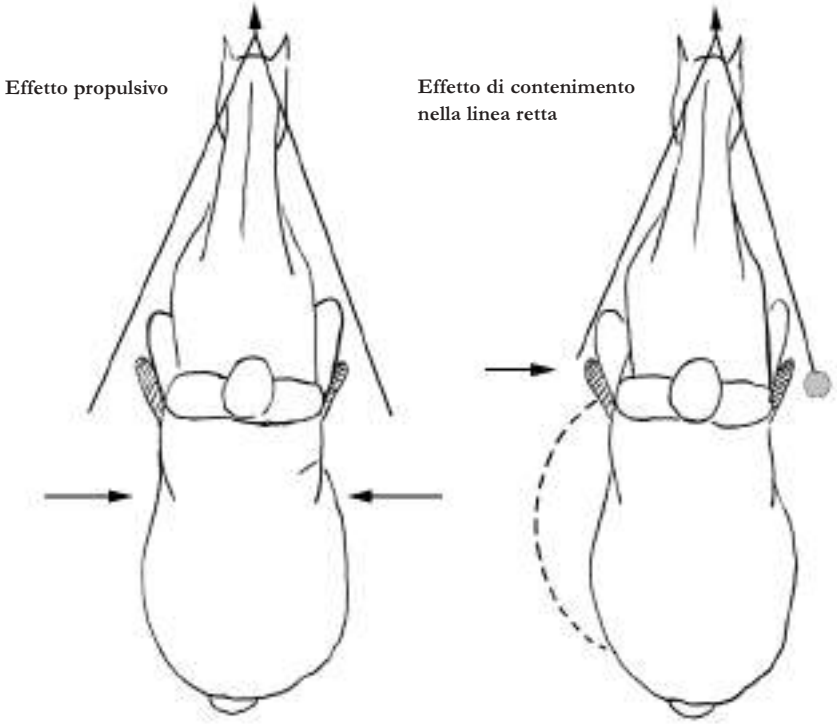


Le gambe

Le gambe agiscono per pressione sul costato. E' sufficiente la convenzione insegnata al cavallo nel suo addestramento perché una generica pressione delle gambe inviti il cavallo ad avanzare, ma la gamba può dire molto di più: contiene i movimenti laterali o li stimola; agendo sulle fasce addominali invita il posteriore, attivato da queste fasce che si contraggono, ad avanzare maggiormente sotto la massa ed alzare la schiena; induce alla flessione operando alle cinghie; controlla lo sbandamento della groppa, operando all'esterno della flessione di poco arretrata.

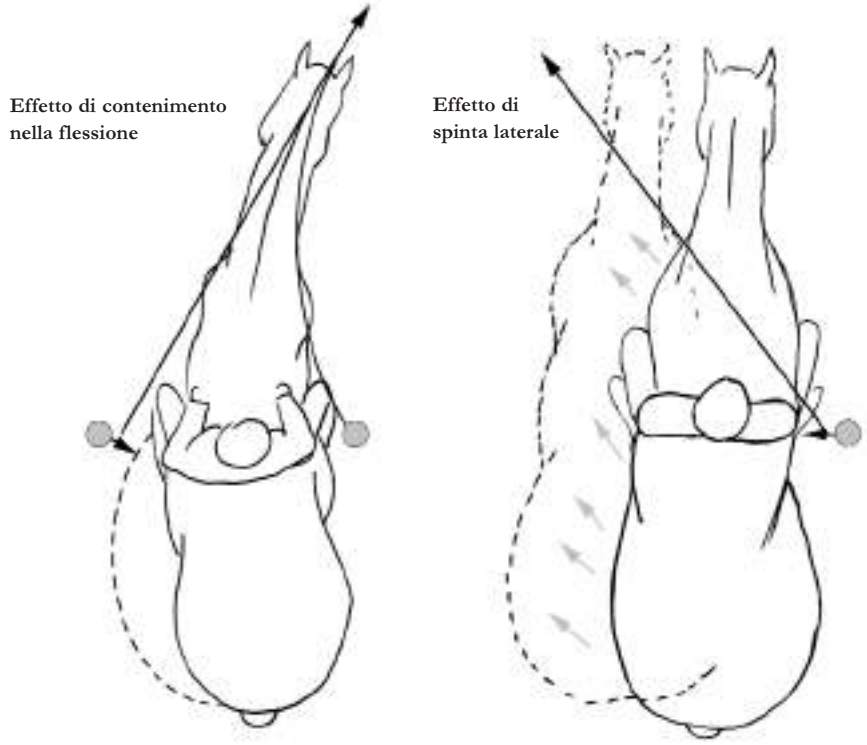
Con il termine aderenza s'intende la capacità di mantenere le natiche aderenti alla sella nella posizione seduta, ma anche la capacità di aderire con la

Effetti dell'azione delle gambe



parte interna della coscia ai quartieri della sella e con la gamba al costato del cavallo. Una buona aderenza è condizione indispensabile per l'utilizzo dell'aiuto delle gambe ed è elemento indispensabile per un corretto impiego dei pesi del corpo.
L'aderenza ottenuta con la forza non è mai utile, neppure per una fase transitoria dell'apprendimento. L'aderenza è garanzia di solidità, ma è anche strumento ricettivo per sentire il cavallo, elemento indispensabile per l'insieme. La gamba deve agire premendo senza prendere slanci e senza perdere aderenza. L'azione non deve essere prolungata nel tempo, ma, in assenza di risposta deve essere riproposta con intensità maggiore sino a che non si ottiene la risposta voluta. La voce, lo sperone o la frusta possono coadiuvare l'aiuto della gamba.

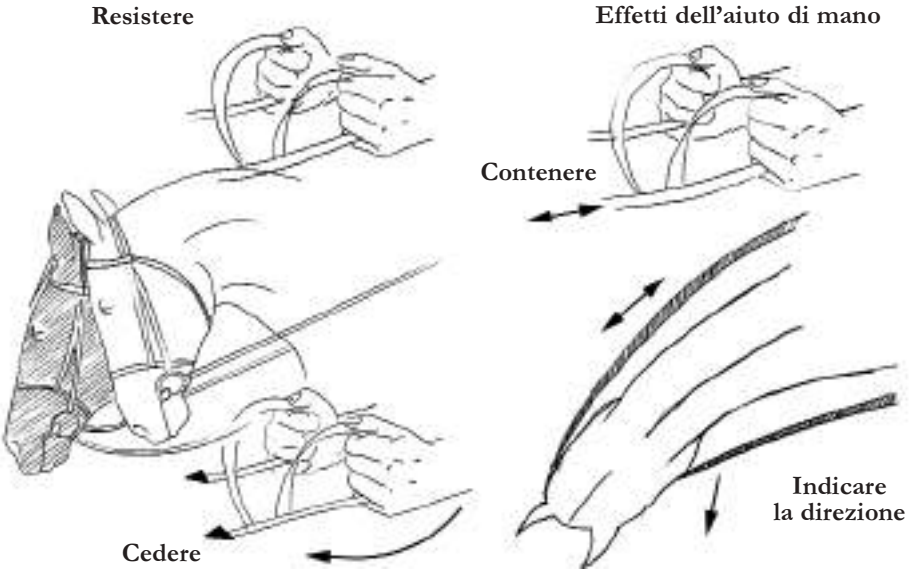
Effetti dell'azione delle gambe



Le mani

La prima cosa importante da imparare è che le redini non si tirano; questo non significa che non vi sia una resistenza passiva di fronte alle manifestazioni di insofferenza all'imboccatura del cavallo o che l'appoggio non possa essere pesante, vuoi perché il cavallo è sulle spalle, vuoi perché si pone contro la mano. Il rapporto tra mano e bocca non è semplice da capire; nella maggior parte dei casi un cattivo appoggio è dovuto ad una condizione di impulso e di equilibrio modesta, è più frequente che il cattivo rapporto della mano con la bocca sia causato da vizi d'assetto del cavaliere che non da cattiva sottomissione del cavallo. Per questo l'intervento della mano può diventare efficace solo quando è già presente il contatto e un buon assetto.

Il contatto, ovvero la capacità di tenere le redini tese tra mano e bocca senza dover operare trazioni o improvvisi cedimenti, richiede una sensibilità che deve essere ricercata quanto prima. Requisiti perché il contatto possa essere trovato sono: una corretta, anche se elementare, posizione delle braccia e del busto; una discreta confidenza ed un equilibrio sufficiente a rendere indipendenti le mani dal corpo; l'elasticità delle braccia (gomiti e spalle), consente di seguire il movimento della bocca del cavallo. La mano deve essere priva di movimenti



riflessi involontari e incontrollati.
Le mani governano il treno anteriore e l'incollatura, la quale è una parte estremamente mobile. Aprendo una redine inducono l'incollatura ad uno spostamento nella direzione dell'apertura. Lo spostamento dell'incollatura induce allo spostamento, nella stessa direzione, del treno anteriore. Le mani, resistendo, limitano lo spostamento; nel caso di una flessione, la mano esterna alla flessione agisce come redine di contenimento dosando la mobilità dell'incollatura. Il grado di apertura e l'angolazione con cui avviene lo spostamento dell'incollatura determina, come effetto secondario, uno spostamento conseguente del tronco e quindi anche del treno posteriore, il quale è pur sempre governato dall'azione delle gambe per cui l'effetto del movimento è sempre determinato dall'azione coordinata di tutti gli aiuti. La mano che asseconda il movimento dell'incollatura consente il movimento. La mano che resiste lo contrasta o lo riduce secondo l'intensità della resistenza. Tutti gli interventi della mano sono moltiplicati dall'azione dell'imboccatura; le imboccature più severe necessitano di una maggiore sensibilità nell'uso della mano.
Le azioni delle redini sul piano longitudinale sono dunque cedere all'azione della gamba, resistere all'azione della gamba; le azioni possono essere separate o di entrambe le redini. Le azioni sul piano laterale provocano lo spostamento dell'avantreno (testa, collo, spalle); l'effetto di una redine è sempre contenuto e controllato dall'altra.
Oltre agli effetti della redine diretta o di apertura e della redine contraria o di contenimento, le mani, in accordo con le gambe, producono molti altri effetti e nel loro variare posizione correggono, migliorano le posture del cavallo.
La redine di opposizione all'impulso agisce con una azione parallela all'asse del cavallo e oppone la spalla all'anca dello stesso lato, provoca lo spostamento delle anche nella direzione del lato ove agisce.
La redine di opposizione contraria alla direzione del movimento se agisce avanti al garrese oppone la spalla del lato ove interviene alle anche e induce uno spostamento delle anche nella direzione del lato opposto.
La redine di opposizione contraria dietro al garrese induce ad uno spostamento della spalla e dell'anca nella direzione del lato opposto all'azione.
La redine di opposizione intermedia produce una lieve flessione nel lato in cui agisce senza coinvolgere le anche e le spalle.
L'utilizzo delle redini non può essere interpretato in modo schematico e meccanico, ma si inserisce nel movimento in base alle esigenze espresse dal grado di addestramento del cavallo grazie alla sensibilità del cavaliere.

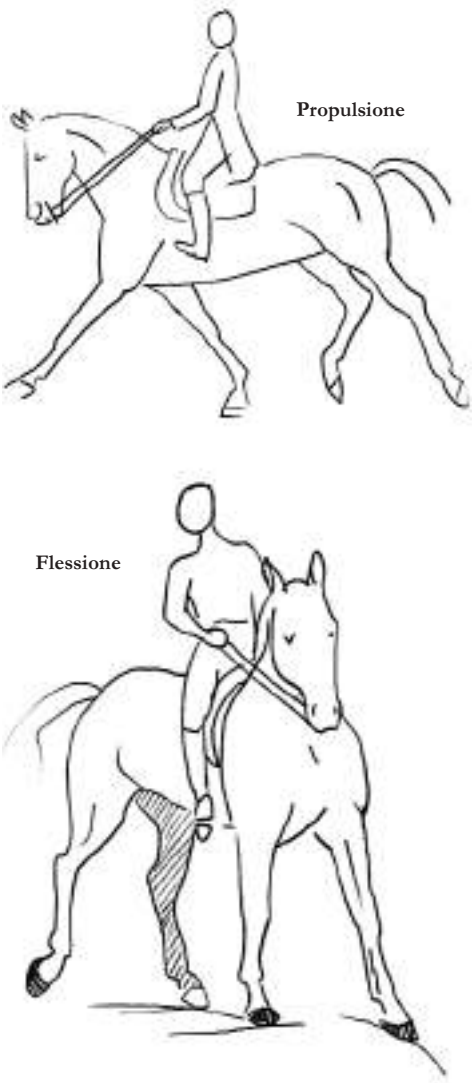
Il peso del corpo

Solo in presenza di un buon assetto si può utilizzare in modo volontario il peso del corpo, ma non basta; vi deve essere una buona cognizione del proprio corpo a cavallo per capire che i movimenti del busto, le variazioni di peso, debbono essere minime. Il peso del corpo del cavaliere non è altro che un'appendice del binomio, una rilevante appendice, perché, se nella ricerca dei suoi equilibri il cavallo dispone liberamente delle parti del suo corpo, altrettanto non può fare del peso del cavaliere. La base di appoggio è modificata dalla variazione della posizione della massa che deve sostenere, ciò al fine di conservare l'equilibrio. In particolare il baricentro deve essere il più possibile centrale alla base di appoggio; il movimento comporta continue modifiche del centro di gravità e quindi continue modifiche della base di appoggio.

Per queste ragioni uno spostamento del peso induce il cavallo a spostare la sua base di appoggio nella direzione indicata dal peso, ma prima che questo possa accadere vi deve essere la capacità da parte del cavaliere di adeguare il suo peso alle variazioni della base di appoggio indotte dal movimento. In ogni caso il busto, la parte più lontana dal baricentro del cavallo, deve rimanere in asse con il cavallo.

La prima azione del peso del cavaliere è

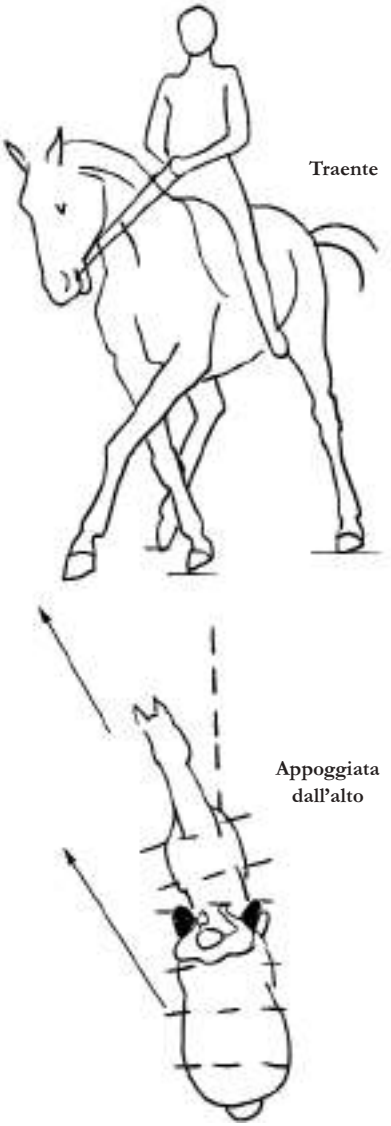
Effetti del peso



quella di mantenere il proprio baricentro vicino al baricentro del cavallo non disturbando così il suo equilibrio. Per fare questo il corpo del cavaliere deve seguire il corpo del cavallo in tutti gli spostamenti sfruttando l'aderenza dell'inforcatura ed il controllo del proprio busto. Ciò vale nel movimento sull'asse longitudinale ed è evidenziato nelle brusche accelerazioni in avanti, nel qual caso le ginocchia del cavaliere debbono scendere avanti – basso e la gamba si deve "allungare" verso il basso, come anche nelle flessioni ove il baricentro del cavallo si sposta lateralmente interno alla flessione ed il cavaliere dovrà far discendere maggiormente la gamba interna. Le anche del cavaliere devono essere parallele alle anche del cavallo, le spalle del cavaliere devono essere parallele alle spalle del cavallo.

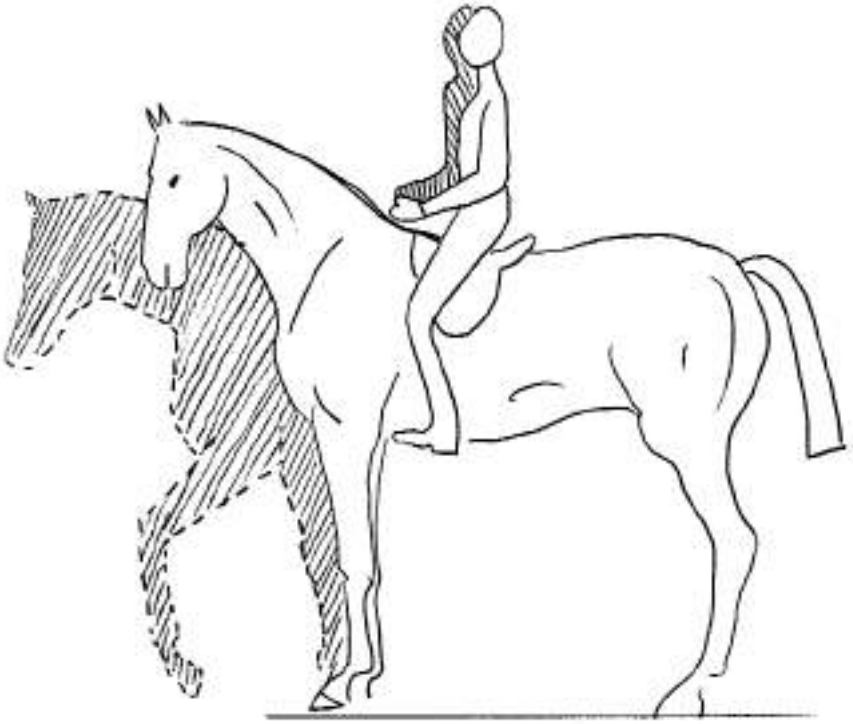
La seconda azione del peso induce il cavallo ad una variazione del suo baricentro da cui deriva sull'asse longitudinale una diversa ripartizione di peso tra il treno anteriore e il treno posteriore del cavallo; è un'azione estremamente raffinata il cui effetto è strettamente legato al movimento del cavallo, le variazioni del busto debbono essere minime e in nessun caso improvvise. L'avanzamento del busto alleggerisce il treno posteriore, l'arretramento del busto, con il limite della perpendicolare al terreno, alleggerisce il treno anteriore; quest'ultima posizione se accompa-

Effetti del peso



gnata da un avanzamento del bacino costituisce un aiuto propulsivo.
Il terzo aiuto del peso è di carattere traente, si può agire sul centro di gravità del cavallo spostando lateralmente il centro di gravità del cavaliere. Il cavallo avverte immediatamente la più piccola variazione laterale del centro di gravità in quanto il suo poligono di appoggio al terreno è più lungo che largo, per questa ragione l'intervento deve essere discreto, affidato maggiormente alla discesa del bacino che al busto, ogni esagerazione è un errore a cui il cavallo si oppone per conservare l'equilibrio.

Effetti del peso di adeguamento

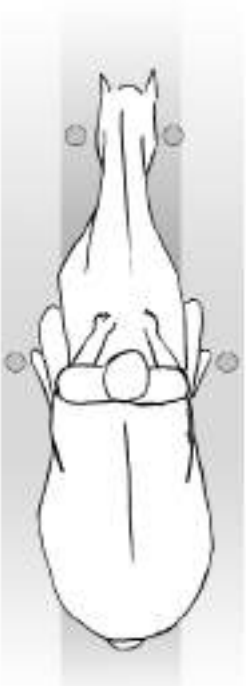


11. Il lavoro in piano

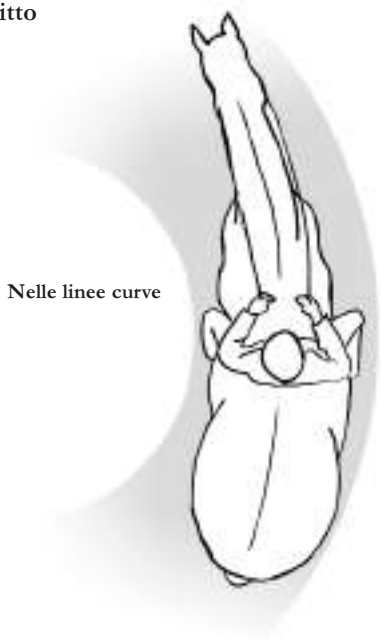
Linee rette e linee curve

Per procedere diritti le mani e le gambe devono costituire un corridoio in cui porre il cavallo. Il cavallo che si traversa spinge con un posteriore al di fuori della massa con grande spreco di energia; va riportato diritto ponendo le sue spalle sulle anche ogni qualvolta tende a vincere la resistenza della gamba del cavaliere e sbanda con la groppa.
Presupposto fondamentale per ottimizzare lo sforzo propulsivo è quello di avere il cavallo diritto. Il cavallo può essere diritto solo se la sua muscolatura è simmetrica. La mobilità, determinata dall'incurvamento del cavallo nella flessione, è la più semplice delle ginnastiche per ottenere uno sviluppo simmetrico e consentire al cavallo di esprimere la propria forza diritto nel movimento.

Il cavallo diritto



Nelle linee rette



Nelle linee curve

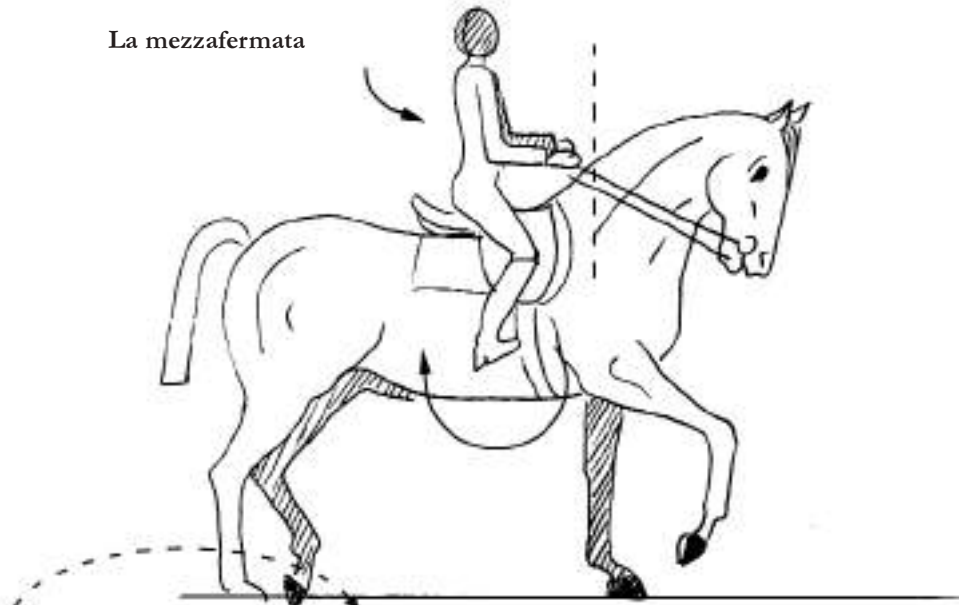
Nel circolo, anteriori e posteriori debbono marciare nella linea del segmento di circolo che si sta percorrendo, pertanto deve esistere una flessione dalla nuca alla coda coincidente con il circolo. La groppa che sbanda impedisce al posteriore di spingere sotto la massa, sovraccarica la spalla interna ed in ultima analisi impedisce il corretto disegno del circolo.

L'incurvamento laterale avvicina l'anca interna alla spalla interna e allontana spalla e anca all'esterno, il posteriore interno deve così avanzare maggiormente sotto la massa portando peso in misura maggiore; il posteriore esterno, nel compiere il movimento, copre uno spazio maggiore, impegnando di più la leva estensibile. La propagazione dell'impulso lungo una linea curva necessita di una spinta maggiore dei raggi superiori, e nel contempo, tende a compromettere l'equilibrio di modo che, affinché questo sia conservato, deve essere dato modo alla spalla anteriore di alleggerirsi.

Queste condizioni impongono sinergie che potenziano principalmente la muscolatura dell'arto posteriore interno, degli addominali, della muscolatura lungo dorsale.

Si deve creare una flessione costante e coincidente al circolo disegnato, che va dalla nuca alla coda. La mobilità delle

La mezzafermata



vertebre cervicali rende il collo molto mobile; la regione dorsale, strettamente legata alla cassa toracica, è rigida; si ha una buona mobilità della regione lombare, mentre la regione sacrale, composta da un gruppo di vertebre saldate tra loro, non può che essere rigida.
I movimenti di incurvamento laterale della regione lombare sono limitati dalle apofisi traverse delle vertebre; non si potrà dunque avere una flessione propriamente detta in un circolo di diametro inferiore ai 6 metri. Nel galoppo, per la dinamica e la velocità del movimento, tale flessione è ancor più limitata.
Piazzamento è la disposizione nella flessione che il cavallo assume dalla nuca alla coda indispensabile per affrontare una linea curva in equilibrio, in modo che gli arti posteriori spingano allineati agli anteriori sulla linea dell'avanzamento, così come deve avvenire su di una linea retta per avere il cavallo diritto. Dato che la disponibilità a flettersi della colonna vertebrale non è sempre la stessa in tutti i suoi tratti, il cavaliere dovrà intervenire con precisione con i suoi aiuti. Le spalle del cavaliere sono parallele alle spalle del cavallo; il bacino parallelo alle anche del cavallo, il busto in asse con il cavallo e quindi il peso tende a caricare maggiormente la staffa interna.
Il piazzamento è richiesto dalla mano interna, la quale non deve accorciare l'incollatura, non deve tirare, ma aprirsi per permettere una corretta flessione alla nuca e mantenere un contatto leggero per consentire la libertà di movimento della spalla interna. Il cavaliere deve agire con tutti i suoi aiuti dosandoli, evitando l'eccessiva flessione dell'incollatura con il controllo della redine esterna, evitando lo sbandamento della groppa con l'azione della gamba esterna leggermente arretrata. Particolare attenzione sarà da porsi alla corretta posizione della gamba interna alle cinghie, che coincide con il punto dove il rachide deve essere maggiormente stimolato alla flessione. La gamba interna dovrà essere ripristinata precisamente ad ogni cambio di flessione.

Le transizioni

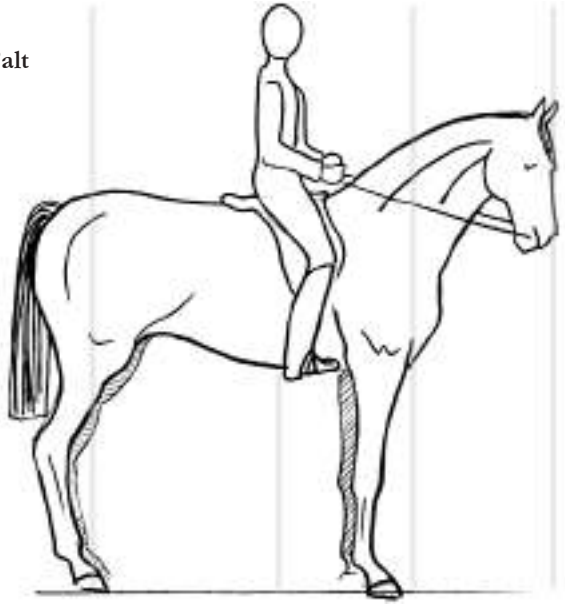
Le transizioni sono la verifica di un equilibrio raggiunto. Tale equilibrio richiede una buona gestione dell'incollatura ed un buon impegno dei posteriori, l'assenza di rigidità e contrasti nel cavallo; per quanto riguarda il cavaliere la qualità nell'impiego degli aiuti è quella che consente l'ottenimento di buone transizioni. L'introduzione del tempismo, ovvero intervenire nel momento opportuno, è possibile solo se si è sviluppata una buona sensibilità nel cavaliere. Esso consente di avere delle transizioni di buona qualità.

Solo l'affinamento del tempismo, unito alla riduzione del gesto, quindi una progressiva diminuzione di intensità degli aiuti, consente di ottenere delle buone transizioni in un punto definito.
Ovviamente, di pari passo, la rispondenza del cavallo deve diventare sempre maggiore in ragione di un buon addestramento, così alla sensibilità del cavaliere, risponderà una sensibilità disponibile del cavallo.
Pertanto le transizioni andranno prima perfezionate lasciando scegliere il punto ove eseguirle alla sensibilità del cavaliere, quindi andranno proposte ad un punto fisso, considerando la gamba del cavaliere come parte del binomio coincidente alla lettera o all'indicatore.
Alla base di ogni transizione è il sapiente uso della mezzafermata.
Dal regolamento di dressage, art. 408.
"La mezza fermata, che deve essere appena visibile, risulta da un'azione quasi simultanea e coordinata dell'assetto delle gambe e delle mani del cavaliere. Ha lo scopo di aumentare l'attenzione e l'equilibrio del cavallo prima dell'esecuzione di alcuni movimenti o di transizioni alle andature superiori o inferiori. Riportando leggermente più peso sul posteriore del cavallo, l'impegno del posteriore e l'abbassamento delle anche diviene più facile, favorendo l'alleggerimento dell'anteriore e un migliore equilibrio generale del cavallo."
L'esecuzione della mezza fermata richiede una grande capacità di coordinazione degli aiuti ed un ottimo tempismo nel cavaliere; il gesto deve essere richiesto abbastanza presto nel corso dell'istruzione di modo che possa divenire automatico prima di ogni mutamento di direzione e prima di ogni transizione.
Nella progressione delle transizioni possiamo distinguere due gradi di difficoltà; il primo grado è quello che separa andature contigue o variazioni d'ampiezza contigue. Per esempio passo-trotto oppure trotto di lavoro – trotto medio. Di secondo grado sono le transizioni che prevedono il passaggio tra andature o variazioni d'ampiezza non contigue, per esempio passo - galoppo, riunito - medio.
Altro motivo di difficoltà è lo spazio dove le transizioni vengono eseguite; è sicuramente più facile chiederle sulla pista, lungo la parete del lato lungo, di poco più difficile chiedere un ampliamento lungo il lato corto; al contrario il lato corto favorisce una partenza al galoppo.
In genere è più difficile una transizione subito dopo un angolo, lungo una diagonale, in un circolo, ovvero in tutte quelle situazioni in cui è messa alla prova la capacità del cavallo di conservare equilibrio, direzione, flessione.
L'esecuzione di transizioni di buona qualità è prova di un buon grado di decontrazione e di sottomissione raggiunta dal cavallo e nel contempo di un buon impiego degli aiuti del cavaliere.

L’alt

Nell'alt il cavallo deve essere immobile, diritto, in appiombo sui quattro arti con gli anteriori e i posteriori appaiati. La nuca è il punto più alto ed il cavallo, mantenendo il contatto del cavaliere senza opposizione alcuna, deve essere pronto ad avanzare alla minima sollecitazione. La buona esecuzione dell'alt è strettamente legata alla qualità della transizione. Perché avvenga in equlibrio si deve verificare uno spostamento del baricentro in direzione del treno posteriore. La graduale azione dell'assetto e della gamba del cavaliere spingono il cavallo su una mano morbida che lo trattiene sempre più. Quanto è maggiore la variazione di baricentro, tanto più difficile sarà l'alt, perciò il cavallo impegnato in un alt da andature ampie o veloci necessita di una capacità di riequilibrio maggiore del cavallo che eseguirà la transizione da andature riunite. La scorretta esecuzione di un alt pregiudica anche la successiva transizione all’andatura che lo riporterà in movimento, il cavallo storto sbanderà a causa di un impiego non simmetrico del posteriore sotto la massa, il cavallo che non appoggia un arto o non in appiombo, dovrà, prima di intraprendere un'andatura, porsi sugli appiombi o partirà sbilanciato sulle spalle.

L’alt



Le figure di maneggio

Esiste un'esatta terminologia per indicare le linee rette, le linee curve e i raccordi che possono essere comandati in una ripresa in maneggio. Un'esecuzione precisa di queste figure, mantenendo un ritmo invariato nell'andatura prescelta costituisce un'ottima base di lavoro in piano.

"Tagliate" – trasversale o longitudinale: sono quei movimenti che richiedono ai binomi di mantenere la stessa mano avendo cura di collegare le linee rette con raccordi disegnati da un quarto di circolo di 6 o di 8 metri di diametro. Trasversali sono quei tagliate eseguiti su linee parallele al lato corto, longitudinali quelli eseguiti su linee parallele al lato lungo del maneggio.

"Cambiamento" – trasversale o lungitudinale: sono le stesse geometrie dei tagliate che però richiedono sempre un cambiamento di mano. I cambiamenti di mano possono altresì avvenire con una diagonale o con un cambiamento a mezzavolta ove il binomio esegue un mezzo circolo del diametro richiesto e con una diagonale rientra in pista alla mano contraria.

"Controcambiamenti" - sono movimenti che richiedono due cambiamenti di mano, per cui il binomio, concluso l'esercizio, marcia alla stessa mano che aveva prima che lo iniziasse, si riconoscono i controcambiamenti longitudinale – diagonale, diagonale – longitudinale, diagonale – diagonale.

In tutti i movimenti sopradescritti la difficoltà che incontra il cavaliere è nel passare dalle linee rette alle linee curve e viceversa.

Il grado di difficoltà con cui questi esercizi possono essere proposti, è regolato da una progressione; dapprima si richiederà la semplice esecuzione della figura, poi si esigerà la precisione nella sua esecuzione e dopo ancora si vorrà ottenere un'esecuzione della figura con il cavallo equilibrato diritto e nel ritmo.

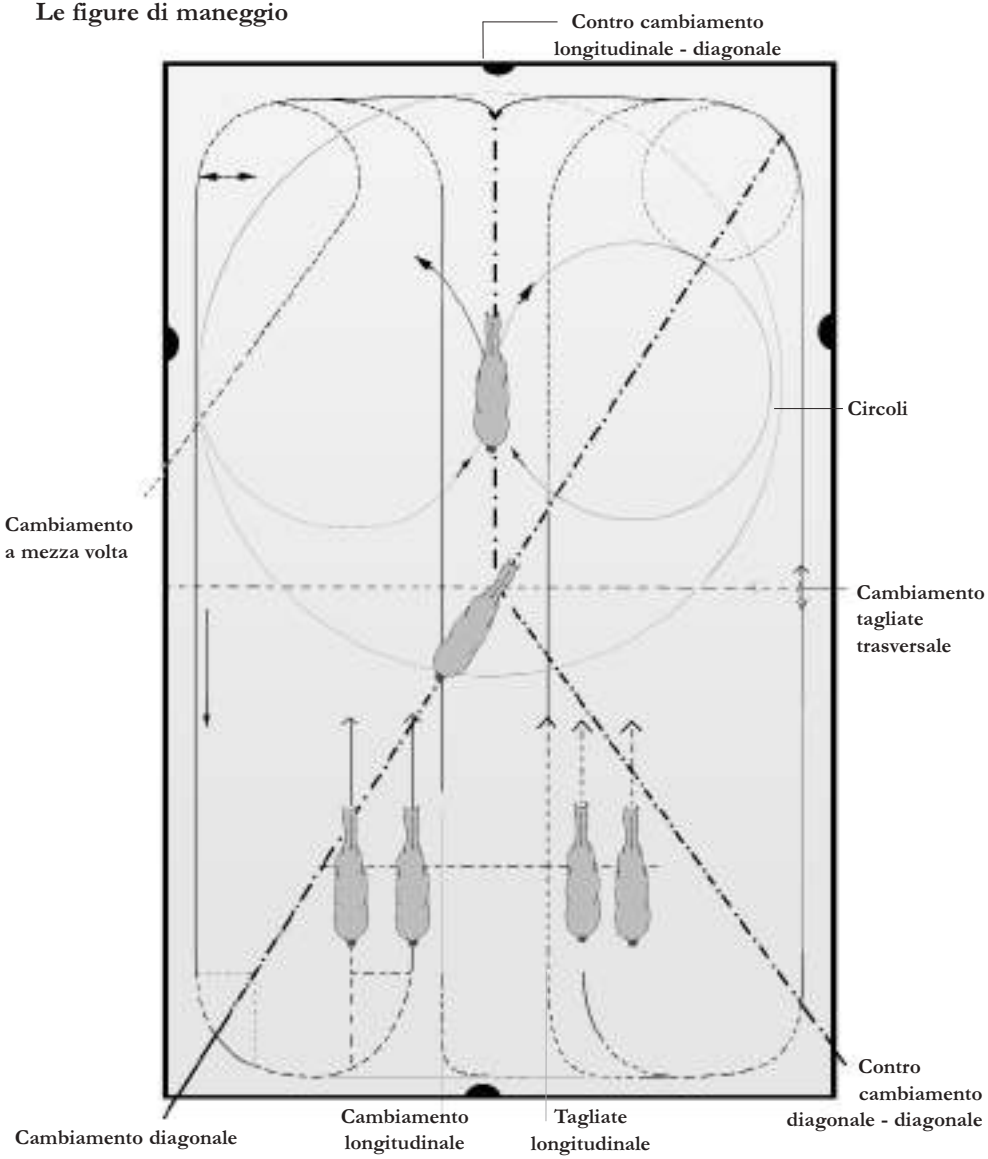
"Circoli" - con diversi diametri e diversamente posizionati nel maneggio debbono essere eseguiti abbandonando la linea retta ad un punto determinato con la flessione necessaria alla loro esecuzione.

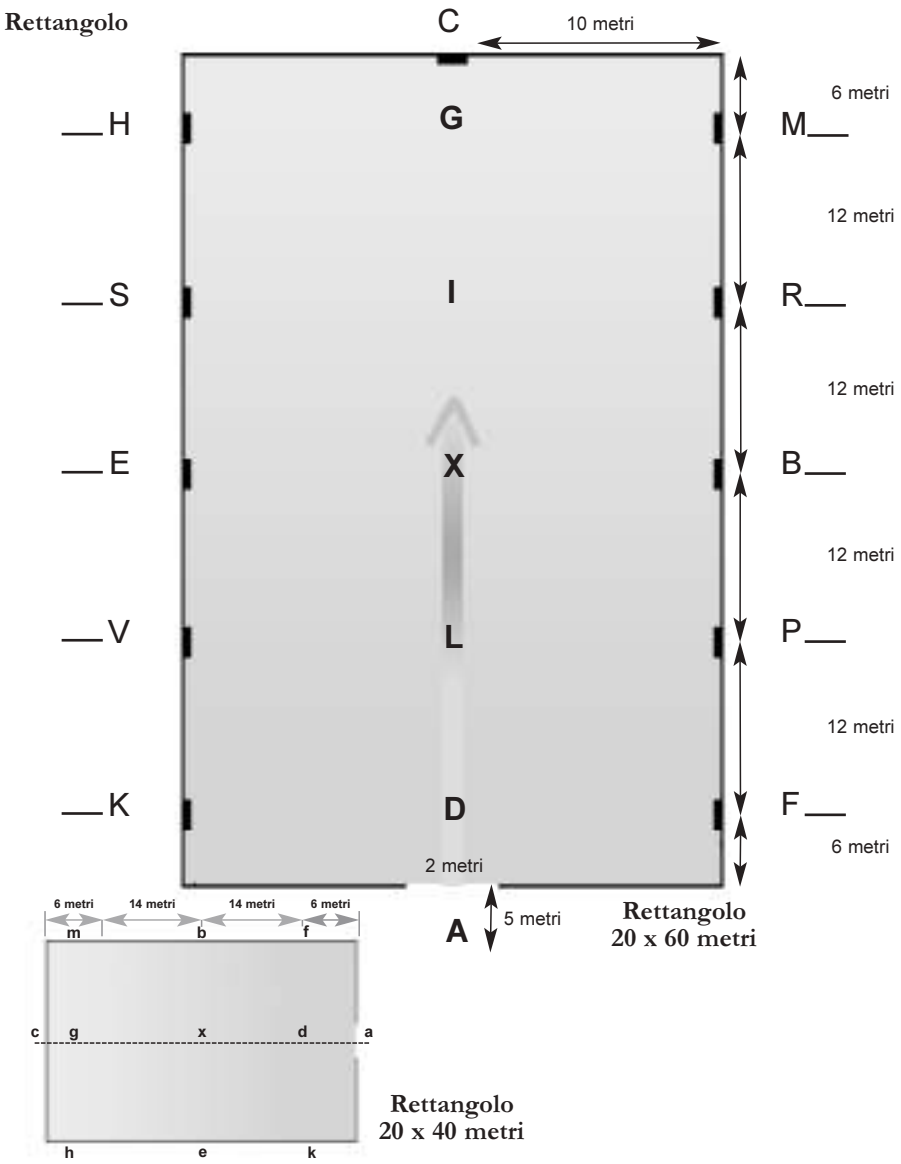
"Serpentine" - sono mezzi circoli ognuno a mano contraria raccordati tra loro da brevissimi tratti in linea retta paralleli al lato corto del maneggio; il numero e il diametro possono variare.

Nei circoli prima, e ancor di più nella serpentina, la buona esecuzione della figura è strettamente legata alla capacità di mantenere il cavallo nella flessione corretta.

Le figure di maneggio possono essere eseguite in sezioni di più cavalli e disegnare spettacolari coreografie chiamate carosello.

Le figure di maneggio

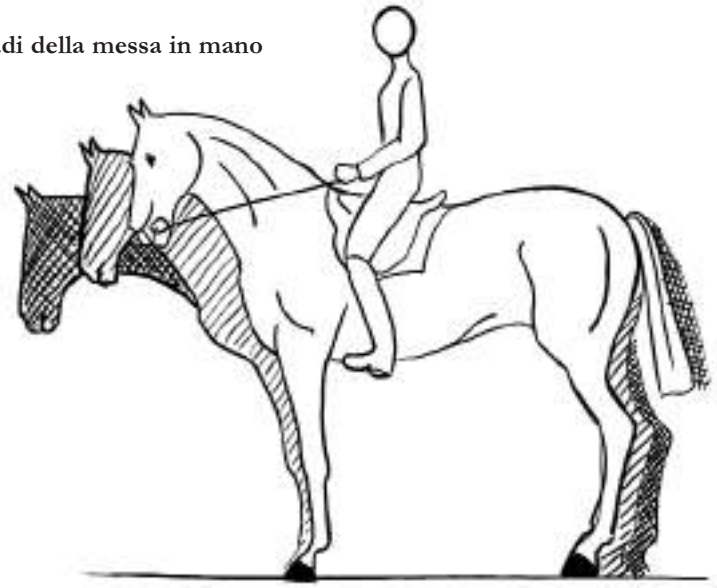



Rettangolo
C
10 metri
6 metri
H
G
M
12 metri
S
I
R
12 metri
E
X
B
12 metri
V
L
P
12 metri
K
D
F
6 metri
2 metri
A
5 metri
Rettangolo
20 x 60 metri
6 metri
14 metri
14 metri
6 metri
m
b
f
c
g
x
d
a
h
e
k
Rettangolo
20 x 40 metri

La messa in mano

Esistono gradi nella messa in mano, esistono livelli di addestramento del cavallo diversi, in relazione alla maggiore decontrazione muscolare, alla capacità di portare peso, alla capacità di flessione del tratto vertebrale lombare. L'incollatura del cavallo è tanto più rilevata quanto è maggiore l'impegno del posteriore sotto la massa, ma la posizione dell'incollatura varia anche in relazione al movimento. ll cavallo impegnato a spingere peso in un trotto allungato avrà un'incollatura meno rilevata e arrotondata di un cavallo in un trotto riunito. Un buon livello di addestramento raggiunto consente di esprimere le andature riunite dove l'incollatura deve essere rilevata con la linea della fronte poco più avanti della verticale al terreno, la nuca è il punto più alto. Tale posizione è necessaria per alleggerire l'avantreno, nel contempo attiva il lungo legamento superiore che permette alla schiena una maggior elasticità. Non deve intendersi l'unico caso in cui è necessaria la messa in mano. In una ripresa di dressage elementare non sono richieste le andature riunite, ma non per questo non è richiesta la messa in mano. La messa in mano di un cavallo impegnato in un percorso di salto non richiede certo la fronte sulla verticale al terreno, insomma non si deve

I gradi della messa in mano

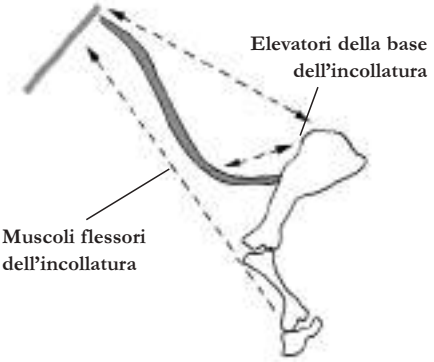


pensare che la messa in mano sia richiesta solo con la riunione. Sempre, nel momento in cui il cavallo lavora, deve essere messo nella mano dall'azione della gamba. E' oltre modo facile per il giovane cavaliere fraintendere il significato della messa in mano. Egli focalizza la sua attenzione sull'atteggiamento dell'incollatura e la sua prensilità lo induce ad intervenire con la mano per modellarla. Al contrario deve essere subito posto al centro dell'attenzione il corretto impiego dell'aiuto delle gambe come condizione indispensabile per il verificarsi della messa in mano. Il cavaliere deve percepire l'appoggio offerto dal cavallo sull'imboccatura come la risultante dell'impulso;, spinto dalla gamba nella mano in avanti, non tirato dalla mano all'indietro. Un errore altrettanto frequente è quello di chiedere la messa in mano ad un cavallo indisponibile, un cavallo dalla schiena bassa, sopra la mano. In pratica la messa in mano si realizza quando si verificano quelle condizioni di sottomissione ed impulso che si possono sintetizzare dicendo che il cavallo deve lavorare calmo, in avanti e diritto. Impulso e sottomissione sono i due concetti cardine della tecnica equestre, i quali poggiano sulla regolarità dei movimenti e sullo sviluppo muscolare armonico e simmetrico: la messa in mano, nei suoi differenti gradi, è una conseguenza dell'applicazione di questi concetti.

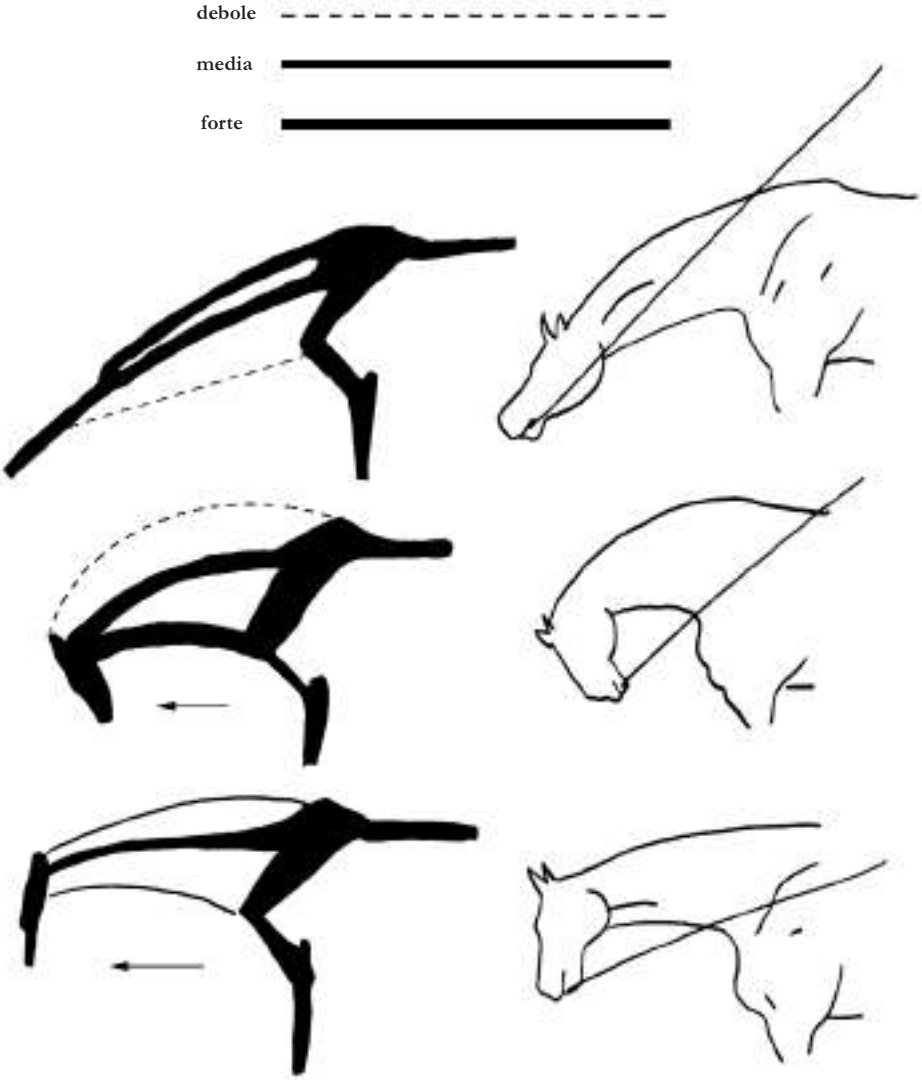
La distensione dell'incollatura

L'abbassamento dell'incollatura provoca un allungamento dei muscoli e un inarcamento delle vertebre dorsali, impegnando il posteriore, i muscoli addominali sono costretti ad un lavoro maggiore; in questa posizione si ottiene un sovraccarico del treno anteriore che fa lavorare maggiormente i pettorali e i muscoli della spalla.
Richiedendo una flessione alla ganascia (piego) si aumenta ulteriormente l'effetto di stiramento della schiena e, per effetto del lungo legamento cervicale, l'inarcamento delle vertebre dorsali (provoca l'innalzamento del garrese), ma la posizione diviene di massima tensione solo se il posteriore è correttamente impegnato (cavallo rotondo); in caso contrario può divenire lesiva perché induce ad abbassare la schiena.

Muscoli elevatori dell'incollatura



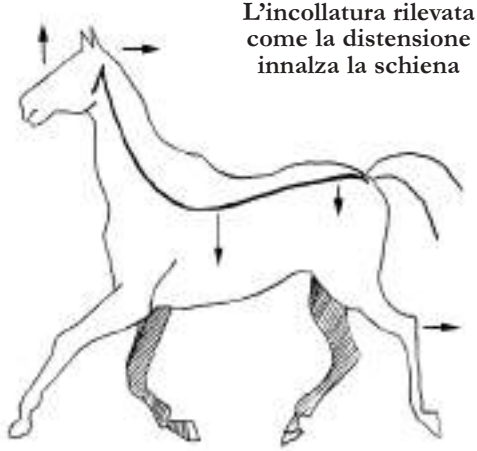
Intensità delle azioni



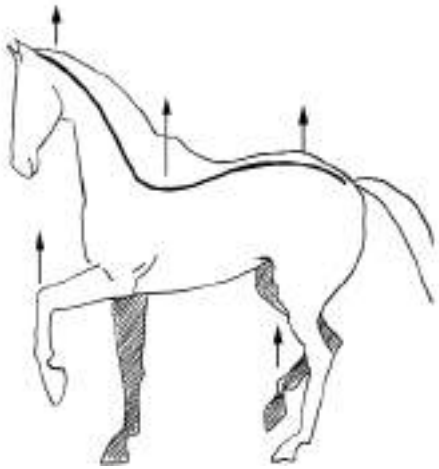
Pertanto inizialmente si dovrà richiedere una distensione dell'incollatura con la testa distesa, le nari in posizione avanti basso. E' una ginnastica il cui effetto principale è rendere elastica e reattiva la muscolatura dei glutei e della schiena, dispone la colonna nella posizione più idonea per sostenere il peso del cavaliere, sviluppa una maggior elasticità e potenza dei muscoli della spalla, importanti per consentire il rilevarsi dell'incollatura. Come tutti gli esercizi di stiramento (stretching), questi debbono essere progressivi e non eccessivamente protratti nel tempo. In particolare con quei soggetti con la muscolatura della schiena corta e contratta questo esercizio deve essere proposto con lenta progressione; se gli si impongono delle redini di ritorno di lunghezza tale da costringerlo subito in una posizione molto bassa dell'incollatura e subito la gamba richiede l'ingaggio del posteriore, è molto probabile che si producano strappi e dolori. Gli stiramenti debbono essere fatti a caldo; gli stiramenti fatti con la muscolatura fredda sono quelli che causano gli strappi.

Nel cavallo "rotondo", l'angolo di flessione della ganascia non deve essere accentuato; il fatto che la nuca sia bassa non significa che l'angolo alla ganascia debba essere maggiore di quando il cavallo è rilevato.

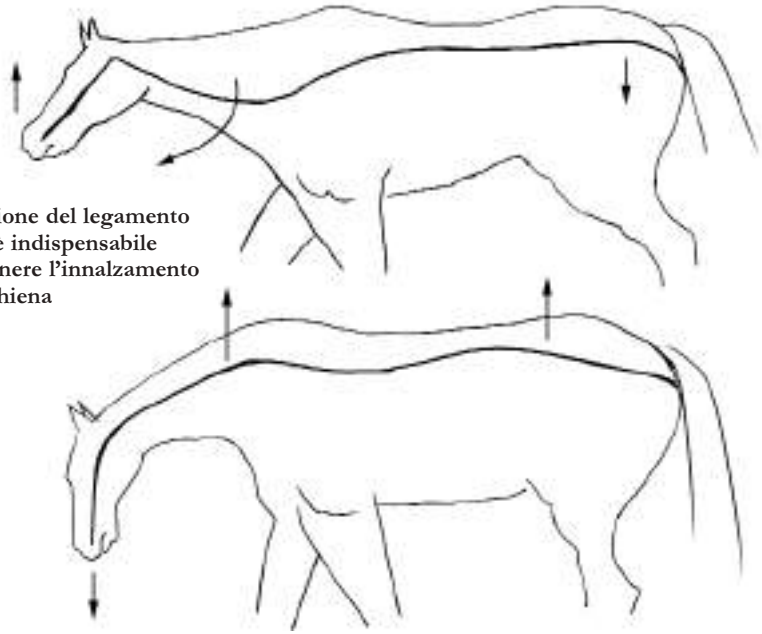
Le redini di ritorno non sono indispensabili per questa ginnastica, se impiegate, non debbono agire direttamente, salvo in alcuni rarissimi casi; debbono porre un limite all'innalzamento della incollatura ed invitare all'appoggio sulla redine diretta, la quale deve essere sempre presente. Nel momento in cui si



L'incollatura rilevata come la distensione innalza la schiena



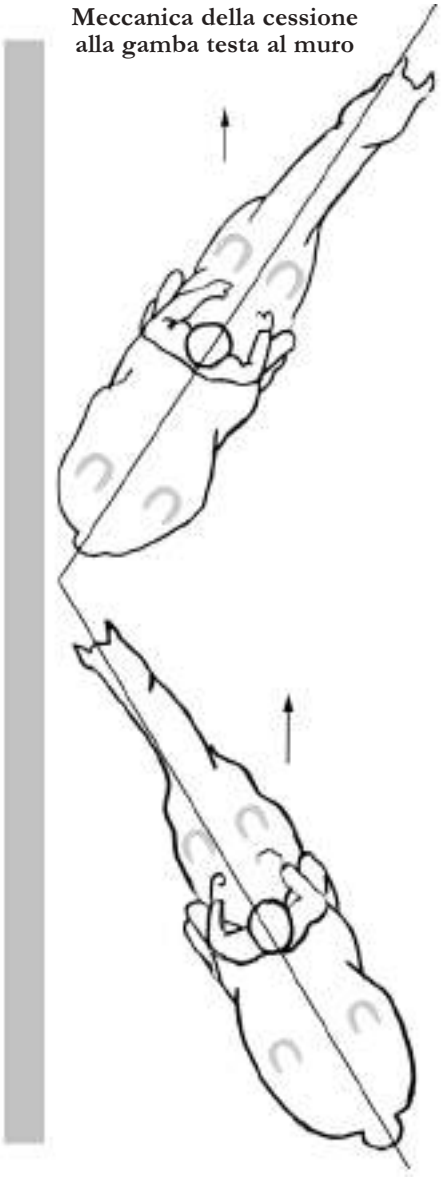
verifica un innalzamento dell'incollatura si perde il contatto sulla redine diretta che comunque non deve essere accorciata; interviene allora la redine di ritorno, la quale invita a distendere l'incollatura e di conseguenza riporta all'appoggio sulla redine diretta. Quando la redine diretta è tesa e la parte inferiore delle redini di ritorno non presenta alcuna tensione la situazione è normalizzata. Da tali indicazioni risulta evidente come le redini di ritorno possano essere usate, eventualmente ed eccezionalmente, solo da cavalieri particolarmente sensibili ed esperti. Ogni cavallo ha un punto di decontrazione in cui inizia il benefico effetto di stiramento; al di sopra di quel punto di distensione dell'incollatura non c'è lavoro. In nessun caso si può pensare di creare un atteggiamento di testa e collo con l'intervento attivo delle mani. Una eccessiva richiesta di flessione alla ganascia e l'eccessivo abbassamento della nuca rispetto alla disponibilità muscolare, l'assenza dell'impegno dei posteriori, possono provocare danni che protratti nel tempo diventano irreparabili con lesioni alla colonna, separazione della seconda vertebra cervicale, tendenza a sottrarsi all'imboccatura e via dicendo.



La tensione del legamento nucale è indispensabile per ottenere l'innalzamento della schiena

Cessione alla gamba

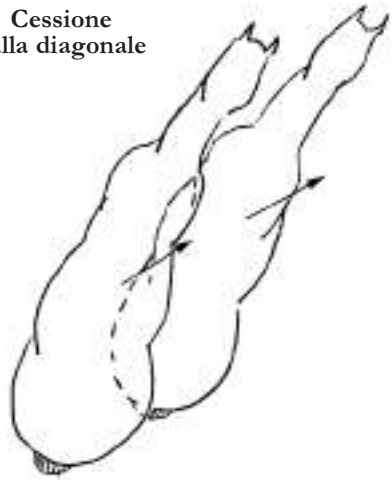
La costruzione delle articolazioni del cavallo è fatta in modo da permettere movimenti solo sul piano longitudinale. Le due sole articolazioni che consentono movimenti limitati in tutte le direzioni sono quelle della spalla e dell'anca. Sono quindi i muscoli di queste due regioni quelli che sono interessati negli spostamenti laterali. Negli spostamenti del treno anteriore, nella fase di apertura, intervengono i muscoli della spalla; all'incrocio intervengono i pettorali; questi stessi muscoli subiscono alternativamente uno stiramento. Nel treno posteriore, il movimento di apertura viene effettuato dai glutei e dai muscoli della fascia laterale della coscia, L'incrocio, dai muscoli dell'interno della coscia. Questa muscolatura, diversamente impiegata nel movimento lungo l'asse longitudinale, viene parzialmente potenziata dal lavoro di cessione alla gamba. Ma tale esercizio, con gli stiramenti che provoca, rende più elastica la muscolatura e quindi più reattiva anche nel movimento sull'asse longitudinale o nel gesto del salto. Altra importante funzione di questo esercizio è quella di stimolare le capacità coordinative, migliorando così la regolarità delle andature. E' un movimento relativamente semplice, non richiede la riunione e accentua la rispondenza alla gamba. Il cavallo è dritto eccetto per



Meccanica della cessione alla gamba testa al muro

una leggera flessione alla nuca, gli arti interni scavalcano gli arti esterni. Il lato interno è determinato dalla leggera flessione alla nuca opposta al movimento e non ha alcun riferimento con la mano e la disposizione con cui si opera in maneggio; è sul lato interno che opera il primario aiuto della gamba alla cinghia. Il movimento non deve essere unicamente laterale ma deve esprimersi con un costante avanzamento. La pista così occupata dal cavallo è suddivisa in quattro linee corrispondenti ad ognuno dei quattro arti. La scarsa ginnastica della muscolatura, come anche la poca coordinazione nei soggetti più giovani, può portare numerosi cavalli a non accettare l'incrocio degli arti con la richiesta di avanzamento e quindi a perdere l'incrocio, intraprendendo una via retta o incurvando il tronco, oppure a perdere la spinta dell'avanzamento sottraendosi. Entrambi sono gravi difetti che impediscono di ottenere l'obbiettivo che tale ginnastica si propone. La reazione più frequente scelta dal cavallo per sfuggire al lavoro richiesto è porsi su di una linea retta; in questo caso il cavaliere può essere indotto nella tentazione di tirare le redini per ricondurre il cavallo al movimento laterale. Questa azione deve essere evitata con ogni attenzione; chiedere la cessione ponendo la testa del cavallo alla parete, aiuta ad evitare che il cavallo perda lateralità. Che il bacino del cavaliere debba adeguarsi al movimento laterale è naturale ma che questo spinga il cavallo nella lateralità è un grave difetto che provoca gravi squilibri al cavallo: deve essere assolutamente vietato, a maggior ragione se questo gesto coinvolge il busto. Deve poi essere meticolosamente curata la posizione delle mani così da evitare che siano queste che pretendono di portare il cavallo nella direzione voluta. A questo proposito, con un cavallo che accetti piacevolmente l'esercizio, l'attenzione a mantenere la leggera flessione alla nuca indurrà il cavaliere a tenere le mani nella corretta posizione. In presenza di un ritardo nello spostamento laterale del treno posteriore la gamba interna attiva potrà agire in posizione leggermente arretrata; in caso di anticipo del treno posteriore, sarà la gamba esterna a contenere il movimento.

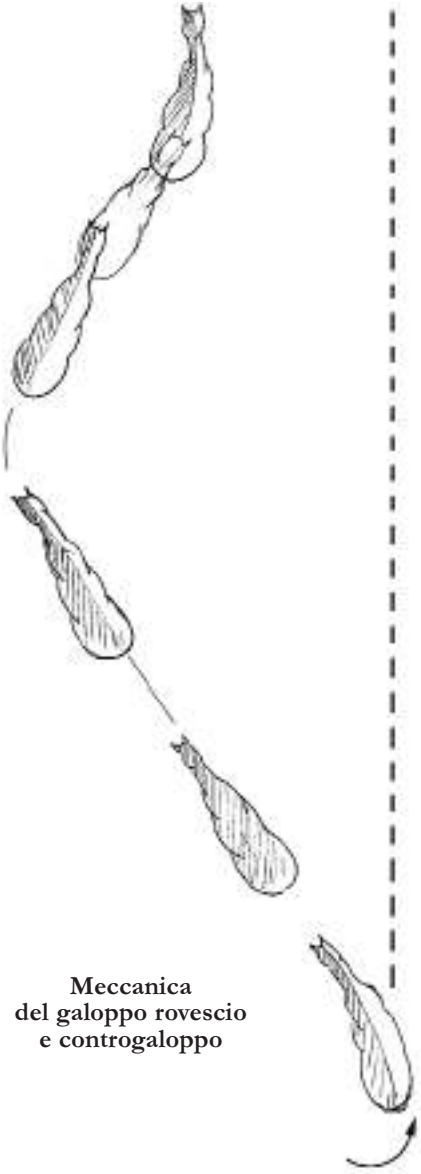
Cessione sulla diagonale



Galoppo rovescio

Nel galoppo rovescio il cavallo galoppa destro girando a sinistra o viceversa opponendo flessione alla curva che sta percorrendo; nel fare questo si oppone allo spostamento del baricentro all'esterno del piazzamento. Più stretta è la curva, più il cavallo deve accentuare la curvatura del dorso in modo tale che al posteriore di spinta è così richiesto anche un carico maggiore e maggiore dovrà essere l'impegno delle anche, alleggerendo l'avantreno. Si ottiene uno stiramento della muscolatura del costato ed un maggiore impegno del posteriore; in ultima analisi corregge le asimmetrie, rende il tronco più sciolto, è propedeutico alla riunione. Due gli scopi: la decontrazione e l'ingaggio del posteriore finalizzato alla riunione.

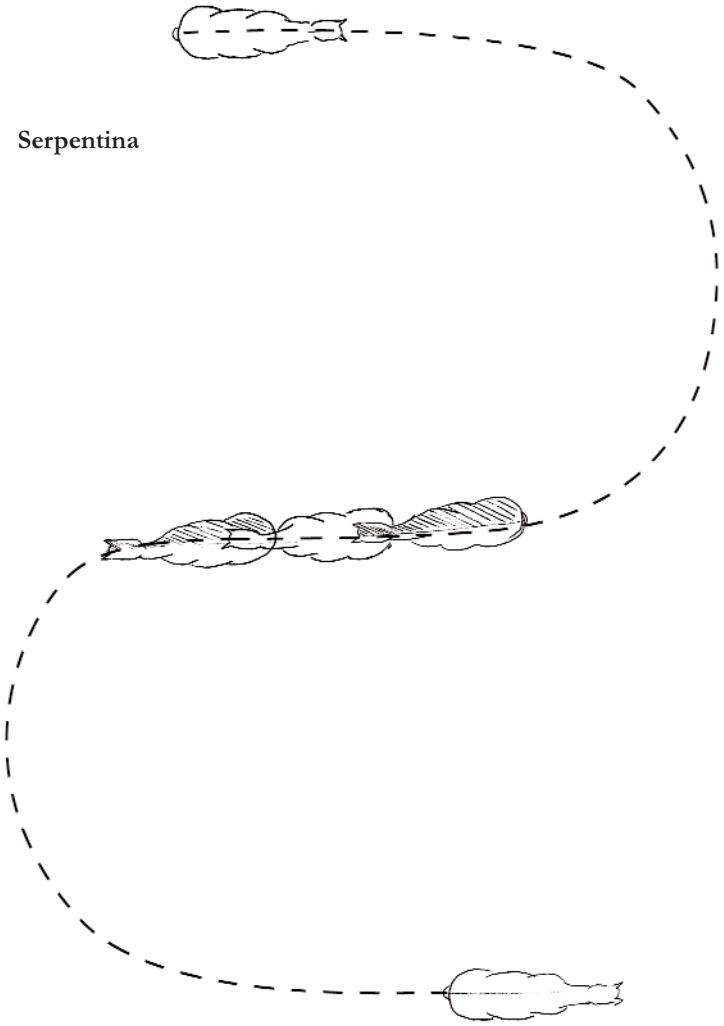
Nel galoppo rovescio il cavallo deve trovare da se i propri equilibri attraverso un'idonea progressione, le rigidità in esso presenti lo potrebbero portare a cadere nel trotto, ad affrettare il galoppo, a disunirsi, intervenire duramente in una situazione di squilibrio non porta alcun vantaggio. Il cavaliere deve mantenere gli aiuti del galoppo intrapreso ricordando che il lato interno è determinato dal galoppo e non dalla direzione intrapresa. Deve permanere un leggero piazzamento dalla parte del piede di galoppo. Nel caso di errore, il cavaliere dovrà abituarsi a ripartire al



Meccanica del galoppo rovescio e controgaloppo

galoppo sullo stesso piede rimanendo sulla linea dell'esercizio. Debbono essere evitate contorsioni inutili e deve essere fatta attenzione alla corretta posizione delle gambe, l'attività maggiore dell'esercizio viene dall'impiego della gamba interna che è quella deputata a mantenere l'ingaggio del posteriore.

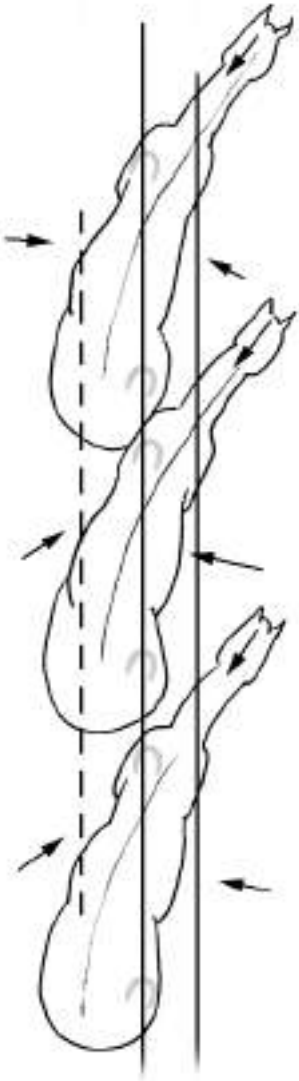
Serpentina



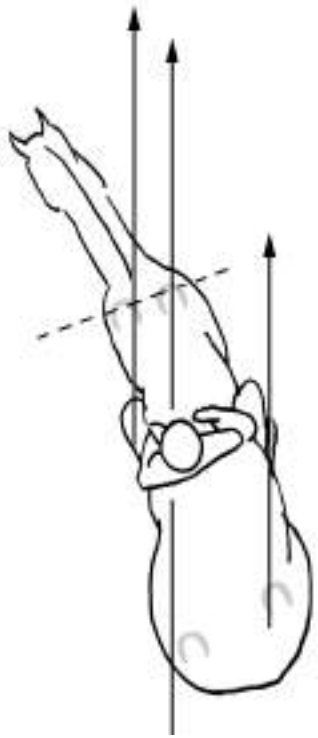
Spalla in dentro

E' sicuramente un esercizio propedeutico alla riunione di grande efficacia; con lo stiramento della muscolatura esterna e la contrazione dell'interna rende il cavallo simmetrico, lo rende quindi più diritto, sfruttando così al meglio la spinta dei posteriori. Il cavallo muove nella direzione laterale e in avanti con una flessione costante dalla nuca alla coda (piazzamento); nel fare ciò l'arto anteriore interno scavalca l'anteriore esterno. Per effetto della flessione degli arti posteriori che marciano in parallelo, l'interno deve portarsi decisamente sotto la massa e nel fare questo deve abbassare l'anca corrispondente. Nel portarsi in avanti la pista è suddivisa in tre linee disegnate: dall'anteriore interno, dal bipede diagonale esterno, dal posteriore esterno. Il cavaliere deve arrotondare il cavallo attorno alla azione della gamba interna, la quale ha anche il compito di ingaggiare il posteriore interno; la gamba esterna contiene gli eventuali sbandamenti della groppa; la redine interna invita alla flessione alla nuca mentre l'esterna contiene la eccessiva flessione dell'incollatura di modo che questa non vada ad appesantire l'anteriore interno, il busto deve rimanere in asse con il cavallo sebbene una porzione di peso maggiore sia caricata sulla staffa interna. Si intuisce facilmente come la muscolatura del lato

La spalla in dentro



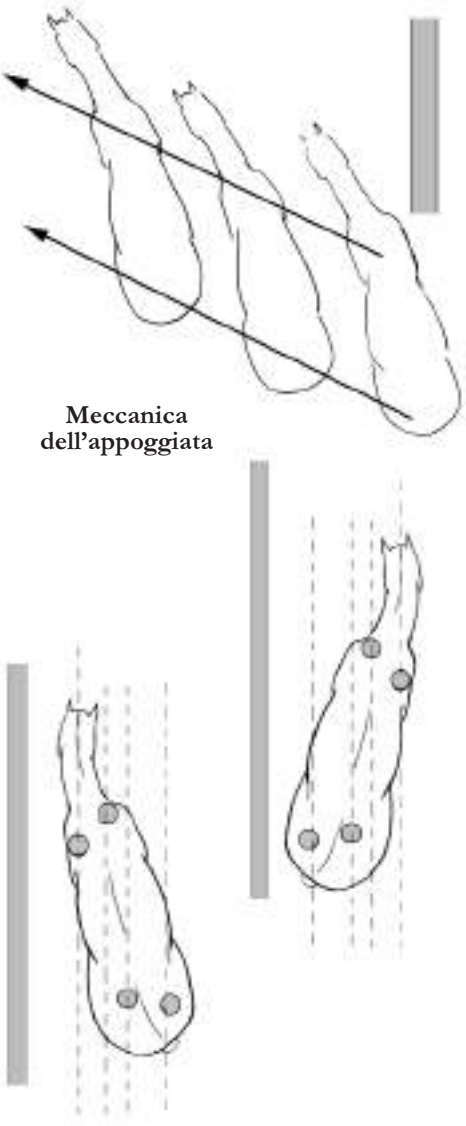
esterno del tronco subisca uno stiramento, mentre un potenziamento sia ottenuto attraverso l'attività della muscolatura interna ed in modo particolare dalle fasce addominali; l'abbassamento dell'anca potenzia grandemente tutta la muscolatura dell'arto posteriore impegnato. Nell'iniziare l'esercizio di spalla in dentro come anche nel rimettere il cavallo diritto debbono essere spostate le spalle, non le anche. L'avantreno deve diventare leggero, la parte più mobile del cavallo.



Il punto di osservazione migliore per verificare la corretta esecuzione di una spalla in dentro è nella sua visione dal davanti; si può osservare il disegno delle tre linee, l'abbassamento dell'anca interna ed anche la corretta posizione di testa e collo.
Nelle esecuzioni compiute lontano dalla parete, ove questo aiuto al contenimento della groppa viene a mancare, deve essere fatta molta attenzione che siano le spalle ad essere spostate all'interno e che non sia il treno posteriore a sbandare.
E' evidente come il cavallo, disponendosi su quattro linee come nella cessione alla gamba, eviti la flessione e di conseguenza la necessità di abbassare l'anca interna. Il cavaliere deve possedere una buona coordinazione degli aiuti, evitare trazioni sulle redini, contorcimenti del busto, azioni improprie dello sperone. L'imperfetta esecuzione è una fase intermedia che deve essere accettata e questa sarà tanto più breve, quanto maggiore sarà la rispondenza del cavallo. La spalla in dentro è un esercizio molto importante nell'addestramento di un cavallo sportivo, anche se esiste un momento preciso in cui può essere richiesto; un cavallo che non sa mantenere la propria flessione in un circolo, che non sa coordinare il proprio movimento in una cessione alla gamba, è un cavallo a cui non è possibile richiedere una spalla in dentro.

Groppa in dentro, groppa in fuori, appoggiata

La meccanica della groppa in dentro o travers, della groppa in fuori o renvers o ancora dell'appoggiata, è la stessa. Il cavallo ha una flessione dalla nuca alla coda, gli arti esterni alla flessione scavalcano gli arti interni. Infatti questi esercizi si differenziano solo per la posizione relativa al maneggio in cui sono eseguiti; nella groppa in dentro il cavallo marcia lungo la pista, formando un angolo con la parete di circa 30°; nella groppa in fuori è la groppa ad essere verso il muro e forma lo stesso angolo con la parete; nell'appoggiata infine l'esercizio avviene lungo una diagonale. E' questo il movimento laterale più complesso: richiede al cavallo una buona mobilità del tronco, un'ottima coordinazione e sviluppa grandemente la capacità di riunione, specie del posteriore interno per effetto della flessione, ma anche del posteriore esterno al quale è richiesta una grande mobilità articolare per sopravanzare l'interno, cosa che può succedere solo con una buona fase di sospensione. La lateralità del movimento, sempre accompagnata dall'avanzamento, è indicata dal peso del cavaliere che disponendosi prioritariamente sul lato interno, invita la base d'appoggio a guadagnare terreno in



Meccanica dell'appoggiata

quella direzione, dicesi peso traente. D'altra parte ridurre all'azione della gamba esterna il compito di indicare la lateralità del movimento, porterebbe il cavallo ad una contrazione muscolare del lato esterno del tronco con la conseguente perdita del piazzamento. La gamba interna è la garante dell'avanzamento del posteriore interno e nel contempo è attorno ad essa che il cavallo si flette; ancora una volta la mano interna inviterà alla flessione e la mano esterna la conterrà. La complessità del movimento richiede al cavaliere una buona capacità di coordinazione degli aiuti nei movimenti laterali che deve già essere stata acquisita nel lavoro in spalla in dentro. Gli errori più comuni in questo genere di esercizio sono la cattiva gestione del busto, il quale non deve essere coinvolto nell'azione di peso traente, la perdita di elasticità delle braccia che condiziona l'impostazione del piazzamento, l'eccessivo uso, spesso scorretto, della gamba esterna. Per queste ragioni è opportuno proporre l'esercizio alle andature basculate solo quando è ben eseguito al trotto.

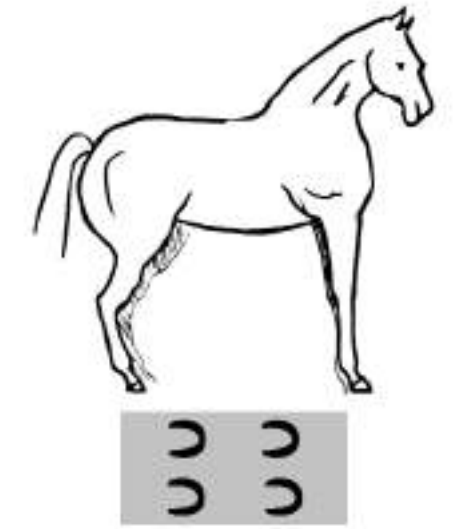
In particolare, il passo è una andatura che per la sua caratteristica di non avere fase di sospensione e per la complessa coordinazione che richiede al cavallo, si configura come la più difficile da cui ottenere delle corrette esecuzioni dei movimenti laterali propedeutici alla riunione. Nel galoppo è da prediligere il lavoro in appoggiata, in quanto il traversarsi del cavallo al galoppo, che certo non è la groppa in dentro, è una delle più frequenti difese ad impegnare il posteriore interno sotto la massa; la cattiva esecuzione in questo caso finirebbe con l'incoraggiare un difetto.

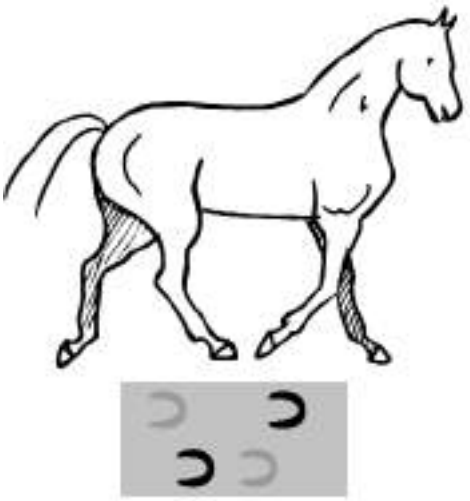
Le più frequenti difese del cavallo all'impegno muscolare che questo esercizio richiede sono, ridurre l'avanzamento, perdere il piazzamento, portare il posteriore interno fuori dalla massa da spingere facendo precedere le anche sulle spalle. Quando si verifica il primo caso l'esercizio deve essere interrotto e ci deve essere una decisa richiesta di avanzare; è sempre bene che questi esercizi siano intervallati da transizioni alle andature medie o allungate. Nel secondo caso dovrà essere ritrovato il piazzamento per mezzo di una spalla in dentro; nel terzo è ancora la spalla in dentro che permette la correzione con una decisa richiesta di avanzare.

Passi indietro

I passi indietro debbono essere richiesti al cavallo nel momento in cui si è verificata una buona sottomissione e una chiara volontà di avanzare.
Nel passo indietro il cavallo sposta il tronco all'indietro e porta successivamente indietro i bipedi diagonali per riequilibrarsi.
Ciò avvenendo, si verifica un'arretramento del baricentro, un alleggerimento del treno anteriore, una marcata flessione longitudinale della regione lombare, uno stiramento dei glutei e il lavoro di psoas e addominali; davanti agiscono pettorali e brachio cefalico, oltre che trapezio toracico e dentato ventrale. Sono gli stessi muscoli che intervengono nel movimento in avanti, ma nel passo indietro, specie i posteriori, agiscono in modo più intenso e più lento, dovendo spostare la massa del corpo sul posteriore, anziché il posteriore sotto la massa. Un esercizio quindi che, oltre allo stiramento di alcune fasce, potenzia la muscolatura.
Ma perché abbia un valore come esercizio ginnico, deve essere eseguito in modo che il cavallo retroceda rimanendo diritto, con passi ampi e regolari, senza contrasti con l'imboccatura, in ogni momento sempre pronto ad avanzare. Il cavallo che affretta, che si traversa, che trascina gli anteriori, che si pone contro la mano o passa sopra la

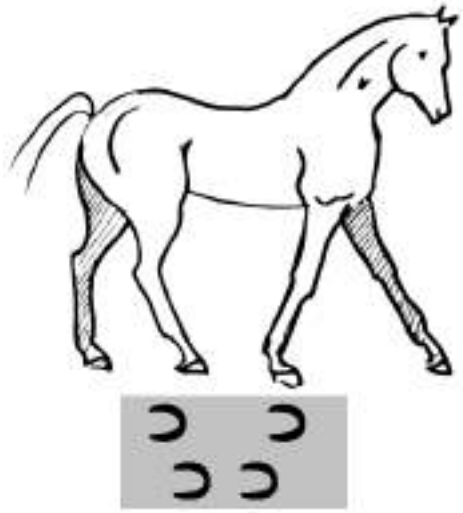
Meccanica dei passi indietro

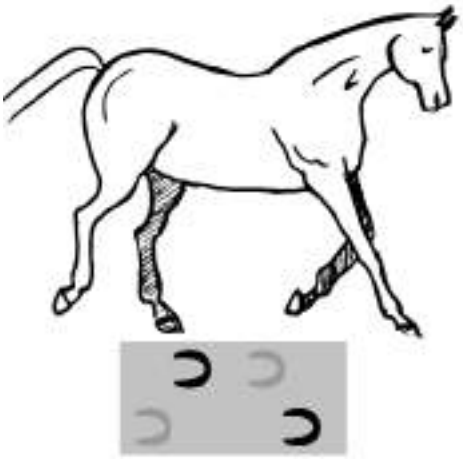




mano abbassando la schiena, impedendo quindi la flessione lombare, non solo non fa un buon esercizio, ma in lui si crea un danno oltre che fisico, morale, dovuto dal coatto e spiacevole arretramento con la schiena bassa. Il passo indietro può essere insegnato al cavallo con il lavoro a terra; a cavallo montato deve essere richiesto come risultato di un lavoro preliminare compiuto.
Di per se, nulla aggiunge allo sviluppo della muscolatura della schiena.
Prima di tutto non deve essere esercitata nessuna trazione dalla mano del cavaliere; è l'azione delle gambe, che devono essere leggermente arretrate, sulla mano che resiste, che induce al movimento retrogrado; il cavaliere deve alleggerirsi nella sella discendendo maggiormente nell'inforcatura; in nessun caso arretrare con il busto oltre la verticale, ma semmai avanzare di poco con quei soggetti che hanno poca pratica dell'esercizio.
Deve essere evitata accuratamente l'azione forte dello sperone; se questa provoca tensioni si irrigidirà la schiena e senza un innalzamento della schiena il cavallo non può arretrare correttamente. La corretta esecuzione dell'alt è un elemento fondamentale per la buona riuscita dei passi indietro.
La condizione di equilibrio determinata dal corretto piazzamento nell'alt consente, infatti, la disinvoltura e l'elasticità del movimento.

Meccanica dei passi indietro

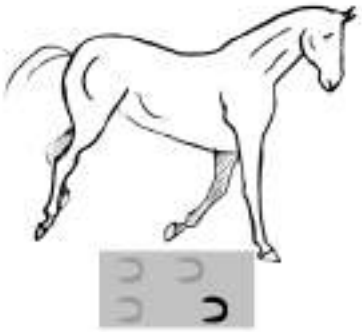




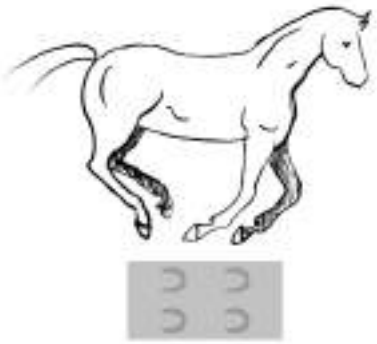
Cambio di galoppo in aria

Il cambio di galoppo in aria è in sostanza una partenza al galoppo dal galoppo, un cambio che avviene nella fase di sospensione tale per cui il cavallo modifica lo schema dell'andatura cambiando il piede del primo tempo e di conseguenza le altre fasi. L'utilità della capacità di cambiare galoppo in equilibrio durante un percorso è facilmente intuibile. E' un movimento che il cavallo pratica naturalmente, ma perché questo avvenga nella conservazione dell'equilibrio e della regolarità dell'andatura, è indispensabile che il cavallo abbia sviluppato una buona capacità di portare peso ed una buona simmetria muscolare; gli sono altresì richieste buone capacità coordinative e forza. Ciò è evidenziato nei cambi in serie. Una ben marcata fase di sospensione è necessaria. L'esecuzione dei cambi nel galoppo accorciato è insufficiente, laddove l'impulso è mancante; nel galoppo esageratamente ampio, invece, anche in presenza di una buona fase di sospensione, il movimento è più radente al terreno; la coordinazione richiesta è maggiore e così anche i rischi di squilibrio. Deve quindi essere ottenuta una buona riunione, con una fase di sospensione ben marcata. Nell'esecuzione deve essere prevista la capacità di inserire la

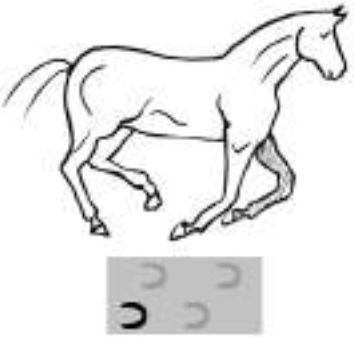
Meccanica dei cambi di galoppo



3° tempo galoppo destro



Sospensione



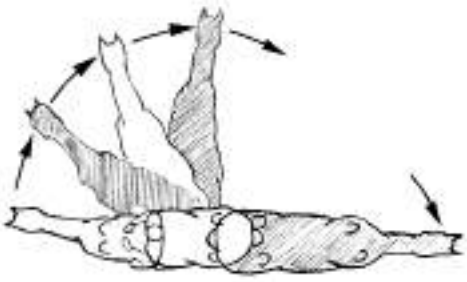
1° tempo galoppo sinistro

mezza fermata nel momento opportuno e ancora la capacità di cambiare gli aiuti da un galoppo all'altro, rapidamente e senza azioni brusche (tempismo e coordinazione). In assenza di una buona coordinazione si può verificare un irrigidimento della mano nel momento del cambio; ciò, riducendo la mobilità dell'incollatura, riduce la possibilità di bascula e di flessione che sono della massima importanza in questo movimento. Altrettanto grave è lo slancio del busto del cavaliere nell'effettuare il cambio di ripartizione dei pesi; gli squilibri che questo comporta non possono essere in alcun modo compensati dal cavallo. L'azione forte dello sperone della nuova gamba esterna, nel l'effettuazione di un cambio, crea una contrazione muscolare di quel lato che, seppure è uno stimolo all'avanzamento del posteriore, nella rigidità, può far perdere coordinazione o scatenare vere e proprie difese. A questi errori del cavaliere o all'assenza di simmetria e coordinazione nel cavallo sono riconducibili le ragioni di una cattiva esecuzione evidenziata dal traversarsi, appoggiare, cambiare prima con il treno anteriore e poi con quello posteriore e viceversa. In tutti questi casi si deve rimettere il cavallo nella serenità facendolo energicamente avanzare diritto, poi riunendolo gradualmente in un circolo; si riproporrà l'esercizio, meglio se nella sua forma più elementare.

Piroetta

Un buon esercizio di verifica dell'ottima riunione raggiunta è la piroetta; è una rotazione o volta molto stretta nella quale il cavallo descrive con gli anteriori un circolo attorno ai posteriori, i quali, seppure sul posto, mantengono il movimento dell'andatura levandosi e posandosi. Può essere eseguita al passo e al galoppo ed il cavallo mantiene un piazzamento nella direzione del movimento. Al passo le mani spostano le spalle (l'esterna contiene), la gamba interna alla cinghia deve rimanere attiva per invitare il posteriore alla levata sul posto; la gamba esterna contiene la groppa, il peso aiuta l'arretramento del baricentro del cavallo e nel contempo indica la direzione del movimento. Il cavallo deve saper portare il proprio

Meccanica della piroetta



peso agevolmente, non vi può essere nessun contrasto o rigidità, se non a scapito della regolarità e dell'equilibrio. Il movimento può essere eseguito dimezzato, in questo caso la rotazione sarà di soli 180 gradi, minori saranno le difficoltà di esecuzione.

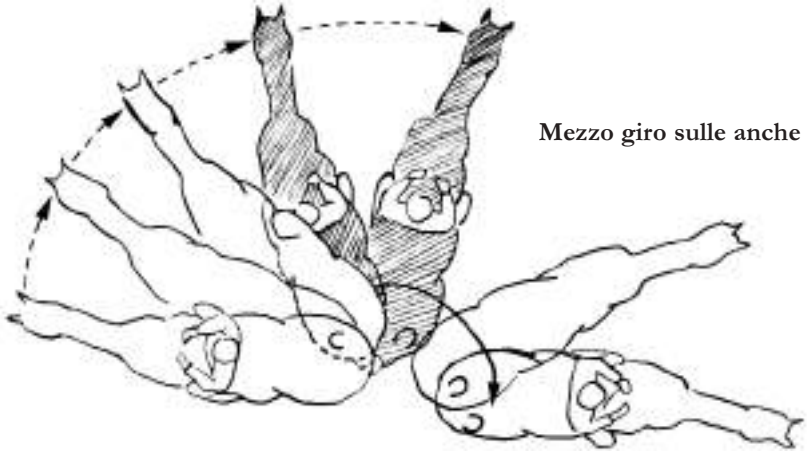
Movimenti specifici delle competizioni di Dressage

dal regolamento di Dressage, articolo 414.

Il passage è un trotto misurato, molto riunito, molto rilevato e molto cadenzato. E' caratterizzato da un pronunciato impegno delle anche e da una accentuata flessione del ginocchio e dei garretti, così come dall'eleganza e dall'elasticità del movimento. Ogni bipede diagonale si alza e si posa alternativamente con una cadenza molto regolare ed un tempo di sospensione aumentato.

dal regolamento di Dressage, articolo 415:

Il piaffer è un movimento diagonale, estremamente riunito, rilevato e cadenzato e che dà l'impressione di essere eseguito sul posto. Il dorso del cavallo è morbido e vibrante. La groppa si abbassa leggermente, le anche e i garretti attivi e molto impegnati danno alle spalle e a tutto il treno anteriore una grande leggerezza, libertà e mobilità dei movimenti. Ogni bipede diagonale si alza e si posa alternativamente con una cadenza molto regolare ed un tempo di sospensione aumentato.



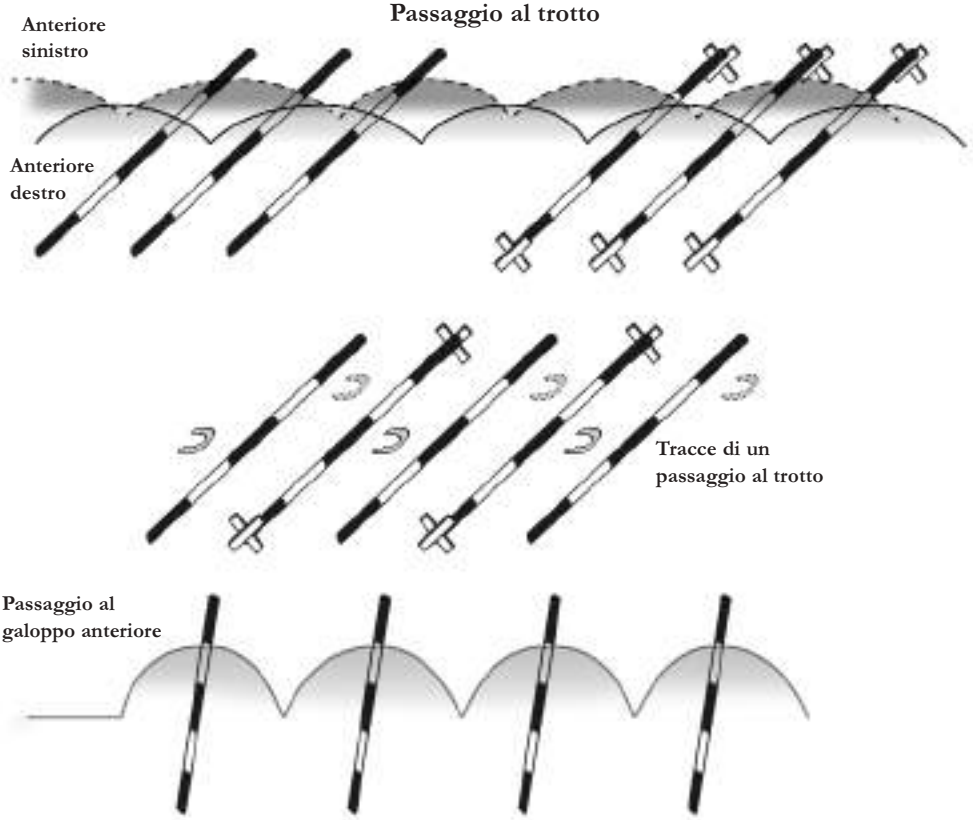
Mezzo giro sulle anche

12. Saltare

Barriere e cavalletti

Il lavoro del cavallo su barriere a terra e cavalletti è di grande utilità nel lavoro in piano come nella preparazione al salto; dimensionando diversamente l'intervallo tra le barriere il passaggio su di esse può essere eseguito alle tre andature e con diverse ampiezze.

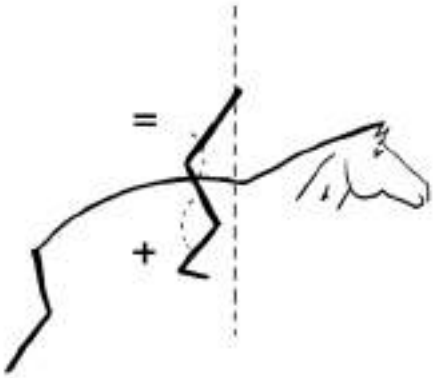
Questo esercizio sviluppa la coordinazione e la regolarità delle andature, induce il cavallo a rilevare maggiormente gli arti, può essere usato per verificare l'assetto del cavaliere.
Le distanze tra le bariere e tra i cavalletti possono variare in base alla finalità dell'esercizio a partire da m. 0,80 per il passo, da m. 1,20 per il trotto, da m. 2,50 per il galoppo.



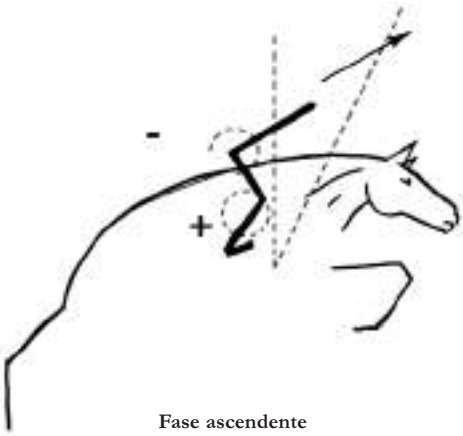
L'assetto

La simmetria raggiunta con il lavoro in piano consente al cavallo di mantenersi diritto sulla traiettoria del salto e ottimizzare la spinta, di girare facilmente mantenendo equilibrio, di avere impulso sufficiente per affrontare i compiti proposti da un percorso. La componente essenziale per la buona riuscita di un percorso di salti è indubbiamente la preparazione del cavallo in piano. La tecnica e lo stile nelle prove ad ostacoli hanno una storia relativamente breve e forse per questo ancora risentono delle polemiche che hanno infiammato gli inizi del '900. La tecnologia e gli studi sulla meccanica del movimento consentono di proporre un metodo che abbia solide basi razionali, partendo dai principi enunciati e sperimentati dal capitano Federico Caprilli, sino alla loro attuale evoluzione, frutto di una continua sperimentazione.
Non si può parlare di una posizione sul salto: il cavaliere, per adeguarsi al movimento, continua a cambiare posizioni allo scopo di mantenere insieme ed equilibrio con il cavallo. Il cavaliere regola il proprio movimento a quello del suo cavallo nella massima leggerezza. L'aderenza al cavallo sarà garantita dai polpacci, dalla parte bassa delle cosce e dall'appoggio sulle staffe e di conseguenza dal ginocchio aderente e mobile. Il piede appoggia sulla staffa nel punto

Comportamento degli angoli articolari del cavaliere nelle diverse fasi del salto

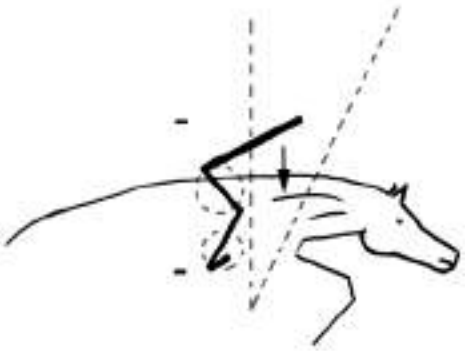


Fase della battuta

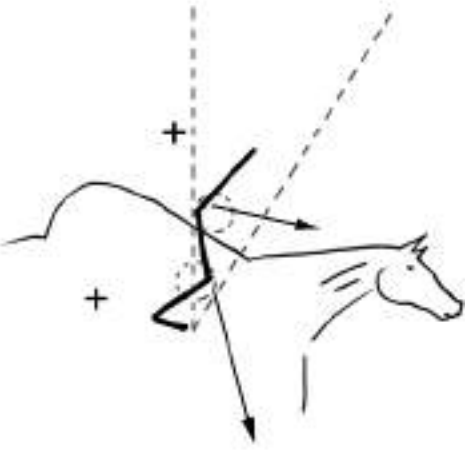


Fase ascendente

Comportamento degli angoli articolari del cavaliere nelle diverse fasi del salto



Fase culminante

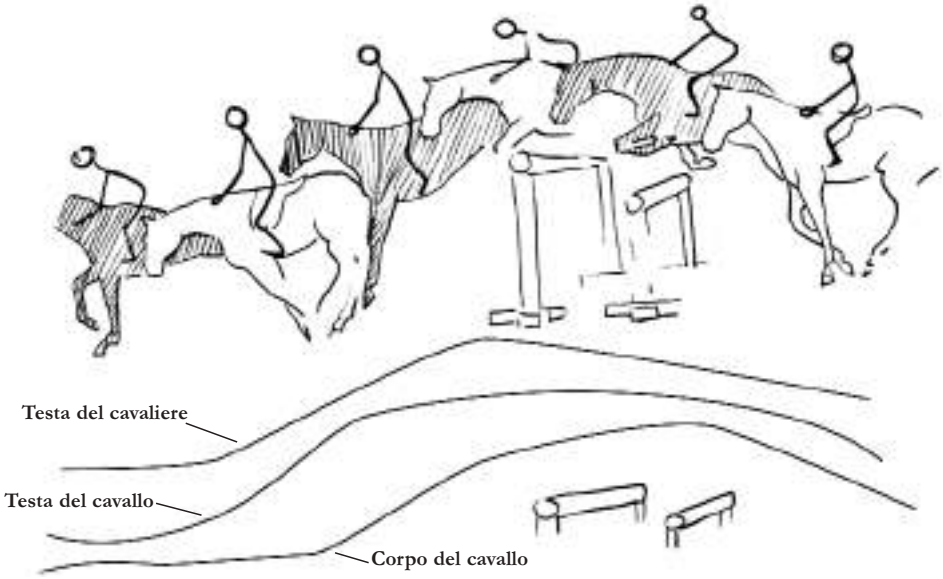


Fase discendente

più largo, con il piede tendenzialmente parallelo al costato del cavallo ed il tallone appena più basso della punta, con la caviglia elastica, pronta a scendere.
Nella fase di avvicinamento, il cavaliere si avvicina al cavallo scendendo con le ginocchia, la parte bassa delle cosce avanza, il busto leggermente inclinato in avanti aspetta la battuta a spalle aperte, lasciando libere le reni del cavallo. La mano rimane in contatto assecondando una incollatura tesa, la punta del naso in avanti all'altezza del garrese o poco più in alto.
Nella fase ascendente della parabola il busto del cavaliere segue il movimento dell'incollatura; s'inclina e si abbassa; l'angolo dell'articolazione del ginocchio si apre; la parte alta della coscia bascula in avanti, la parte bassa scende nella sella ed è ad essa saldamente aderente. I polpacci sono il secondo punto di massima aderenza; ginocchio e tallone si abbassano, quest'ultimo per effetto della discesa del primo. La mano, senza perdere contatto, concede totale libertà all'incollatura del cavallo.
Nella fase culminante, la situazione permane, ma gli angoli del bacino, ginocchio, tallone, sono più chiusi allo scopo di essere il più possibile vicini al cavallo. Il ginocchio è sempre spinto molto in basso; questo avanzare del busto e dell'inforcatura garantiscono di non rimanere in ritardo rispetto al movimento del cavallo.

Nella fase discendente la meccanica del gesto e la forza di gravità tendono a lasciare il cavaliere in ritardo.
L'articolazione del bacino è costretta ad aprirsi per evitare l'arretramento sulla sella. E' l'elasticità delle reni del cavaliere che permette alla coscia di mantenere aderenza ed al ginocchio di rimanere basso in avanti. Non sono le spalle che devono essere spostate indietro, ma il bacino che deve essere portato avanti sotto le spalle. Questo riposizionamento del bacino avviene anche grazie ad una trazione operata dalle gambe; perché questo avvenga i polpacci discesi e angolati debbono essere aderenti al costato. Malgrado il corretto adeguamento al cavallo, il ginocchio, in questa fase, tende a risalire leggermente; questo gli permetterà di scendere al momento della ricezione per ammortizzare il peso del cavaliere. Nella fase di ricezione, la parte alta del cavaliere prende un ritardo dovuto all'inerzia che tende a farlo sedere in sella; ciò viene evitato da una azione delle reni che spinge in avanti e verso il basso le sue natiche, allo scopo di portarle sotto le spalle. L'azione risulta possibile solo se la posizione del polpaccio rimane corretta e aderente. Coscia e ginocchio vanno con le natiche avanti basso, il peso è sempre scaricato sulla staffa.
Nel salto gli elementi da osservare sono:

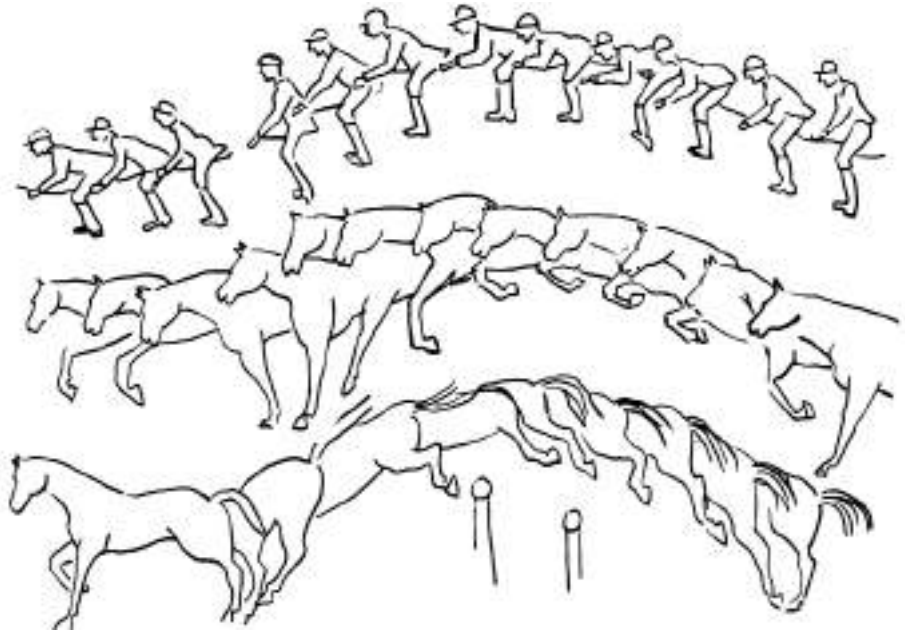
Rapporto tra busto del cavaliere e testa e corpo del cavallo



la posizione ferma del polpaccio, la coscia aderente, la discesa del ginocchio, il controllo delle spalle che non debbono arretrare o avanzare bruscamente, l'elasticità delle reni, l'elasticità di gomito e spalla che consentono la ceduta delle mani. Nella fase aerea della parabola l'allineamento tra spalla, mano, bocca del cavallo rivela la correttezza del gesto. E' importante osservare il comportamento dell'incollatura del cavallo e del busto del cavaliere in relazione tra loro: può dare preziose indicazioni. Essi seguono due linee abbastanza simili essendo entrambi bilancieri del binomio, l'alterazione di questo rapporto denota una perdita d'insieme.

L'allievo non deve mai precedere il movimento del cavallo. Specie nella fase della battuta deve essere richiamata l'attenzione del cavaliere sulla capacità di aspettare e seguire il movimento del cavallo.

L'eventuale ritardo deve essere recuperato con l'avanzamento del bacino e la discesa del ginocchio. La spiegazione teorica non basta a modificare un gesto sbagliato: gli slanci del busto come lo sfilare indietro del bacino sono gesti irrazionali che provocano gravi squilibri al cavallo, possono essere corretti solo nella continua ripetizione del gesto del salto.

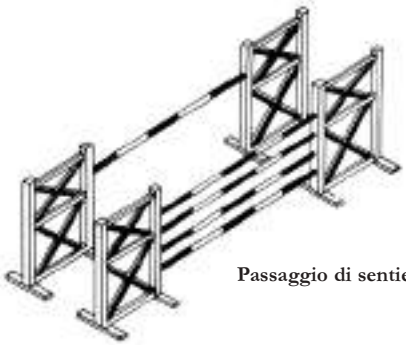


Il percorso

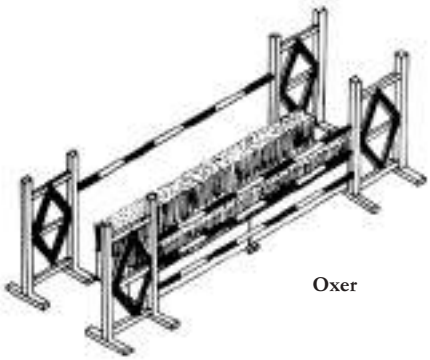
Nell'impostare un percorso di salto, i modesti interventi, l'azione passiva nella fase di avvicinamento agli ostacoli, che già sono capacità di un cavaliere esperto, sono il modo di intervenire più elementare, il più educativo per il giovane cavallo. L'intervento con energici aiuti propulsivi nella messa in mano, dove il cavaliere regola l'ampiezza delle falcate di galoppo per portare il cavallo alla battuta nella distanza dal salto più favorevole, è certamente più efficace e richiede un livello maggiore di addestramento nel cavallo ed una maggior raffinatezza nell'impiego degli aiuti; è forse anche il modo di gestire un percorso più frainteso; troppo spesso nell'accorciare, anziché la riunione viene richiesta la perdita d'impulso che è l'esatto opposto. Una tale impostazione di gara richiede un ottimo colpo d'occhio per giudicare l'eventuale necessità di un intervento, un ottimo tatto equestre per inserire l'intervento degli aiuti nel momento opportuno senza perdere equilibrio e impulso. Per tatto equestre si intende quella somma di qualità degli aiuti e di sensibilità che individuano un ottimo cavaliere.

I primi salti al galoppo possono essere affrontati quando l'assetto ha acquisito in piano una certa solidità ed elasticità; esaminando il cavaliere galoppare sull'inforcatura, gli angoli dell'anca, del

Principali tipi di salti



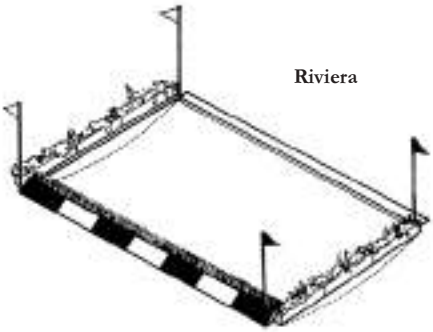
Passaggio di sentiero



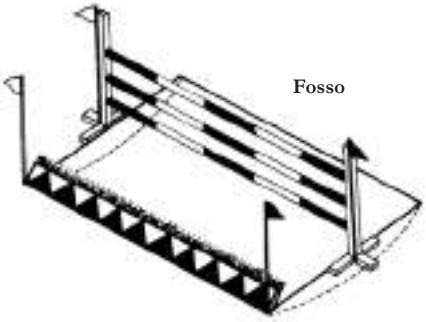
Oxer

Muro con ponte

Verticale con tavola e barriere



Riviera



Fosso

ginocchio e della caviglia si aprono e si chiudono; svolgono un ruolo di ammortizzatori e consentono alla parte alta del cavaliere di muoversi su un piano orizzontale, mentre il movimento del cavallo segue una linea sinusoidale. La sella si allontana e si avvicina al glutei senza venire tuttavia in contatto con loro. La mano segue, in contatto, la bascula dell'incollatura. Il cavaliere deve essere in grado di ottenere transizioni fluide, senza contrasti.

In primo luogo il cavaliere deve apprendere l'indipendenza della mano di fronte al salto. Una buona mano che sa cedere nel lavoro in piano potrebbe irrigidirsi nell'azione del galoppo che prepara il salto. Contemporaneamente deve essere verificato l'equilibrio inserito nel movimento del galoppo, unica condizione che permette l'indipendenza della mano. Se il cavallo affretta o perde equilibrio, l'esercizio deve essere interrotto con la ripetizione di un circolo e, se necessario, con altre figure al galoppo sino a che il cavallo non perde la tensione. Nel corso di questo lavoro, di tanto in tanto deve essere ripresentato all'esercizio senza che questo venga svolto. Non deve essere persa di vista l'esecuzione dei movimenti prima e dopo il salto che sono parte integrante dell'esercizio.

Saltare è dunque indispensabile perché cavallo e cavaliere acquistino confidenza con questo gesto atletico, ma essen-

do un esercizio particolarmente logorante per il cavallo, va amministrato con grande oculatezza. Innanzitutto evitando gli inutili sforzi procurati dall'altezza del salto; ben inteso il cavallo deve avere coscienza dei propri mezzi e deve aver avuto una buona esperienza, sempre improntata alla progressione, delle categorie di concorso che è chiamato ad affrontare. Altro elemento da osservare è la natura del terreno, che deve essere compatto e moderatamente elastico, assolutamente piano, senza buche o avvallamenti. Se vi è un limite di salti nelle gambe del cavallo, non vi è limite al numero di salti che può fare il cavaliere. La possibilità di montare più cavalli soddisfa pienamente queste esigenze; se poi i cavalli hanno una struttura morfologica e gradi di addestramento diversi, ancor meglio: la quantità e la qualità delle esperienze che il cavaliere potrà acquisire saranno più varie e quindi migliori. Debbono essere evitati quei cavalli che, disgustati da esperienze negative, hanno timore del salto e lo accusano come un gesto doloroso o comunque che incute loro paura. Tali soggetti non insegnano nulla, anzi, avviliscono anche il cavaliere più esperto, opponendo alla sua volontà continui rifiuti. Pochi uomini di cavalli hanno l'abilità e la pazienza necessarie per recuperare questi soggetti all'attività atletica. L'esigenza di montare più cavalli diventa necessità quando il giovane che ha sempre montato ponies deve passare all'attività a cavallo. La dinamica dell'uno e dell'altro sono molto diverse, specie nell'esercizio del salto; per tempo dovrà essere programmato il necessario affiatamento con il cavallo, prima che, esaurita la stagione ponies, si debbano affrontare gli impegni agonistici a cavallo. Per ottimizzare lo sforzo atletico del salto il cavallo deve battere ad una distanza dall'ostacolo che gli permetta di superarlo agevolmente, senza acrobazie. La capacità di valutare correttamente una distanza è frutto di una grande sensibilità associata alla comprensione del ritmo e della cadenza del galoppo. Non può essere richiesta a priori, deve essere ricercata dal cavaliere partendo dalla regolarità e dall'equilibrio con i quali il cavallo galoppa tra un salto e l'altro. Le tensioni che innesca una eccessiva preoccupazione della distanza impediscono di ascoltare il cavallo e quindi, col tempo, di saperla valutare. In ogni caso se il cavallo si avvicina al salto, poco impegnato, privo d'impulso, non ci sono le condizioni per poter mettere una buona distanza.

In nessun caso la ricerca della distanza deve far perdere di vista il problema principale: saper aspettare la battuta del cavallo. Sempre a proposito della ricerca della distanza va detto che la battuta non deve essere sempre ricercata nell'area più vicina al salto. Con i cavalli giovani che debbono essere

responsabilizzati e che non debbono saltare ostacoli troppo alti o in certe situazioni in campagna, l'area ottimale di battuta può variare molto da cavallo a cavallo e deve poter essere da questo determinata con una certa autonomia. Anche lo sguardo condiziona i comportamenti del corpo e da segnali che il cavallo percepisce; guardare il piede del salto incita il cavallo ad avvicinarsi, guardare la sommità lo incita a partire più lontano.

Lo svolgimento di un percorso con ostacoli di diversa natura comporta il combinare circoli, diagonali, cambiamenti di direzione, con le variazioni di equilibrio determinate dai singoli salti. Tutto ciò richiede variazioni nell'assetto del cavallo che sempre debbono avvenire in condizione di equilibrio con impulso sempre presente e con precise scelte di direzione. I difetti di esecuzione dei movimenti in piano al galoppo sono poi quelli che generano le difficoltà sui singoli salti. Il cavallo deve poter arrivare al salto diritto per ottimizzare la spinta dei posteriori, deve poterci arrivare in buon equilibrio per ben organizzare la battuta. Vediamo così che una girata mal eseguita con una perdita di flessione, un avvicinamento ad un galoppo traversato, un galoppo disunito, un galoppo sulle spalle contro la mano, sono spesso all'origine di una distanza sbagliata con quel che ne consegue, sia questa una fermata o un abbattimento. E' più facile che il cavaliere in queste condizioni si lamenti di più della sua mancanza di “occhio" che non delle cattive condizioni in cui è stato impostato l'avvicinamento.

Capire che nella giusta cadenza la valutazione della distanza è più facile sia per il cavallo che per il cavaliere è fondamentale. Per questa ragione i primi percorsi non debbono porre problemi al mantenimento di una cadenza regolare; non debbono richiedere girate strette, variazioni di ampiezza, frequenti cambi di galoppo. Quando sarà ben capito il concetto di regolarità, allora la preoccupazione del cavaliere dovrà essere posta sul mantenimento della cadenza in condizioni di difficoltà sempre maggiori e varie.

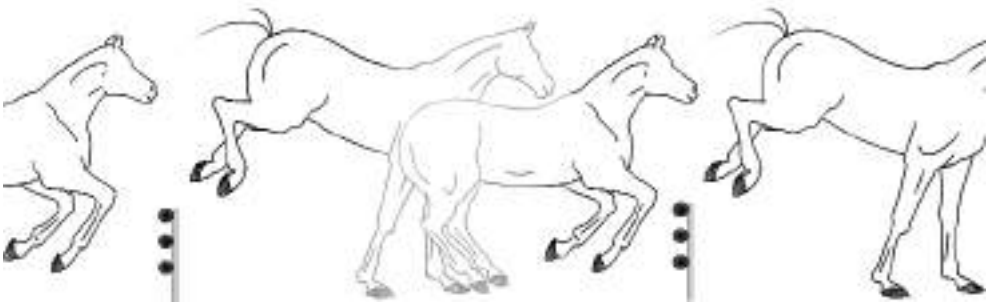
Gli elementi che occorre tener presenti nel cavallo durante l'esecuzione di un percorso debbono essere impulso, equilibrio, direzione. Questi tre elementi sono principalmente compromessi in alcune situazioni di percorso. l'impulso e in parte l'equilibrio nelle girate, l'equilibrio nelle variazioni di ampiezza e nei dislivelli, la direzione ogni qual volta lo spazio di avvicinamento o la fronte dell'ostacolo è ristretta.

Molti cavalieri ritengono sia più facile trovare la giusta distanza di un salto venendo da una dirittura che da una girata stretta; ciò è vero solo se nella girata il cavallo perde impulso o equilibrio, altrimenti, la minor ampiezza delle

falcate ottenuta in girata meglio consente al cavallo di "aggiustare" la battuta. Tanto più ampie sono le falcate, tanto più difficile riesce la correzione. Ciò è facilmente comprensibile e spiega i vantaggi nel montare i ponies in percorso. Anche statisticamente gli ostacoli posti dopo lunghe diritture risultano spesso errorabili. Ovviamente se il cavallo giunge alla battuta ancora in flessione avrà grosse difficoltà ad impiegarsi simmetricamente nella fase propulsiva; quindi, anche in girata, l'ampiezza di questa, quindi la direzione, riveste la massima importanza. In effetti i tre elementi: impulso, equilibrio, direzione, debbono essere sempre presenti. L'aver identificato le situazioni ove è più facile che vengano a mancare non significa che negli altri momenti possano essere ignorati.

Un elemento da non trascurare è lo sguardo che deve essere rivolto nella direzione che deve essere intrapresa con il dovuto anticipo. All'uscita della girata lo sguardo è già rivolto all'ostacolo; sul salto è già rivolto nella direzione del salto successivo. Nella richiesta di un cambio di galoppo su di un salto, se il cavallo si riceve falso o disunito, si eseguirà una transizione al trotto, quindi si riprenderà il galoppo corretto; questa deve diventare un'abitudine anche in esercizi di percorso; perché il cavallo impari a cambiare il suo galoppo senza transizione al trotto occorre un buon equilibrio. Gli esercizi di salto possono essere composti ed integrati e dar vita ad un infinito numero di esercizi il cui solo limite all'allestimento è la fantasia dell'istruttore e il materiale a disposizione. Va da sé che debbono essere rispettate le possibilità biomeccaniche del cavallo, il principio di progressione, e deve essere chiara la finalità.

In particolare l'esecuzione di una serie di esercizi, prima eseguiti separatamente e poi in circuito, è uno dei lavori che meglio preparano al percorso.

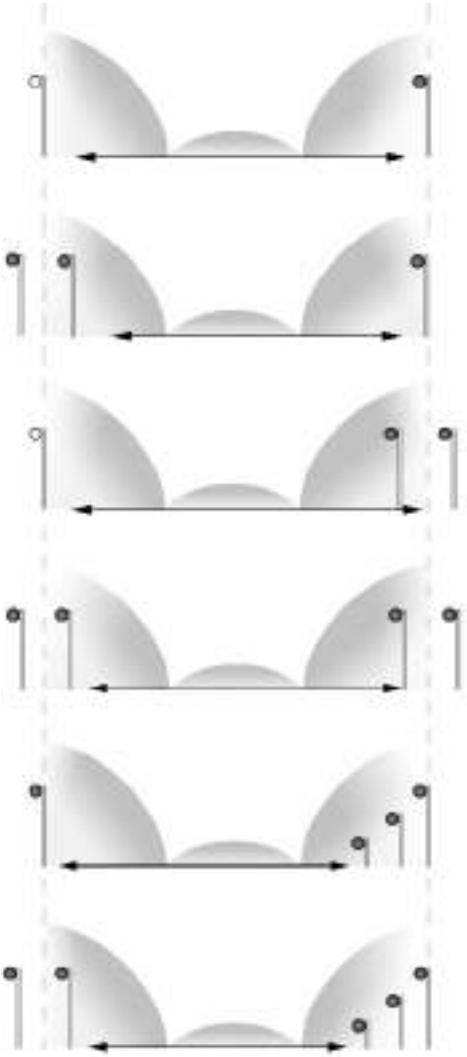


Meccanica di una combinazione "dentro - fuori"

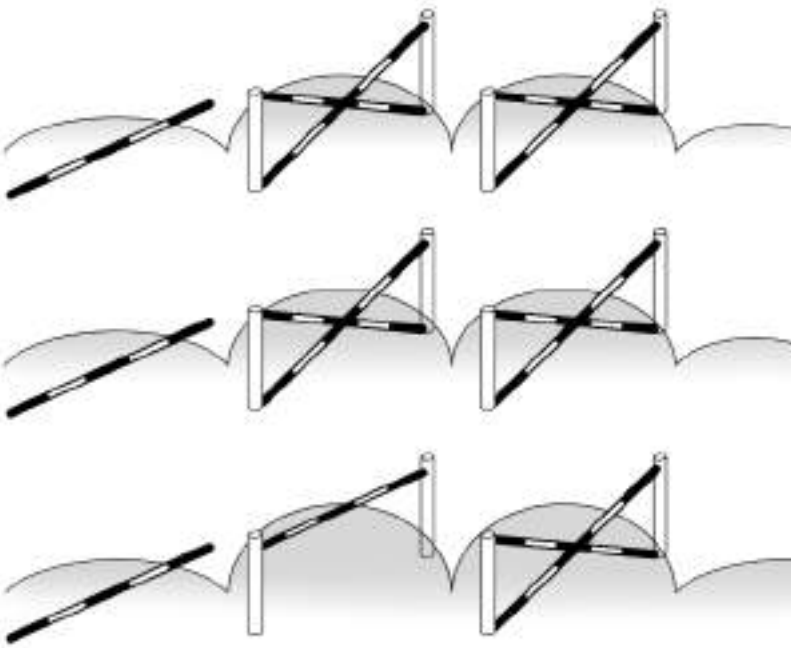
Linee e combinazioni

Nelle linee e ancor di più nelle combinazioni sono valorizzate le doti di equilibrio e le capacità di valutazione della distanza nel cavallo.
L'esercizio su alcune di queste ove sono richieste variazioni di ampiezza nell'andatura richiedono un buon grado di sottomissione e di impulso, ovvero la rispondenza agli aiuti necessaria. Meno falcate di galoppo sono poste tra un salto e l'altro, tanto più diventano importanti queste capacità. Il lavoro su linee e combinazioni è importante, non solo per affrontare le difficoltà del percorso, ma anche come utile ginnastica propedeutica.
In particolare la ginnastica effettuata su combinazioni dentro fuori ha un grande valore atletico. In questo esercizio, dopo la ricezione degli anteriori a cui normalmente segue la fase di sospensione, il posteriore è chiamato rapidamente a terra per imprimere la spinta al salto successivo. Alla ricezione il cavallo si comprime come una molla sugli antenori; a questo movimento partecipano tutte le strutture dell'arto anteriore: tendini, legamenti e muscoli. Viene inoltre sollecitata la struttura muscolare che sorregge il tronco tra le spalle. Tutta la struttura si carica come una molla, distendendosi e contraendosi poi per sollevarsi nell'elevazione successiva, nel tempo di sospensione si inarca

Esame della distanza di combinazioni ad un tempo di galoppo, costruite con diversi tipi di salto

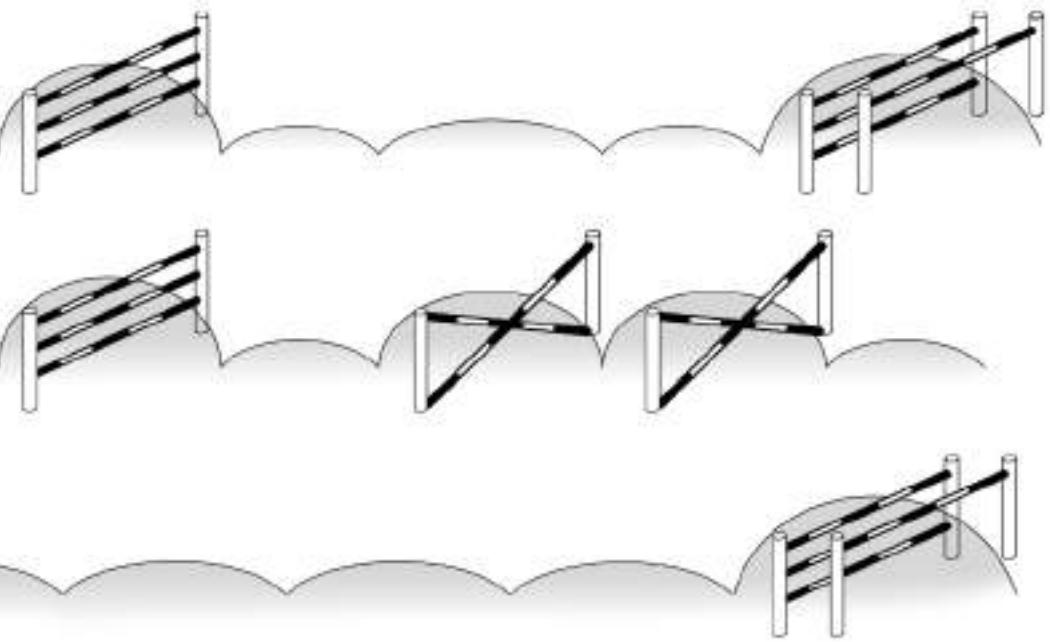


la schiena. Il treno posteriore si impegna sollecitando la cerniera lombo sacrale e flettendo la colonna vertebrale nella posizione toraco lombare.
Tale ginnastica sviluppa lo scatto e l'elasticità dei muscoli preposti all'elevazione del treno anteriore nell'affrontare l'ostacolo, favorendo l'impegno e la flessione della colonna vertebrale e dell'articolazione dell'anca. Il ritmo dei movimenti stimola il coordinamento e la sincronia, grazie ad un impegno armonico e ripetitivo che non sovraccarica eccessivamente le strutture articolari come accade nei salti di altezza elevata. Le distanze che si pongono negli intervalli dentro e fuori determinano il grado di difficoltà dell'esercizio. La quantità degli elementi in serie sono l'altro elemento che concorre a determinare la difficoltà con l'altezza dei salti, ovviamente, che non deve mai essere eccessiva quando si utilizza l'esercizio come ginnastica.
Altro discorso è quello che riguarda le combinazioni ad uno o due tempi: tali combinazioni possono essere poste a distanze variabili per ginnasticare il cavallo ad aumentare o diminuire l'ampiezza della falcata o delle falcate di galoppo che costituiscono l'intervallo tra i due salti. Gli elementi da considerare, oltre a quanto già è stato detto



Esempio di alcune ginnastiche di salto con ingresso al trotto o galoppo

sulle tipologie di ostacoli, sono: che la falcata di galoppo dopo la ricezione tende ad accorciarsi per l'effetto dinamico determinato dall'impatto al terreno dopo la parabola; con l'aumento dell'altezza dell'ostacolo la falcata dopo la ricezione si accorcia ulteriormente. Nel caso poi l'ingresso sia effettuato al trotto, la parabola ha minor ampiezza, pertanto la ricezione è più vicina al salto; quando la prima di una serie di combinazioni è dentro fuori, la meccanica di esecuzione di quest'ultimo tende ad accorciare la falcata successiva. Da quanto osservato risulta evidente che la distanza tra i due o più elementi di una combinazione può variare grandemente a seconda dell'esercizio che si intende proporre; tuttavia alcuni elementi devono essere sempre tenuti presenti: la costruzione dei salti che compongono la combinazione, l'ampiezza della falcata che si intende ottenere, la natura del terreno, la disposizione della combinazione. La costruzione di esercizi di salto in linea o in combinazione deve essere adeguata al livello tecnico del cavallo e del cavaliere, non è quindi possibile indicare misure per le distanze tra gli ostacoli che non tengano conto della finalità dell'esercizio, sommando l'area di ricezione con l'ampiezza delle falcate



richiesta per il numero delle falcate, sommando poi l'area di battuta, si potrà ottenere la misura corretta.
Pretendere da un cavallo sopra la mano, che galoppa a schiena bassa, un esercizio che gli richiede un galoppo riunito con distanze molto corte è un tragico errore. L'esercizio che è stato svolto con facilità dal cavaliere famoso con cavalli ben preparati, si trasformerà in una trappola per il cavallo impreparato. Non creerà nessun miglioramento, ma proprio perché inadeguato farà perdere la fiducia nei pochi mezzi che il cavallo possiede.
Per quanto riguarda le linee, sebbene tutto quanto sino a qui detto abbia piena validità, si devono considerare i seguenti elementi. La distanza tra i salti, che costituisce una linea, quanto più è corta, tanto meno consente una differente interpretazione.
In altro caso la linea è interpretabile regolando l'ampiezza della falcata del galoppo così da porre più tempi o meno tempi. L'impostazione della linea è preferibile avvenga nell'avvicinamento del primo elemento: solo nei casi di linee molto lunghe, possono essere fatti interventi sull'ampiezza della falcata dopo la ricezione del primo elemento, purché gli interventi non vadano a disturbare l'equilibrio del cavallo. Va da se che l'identificare i tempi di galoppo su linee superiori ai 20 m. è più un conforto per il cavaliere, che altro; un cavallo ben equilibrato e non disturbato dal cavaliere sceglierà responsabilmente la soluzione migliore. Il cavallo deresponsabilizzato al primo errore del cavaliere si troverà in difficoltà.
Un discorso a parte meritano le linee spezzate; se la scelta operata su di una linea in dirittura, per ottenere una buona esecuzione prende in considerazione la cadenza in una ampiezza adeguata della falcata, nella linea spezzata, oltre a questi elementi, deve essere preso in esame il tracciato più idoneo.
Il che significa che il cavaliere è responsabilizzato nella scelta della direzione, nella scelta del galoppo al quale riceversi, nel garantire che la flessione richiesta avvenga in equilibrio.
In nessun caso deve essere frainteso l'impulso con la velocità o con l'ampiezza: il primo deve essere sempre presente, anche in assenza delle altre. La tonica rilassatezza del cavaliere permette di stemperare molte tensioni presenti nel cavallo.
Negli esercizi al galoppo non preceduti da barriere a terra, l'avvicinamento e la battuta rivestono un'importanza fondamentale per la corretta esecuzione di una linea, così come il primo tempo dopo la ricezione dal primo salto, dall'equilibrio di questa falcata di galoppo e di conseguenza dall'insieme del cavaliere in questa fase, dipendono le possibilità di contenere od aumentare le successive falcate.

13. Saltare in campagna

Primi salti

Le prime esperienze in campagna devono essere fatte nelle migliori condizioni di sicurezza per il cavaliere e per il cavallo. Il cavaliere dovrà sostituire all'abituale cap un casco rigido e indossare un giubbotto protettivo per la schiena, il cavallo dovrà avere le opportune protezioni. Se nel comune lavoro di salto in maneggio possono bastare stinchiere anteriori e paranocche e nel lavoro in piano le sole fasce, per la campagna è preferibile che siano usate stinchiere anteriori e posteriori, con un buon rinforzo protettivo nell'area mediale, paraglomi, anche per quei soggetti che non si raggiungono. L'imboccatura deve essere gradita dal cavallo, il quale deve essere ad essa rispondente. E' preferibile che due sole redini colleghino le mani alla bocca. Il collare della martingala deve essere agganciato alle cambre della sella e la sella è meglio abbia una sassinga. La presenza della martingala può essere d'aiuto al cavaliere che vede il suo equilibrio compromesso e che ad essa può attaccarsi, evitando strattoni sulle redini. I primi salti in campagna debbono essere semplici salti in piano. Il cavallo in campagna deve trovare equilibrio da sé; ovviamente questa spontanea ricerca non deve essere contrastata dal cavaliere.

Le difficoltà in campagna sono maggiormente determinate dalla natura del terreno, dislivelli, acqua, ampie distanze, che non dalle dimensioni dei salti.

Ovviamente queste moltiplicano le difficoltà: in una fase addestrativa non vanno mai usate le massime altezze. Con molta parsimonia saranno utilizzate nell'allenamento.

Devono essere tenute in considerazione le difficoltà che una configurazione varia del terreno comporta.

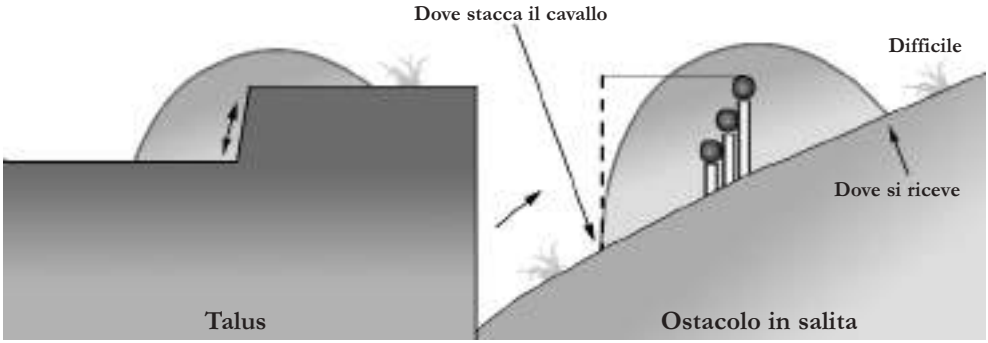
La campagna è così varia da presentare sempre situazioni diverse che, pur rispettando i principi generali, introducono continue variabili.

L'esperienza personale in campagna è imprescindibile per una corretta valutazione delle difficoltà. E tale principio deve essere esteso all'istruzione. Un fosso anteposto ad un talus a salire può indicare meglio la battuta ed essere così un elemento che facilita il salto, se buio e profondo, può essere un elemento di distrazione. Gli ostacoli sormontati da un tettuccio, gli archi e ancor di più i buchi (insegne, tane di scoiattoli, bandiere), tendono ad appiattire la parabola che già presenta una battuta tendenzialmente vicina al salto. L'ostacolo non presenta di per sé che la difficoltà della base da superare, la complicazione superiore è di natura psicologica: se cavallo e cavaliere conoscono questo tipo di salto, questo non porrà alcun problema. Cavalli e cavalieri debbono poter lavorare in palestre differenti,

affrontando i diversi tipi di ostacoli che si saltano in campagna; saltare gli stessi salti negli stessi posti non fa fare esperienza al cavallo, lo riduce alla noia.
L'elemento principale da osservare nell'allievo è la solidità in sella che, se accompagnata da un buon insieme, rende tutto facile. Il cavaliere deve imparare ad assorbire con il suo assetto le eventuali rimesse, seguendo il cavallo senza mai precederlo. Anche la fermata deve essere assorbita ed, in alcuni casi, accettata, come quando è immediatamente seguita da un salto, fatto che si può verificare nei salti a scendere. Il cavallo non deve andare a saltare minacciato dal cavaliere in situazioni avventurose. La staffatura da impiegarsi in questi esercizi deve essere l'abituale staffatura da salto o poco più corta. Gli ostacoli debbono essere sempre pieni e invitanti e nella sommità non devono presentare spigoli vivi.

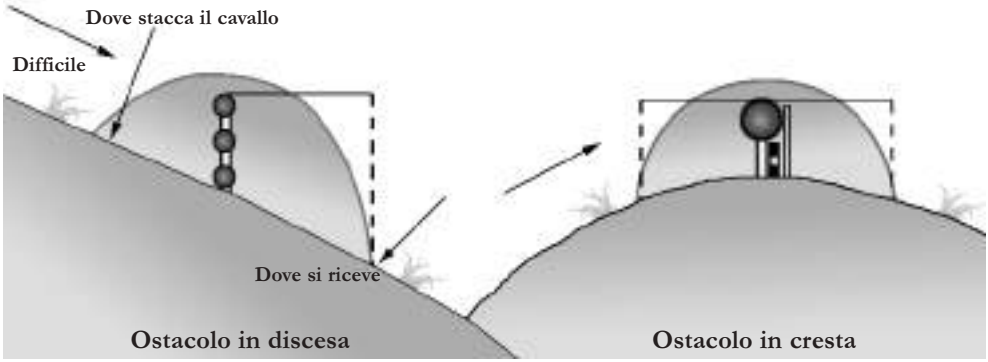
Salti in dislivello

Prima di affrontare il tema dei salti in dislivello, è opportuno esaminare le diverse situazioni dinamiche che il dislivello comporta.
Nella salita come nella discesa esistono condizioni di maggior sforzo dovute ad un maggiore effetto della forza gravitazionale. In salita la massa è spinta dalla forza di gravità in senso contrario al movimento, in discesa nel senso del movimento. La massa respinta comporta uno sforzo per proiettare in avanti il baricentro e consentire così l'avanzamento; la massa sospinta comporta uno sforzo che si oppone ad un eccessivo spostamento avanti del baricentro con relativa perdita dell'equilibrio.
E' ovvio che il grado di pendenza incide in modo determinante sugli effetti sopra descritti. Il grado di pendenza determina altresì una riduzione della leva estensibile del posteriore (articolazione



coxo femorale) e di conseguenza una maggior compressione dei bracci di leva sovrapposti (articolazioni della grassella e del garretto). Il posteriore deve grandemente impegnarsi sotto la massa in salita per poterla spingere in avanti, in discesa per evitare uno squilibrio in avanti, ciò è possibile grazie alla flessione della colonna vertebrale nella regione lombare. L'abbassamento delle anche che ne consegue, associato ai fattori meccanici elencati, comporta una riduzione di ampiezza della falcata. Il carico maggiore sulle strutture tendinee e muscolari del treno anteriore avviene nelle discese, ma in presenza di ripide salite il treno anteriore deve avere la piena agilità delle leve articolari sovrapposte. Da quanto sin qui detto risulta chiaro il comportamento che il cavaliere deve assumere in queste situazioni. Il busto avanza nelle salite seguendo il baricentro proiettato in avanti; l'inforcatura discende e resiste alla forza di gravità. Il busto arretra nelle discese iutando così il recupero dell'equilibrio, l'inforcatura discende, ma non acconsente intieramente alla forza di gravità perché, attraverso l'ancoraggio della gamba al costato, deve permettere la gestione del busto. In entrambi i casi la schiena del cavallo non deve essere appesantita dal cavaliere, anche quando in discese molto ripide le natiche sfiorano la sella. Le variazioni di equilibrio richiedono la massima libertà dell'incollatura pertanto, in una situazione di crisi, non potendo garantire la completa libertà mantenendo il contatto, è bene abbandonare quest'ultimo.

Un altro elemento da considerare a proposito dei dislivelli è l'incidenza che questi hanno sul meccanismo della respirazione. Il risparmio energetico procurato dall'azione del pendolo viscerale cessa ogni qualvolta cambia il ritmo del galoppo e in relazione al grado di pendenza per effetto della forza di gravità che impedisce il moto inerziale. Nelle salite l'intervento del diaframma e

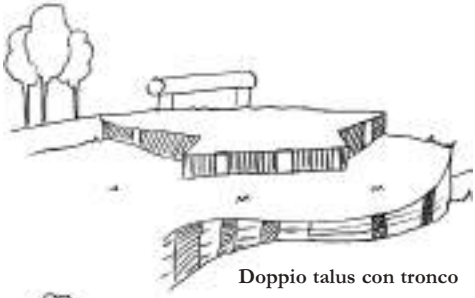


dei muscoli intercostali è indispensabile per l'espirazione; nelle discese sarà più faticosa la fase di inspirazione. Nelle discese le ragioni di conservazione dell'equilibrio inducono a ridurre la velocità, nelle salite è lo sforzo a comportare una riduzione di velocità. Il cavaliere ha il compito di assecondare queste scelte, anche programmandole, in base alla difficoltà del dislivello, ma nel contempo ha il dovere di garantire l'impulso necessario ad affrontare il salto posto in queste situazioni. La gamba dovrà essere presente e attiva specie nella fase che precede il salto. Di fronte ad una lunga salita dovrà evitare che il cavallo si avventi nella fase iniziale, conservando energie per l'ultima parte. Dovrà ridurre per tempo il galoppo, prima di una discesa che, se ripida, potrebbe essere opportuno affrontare anche al trotto, perché pochi saranno gli interventi possibili nella fase di avvicinamento al salto.

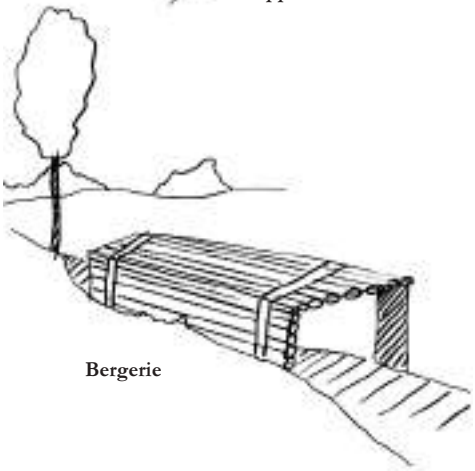
Tra i salti in dislivello, possiamo distinguere i salti a scendere o a salire e i salti in discesa o in salita.

Nel primo caso, siano questi talus, gradini, banchine, tagli di collina, si verifica un dimezzamento della parabola di un salto in piano, se a scendere si svolgerà la sola fase discendente, se a salire, la sola fase ascendente, se il gradino è sormontato da un tronco si aggiungerà la fase mancante in relazione all'altezza del tronco.

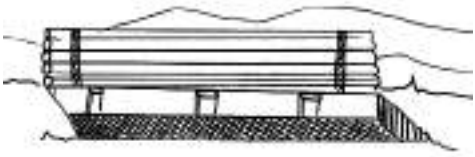
Alcuni salti in campagna



Doppio talus con tronco

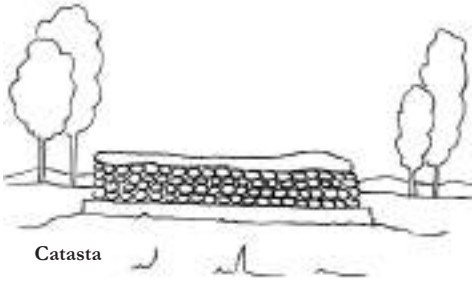


Bergerie



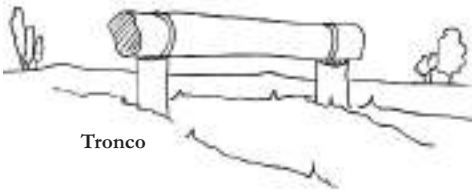
Fossa con palizzata

Alcuni salti in campagna



Catasta

Zig zag sul fosso



Tronco

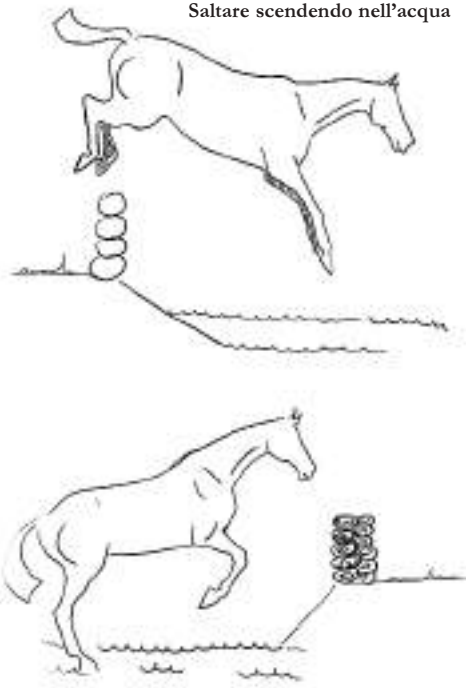
Nei salti in discesa risulta essere minore l'ampiezza della fase ascendente e maggiore quella della fase discendente, viceversa nei salti in salita. Da quanto analizzato si desume che in un salto a salire, mentre la meccanica della battuta è del tutto simile a quella di un salto in piano, la ricezione richiede una grande agilità del treno anteriore e una rapida capacità di raccolta del treno posteriore, l'avanzamento è notevolmente ridotto dall'impatto della ricezione. Una battuta molto vicina al salto rende più complessa l'esecuzione, per contro una partenza abbondante allontana l'area di ricezione. In un salto a scendere non vi è la necessità di una vera e propria battuta, la spinta del posteriore è necessaria perché la massa sia spostata in avanti; se l'azione propulsiva sposta eccessivamente in alto la parabola, vi è un inutile spreco di energie e un maggior logoramento nella ricezione; qualora la massa non fosse sufficientemente portata in avanti, il treno posteriore sarebbe in difficoltà nel raccogliersi e distendersi per riguadagnare terreno alla nuova quota. L'ampiezza delle falcate nell'avvicinamento non deve essere eccessiva per favorire al meglio il distacco dal terrapieno.

Nei salti in salita una battuta troppo lontana dal salto aumenta lo sforzo di una fase ascendente già ampia; è bene avvicinarsi al salto con falcate corte ed il posteriore ben impegnato. Nei salti in

discesa la fase critica è l'elevazione del treno anteriore una battuta molto vicina aumenta le difficoltà, specie sulle pendenze più accentuate; per contro una partenza lontana dal salto allunga la fase discendente, aumentando l'altezza da cui si giunge alla ricezione. Una marcata ampiezza della falcata in avvicinamento, con il relativo spostamento in avanti del baricentro, può rendere difficile la battuta.
Esistono situazioni in cui si combinano pendenze e contro pendenze, dando vita a particolari configurazioni del terreno. Sono salti complessi che comportano rapide variazioni di assetto e precisione nella battuta nel cavallo come nel cavaliere. Valgono i principi generali sopra esposti, ma i problemi che si possono presentare sono infiniti ed ognuno presenta soluzioni diverse. Per queste ragioni non può essere interamente affidata al cavaliere la responsabilità dell'avvicinamento. Il cavaliere imposterà la velocità ed il cavallo, con la sua capacità atletica, imposterà il salto. In campagna l'affiatamento e l'equa ripartizione delle responsabilità è un fattore essenziale. Il rischio maggiore che corre l'assetto del cavaliere nei salti in salita è quello di rimanere in ritardo. In discesa: di portare troppo avanti il busto nella parabola, ricadendo sulle spalle del cavallo. Nei salti a salire, come in quelli a scendere, in nessun caso il busto deve avere slanci in avanti.

Salti nell'acqua

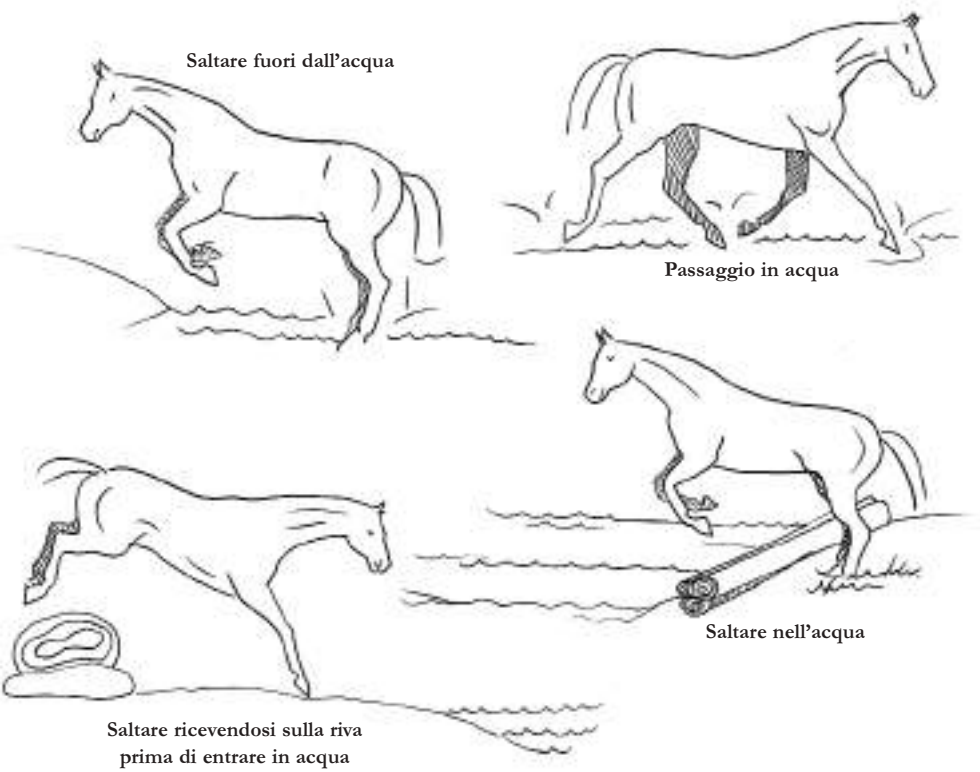
Al di là della naturale diffidenza nei confronti di un elemento mobile che non permette di valutare la consistenza del terreno, le difficoltà che il cavallo incontra non sono solo di natura psicologica, ma anche di natura meccanica. L'impatto con l'acqua produce un effetto frenante che riduce l'agilità e la sicurezza di appoggio degli anteriori, allorché, dopo la ricezione, debbono levarsi



Saltare scendendo nell'acqua

Saltare salendo dall'acqua

nella fase di sospensione. Un centro di gravità notevolmente avanzato come accade in una parabola molto ampia, associato a questa resistenza, può far perdere irreparabilmente l'equilibrio.
Nella battuta, si manifesta una difficoltà di elevazione del treno anteriore. La resistenza è proporzionale al livello dell'acqua; tale livello può essere al massimo di cm. 50, ma è preferibile identificare dei punti ove l'acqua sia meno alta. Per queste ragioni la velocità a cui deve essere fatto l'avvicinamento non deve essere sostenuta. In nessun modo il cavaliere deve cadere sulle spalle del cavallo e non dovrà forzare l'ampiezza delle falcate in acqua.
Un salto effettuato ad uscire dall'acqua è più semplice di un salto ad entrare in acqua, ma un talus ad entrare in acqua si può presentare più facile di un talus ad uscire, per la forza frenante dell'acqua e per gli schizzi d'acqua che possono ingannare la vista del cavallo.



Saltare fuori dall'acqua

Passaggio in acqua

Saltare nell'acqua

Saltare ricevendosi sulla riva prima di entrare in acqua

Velocità

Aumentando la velocità, aumenta la fatica e gli equilibri sono maggiormente compromessi. La capacità di mantenere velocità sostenute per un lungo periodo è una qualità che deve essere creata nel cavallo con l'allenamento. Il cavaliere deve saper riconoscere la velocità e la cadenza in cui questa si esprime al meglio e con il minor sforzo, e ciò lo deve saper fare prima di iniziare un allenamento specifico. Nel galoppo veloce non vi possono essere repentini mutamenti di direzione, lo spazio o la pista deve quindi avere curve molto ampie in tutto simili a quelle degli ippodromi; il terreno deve essere ottimo, soffice e nel contempo compatto, mai molle, pesante o duro. A velocità sostenute, quelle superiori a m. 550 al minuto, la flessione longitudinale della colonna vertebrale è molto accentuata ed il baricentro è proiettato in avanti. Una staffatura più corta dell'abituale staffatura da salto, permetterà al cavaliere di non incontrare la schiena del cavallo nella fase di raccolta del posteriore, potrà così posizionare il proprio baricentro vicino a quello del cavallo per mezzo di accentuati angoli articolari. Può essere un'utile esperienza utilizzare una sella da corsa, purché questa abbia misure idonee all'altezza del cavaliere. Saltando in velocità, il cavaliere deve eliminare qualsiasi tentazione di intervento, mantenere un preciso contatto, sul quale riceverà un costante appoggio, mantenere la massima aderenza nei due punti di contatto con il cavallo. Gli ostacoli che possono essere affrontati ad alta velocità sono molto invitanti o sfrondabili come sono le siepi.

Occorre stimolare la sensibilità del cavaliere per riconoscere la velocità: in un tracciato ben definito possono essere eseguite prove a cronometro. Misurato il tratto a disposizione si può ricavare il tempo necessario a percorrerlo ad una velocità prestabilita. Stabilito il tempo, il cavaliere che ha percorso il tracciato in minor tempo saprà di essere andato troppo veloce, chi avrà impiegato più tempo saprà di essere stato troppo lento.

Per aumentare la velocità del galoppo,il cavallo ben allenato, inizialmente, rende più ampie, il più possibile, le falcate di galoppo, ma incitato ad aumentare ulteriormente la velocità, non ha altra possibilità che aumentare la frequenza delle falcate. Ciò non permette più l'applicazione del meccanismo del pendolo viscerale; gli atti respiratori, non più sincroni alle falcate di galoppo, necessitano dell'attività del diaframma, aumenta la fatica, lo sforzo diventa di carattere anaerobico.

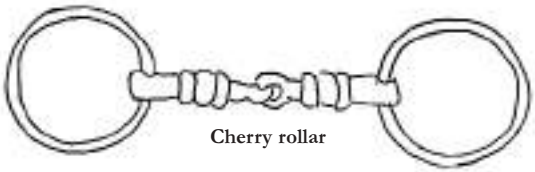
Il cavallo impegnato in corse a velocità molto sostenute necessità dunque di un allenamento specifico che sviluppi la resistenza lattacida.

14. La bardatura

Imboccature

Le imboccature debbono essere scelte in base alle necessità del cavallo e, in caso di attività agonistica, in base ai regolamenti che ne limitano l'uso. La conoscenza degli effetti delle imboccature consente di operare la scelta più opportuna.
Schematizziamo i principali effetti che queste svolgono. Innanzitutto si devono separare le due grandi famiglie dei morsi e dei filetti.
Il morso munito di aste e barbozzale agisce come una leva di 2° genere, dove la resistenza si trova esercitata dal cannone sulle barre, tra la forza esercitata dalla mano del cavaliere per mezzo delle redini, applicate all'estremità inferiore della leva, ed il fulcro, localizzato all'estremo opposto della leva. Tale meccanismo moltiplica l'effetto dell'azione della mano e agisce su un piano tendenzialmente verticale, dall'alto verso il basso. Le aste possono essere saldate al cannone oppure mobili (a pompa). Il barbozzale può essere costituito da una catenella, una cinghia di cuoio o una catenella ricoperta da una guaina di gomma.
Le imboccature a leva senza barbozzale risultano meno forti, anche se è fondamentale considerare la lunghezza della leva, per stabilire il fattore di moltiplicazione della forza di trazione diretta.
Ad alcuni morsi (pelham) possono essere applicate due redini: una che agisce direttamente agganciata all'anello del cannone, l'altra agganciata alla leva. Attraverso un ponte di cuoio che collega l'anello del cannone con la guardia dell'asta, può essere usata una sola redine, riducendo considerevolmente l'azione di leva stessa.
Il filetto è costituito da un ferro posto all'interno della bocca, chiamato cannone, collegato alle redini e alla testiera da anelli laterali. Il cannone può agire sulla connessura delle labbra o sulle barre, secondo l'atteggiamento del cavallo e l'azione della mano del cavaliere.
Altra possibile distinzione è sulla forma del cannone: i cannoni snodati con uno o più snodi favoriscono la mobilità dell'imboccatura in bocca. Favoriscono così la masticazione e con questa la decontrazione del massetere. Giochi, fori, abbassalingua contrastano il ritrarsi della lingua o il passaggio della stessa sopra l'imboccatura. Tali vizi inducono alla rigidità la mandibola. Il cannone rigido ha meno mobilità. Se il cannone rigido ha una conformazione detta a collo d'oca, la sua azione è maggiormente efficace sulle barre e meno distribuita sulla lingua in ragione dell'amplezza del collo d'oca. Le dimensioni del cannone incidono sull'efficacia della sua azione: quanto più è piccolo il diametro, tanto più è efficace, tanto più è largo, tanto più è gradevole, con gli

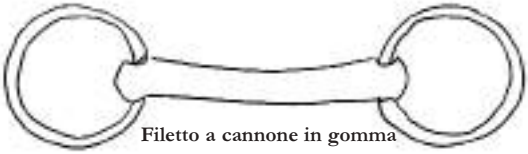
Vari filetti



Cherry rollar

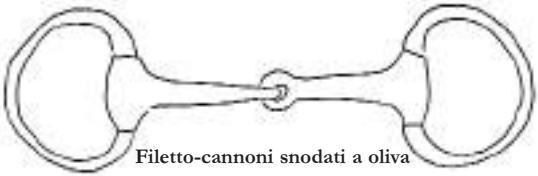
Filetto a cannone spezzato in tre

Filetto a torciglione



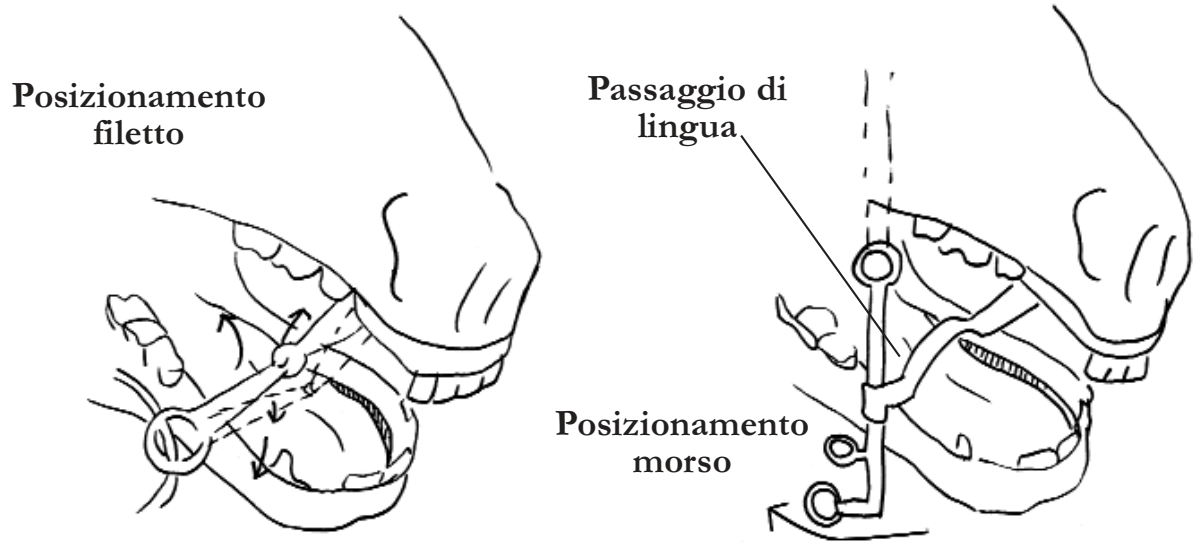
Filetto a cannone in gomma

Filetto-cannoni snodati a "D"



Filetto-cannoni snodati a oliva

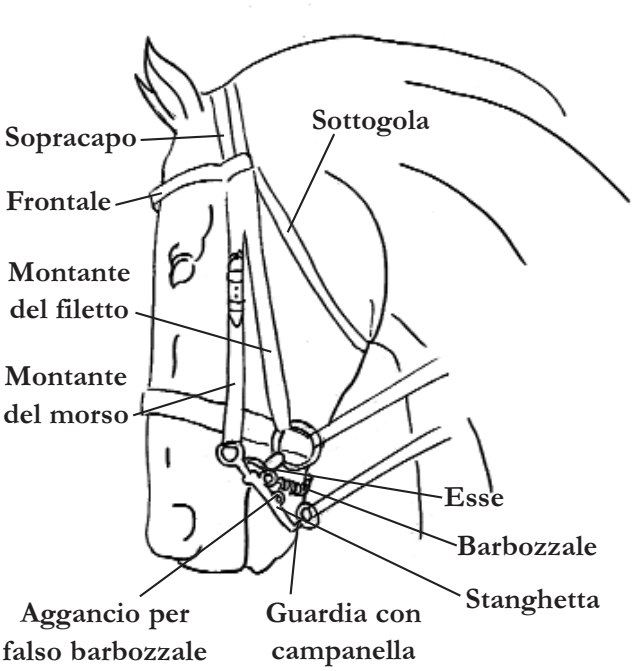
ovvi limiti morfologici, anche se dimensioni eccessive non favoriscono la masticazione.
Altra distinzione che si può operare è quella stabilita dai materiali impiegati per la fabbricazione delle imboccature: l'acciaio è il più comune, ma possono essere ricoperte di cuoio; in tal caso il loro effetto è più morbido.
Altri materiali morbidi possono essere considerati la gomma e il lattice; un discorso a parte merita l'associazione di rame e ferro: tale associazione di metalli, a contatto con la saliva, produce un piccolo processo di elettrolisi che stimola nel cavallo la masticazione e l'attenzione all'imboccatura.
Sono infine da considerare gli anelli per quanto riguarda i filetti; questi possono essere ad olive, classici, oppure a D o con le aste. Questi ultimi riducono lo scorrimento ed hanno un'efficacia esterna sulla bocca nella richiesta di flessione dell'incollatura. Possono anche essere applicate delle rosette in gomma che in parte contribuiscono all'azione sopra descritta ed evitano che l'anello scorrevole possa pizzicare le labbra.
La corretta applicazione dell'imboccatura, associata al corretto posizionamento della capezzina, può migliorare l'accettazione dell'imboccatura e la rispondenza del cavallo: in particolare, l'utilizzo del chiudibocca mantiene più composta l'imboccatura, riduce la ritrazione della lingua; per contro con alcuni grossi cannoni non favorisce la masticazione.
La scelta dell'imboccatura e il suo posizionamento non devono rispondere solo ad esigenze di controllo, ma nella debita rispondenza, considerare la massima decontrazione del massetere, dimostrata da una contenuta masticazione e da una salivazione costante. La rigidità dei muscoli della mandibola trasmetterebbe rigidità a tutta la muscolatura della schiena con gravi conseguenze sul

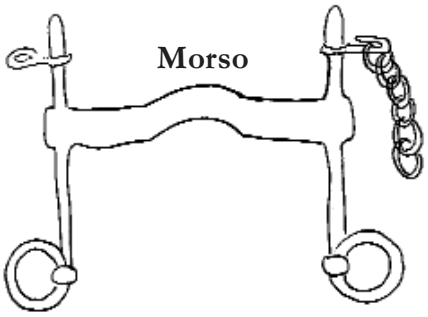


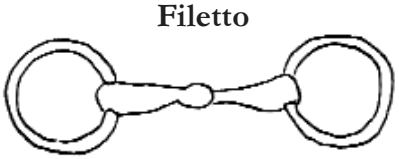
movimento. Quando l'ardire e la nevrilità di alcuni cavalli richiede sistemi di controllo molto incisivi, si deve essere in presenza di un'ottima mano del cavaliere che permetta di produrre effetti di contenimento mai prolungati e che quindi non vadano ad incidere sulla necessaria elasticità muscolare.
In particolare due sistemi che non hanno trovato collocazione nella schedatura fatta sono da considerarsi particolarmente complessi: quegli strumenti che grazie ad un sistema di leva agiscono sul dorso del naso (Hackmore) e il filetto elevatore. L'azione dei primi, in ragione della lunghezza dei bracci di leva e dell'intervento inopportuno, può creare rigidità alla muscolatura dell'incollatura, con il conseguente abbassamento della schiena; il secondo opera sulle connessure labiali per mezzo di montanti a scorrimento, direttamente collegati al sopracapo e alle redini; si attua così una azione verticale dal basso verso l'alto, ma anche orizzontale dal davanti all'indietro.
Un'azione forte ottiene una somma di rigidità che coinvolgono mandibola, nuca e incollatura.
In nessun caso deve essere fraintesa la funzione dell'imboccatura: essa non può nascondere mancanze, risolvere difetti dell'equilibrio del cavallo o del grado di sottomissione raggiunto. Insomma non può sostituire o accelerare il lavoro di addestramento.

La briglia

Ogni cavaliere esperto deve saper usare la briglia composta da morso e filetto. Essendo un'imboccatura complessa, il suo uso deve essere introdotto quando almeno c'è la capacità di gestire un contatto costante.
Il filetto snodato di piccole dimensioni è







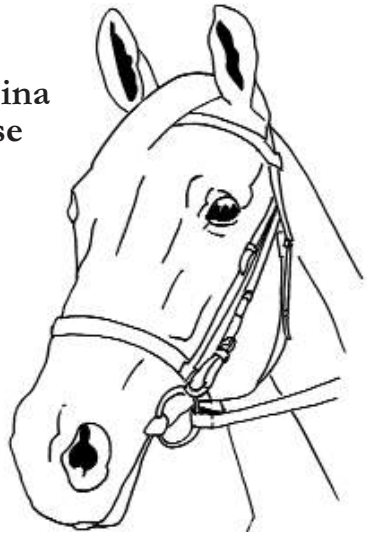
posizionato alla connessura delle labbra; il morso è sistemato sotto il filetto con il quale è in leggero contatto a due dita circa dai cantoni o a un dito dagli scaglioni; la catenella del barbozzale deve essere appoggiata piatta alla barbozza, consentendo alle aste di disegnare un angolo di 45° con la bocca del cavallo quando le redini sono in tensione. La redine del filetto è impugnata in posizione esterna, la redine del morso in posizione interna, così che il primo contatto sia con la redine del filetto e basti una piccola rotazione del polso per trasferire il contatto sulla redine del morso.

Con chiudibocca

Le capezzine

La funzione delle capezzine è quella di limitare la possibilità del cavallo di aprire la bocca creando problemi ad un giu-

Capezzina tedesca



Capezzina inglese

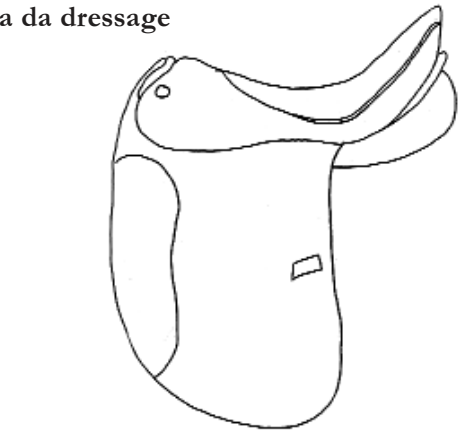
Capezzina messicana

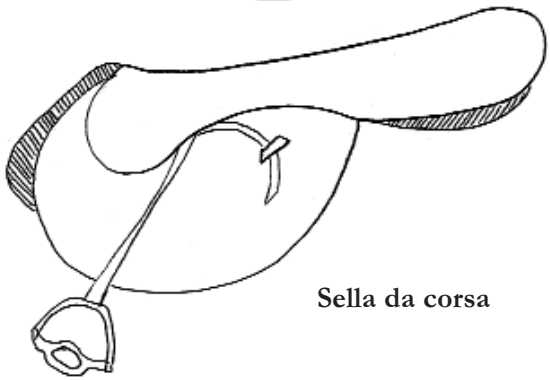
sto impiego dell'imboccatura. Vi sono dei modelli con chiudibocca, quali la messicana, la tedesca con barbozzale che riducono considerevolmente la possibilità di aprire la bocca, altre; come l'inglese, notevolmente di meno. In ogni caso, nel posizionamento bisognerà avere cura che nella parte frontale o meglio, naserina, la capezzina poggi sull'osso frontale, senza chiudere le narici e senza passare troppo vicina all'imboccatura, onde evitare spiacevoli pizzicotti alle connessure labiali.
Nel caso avesse il chiudibocca il ganascino dovrà essere ben fissato. Deve essere posizionata due dita sotto lo zigomo. In nessun caso deve impedire del tutto la masticazione od essere ragione di fastidio. Divaricare la bocca è certamente un segno di insofferenza e prima di usare un chiudibocca andrebbe ricercata la ragione del problema.

La sella

Una sella ben costruita, di giusta misura, bilanciata è molto importante per favorire la ricerca di un buon assetto e nel contempo preserva la schiena del cavallo da inutili dolori. Deve avere un arco anteriore alto che non dia noia al garrese, una buona imbottitura dei cuscini che consenta di avere il punto più basso nel seggio, la lunghezza dei quartieri proporzionata alla lunghezza della coscia. Il punto più basso troppo arretrato, carica peso sulle reni e porta la gamba del cavaliere avanti. Ogni specialità, in ragione della diversa posizione che richiede ha una sua sella.
E' importante che gli staffili siano in buono stato di conservazione; gli intervalli dei buchi regolari favoriscono la ricerca di una buona staffatura. I riscontri eccessivamente lunghi e svolazzanti possono disturbare, meglio tagliarli. Controllare che siano ben agganciati alla sella.
Le staffe debbono essere larghe e pesanti in modo che sfuggano al piede in caso di caduta. La panca non deve essere sdrucciolevole.

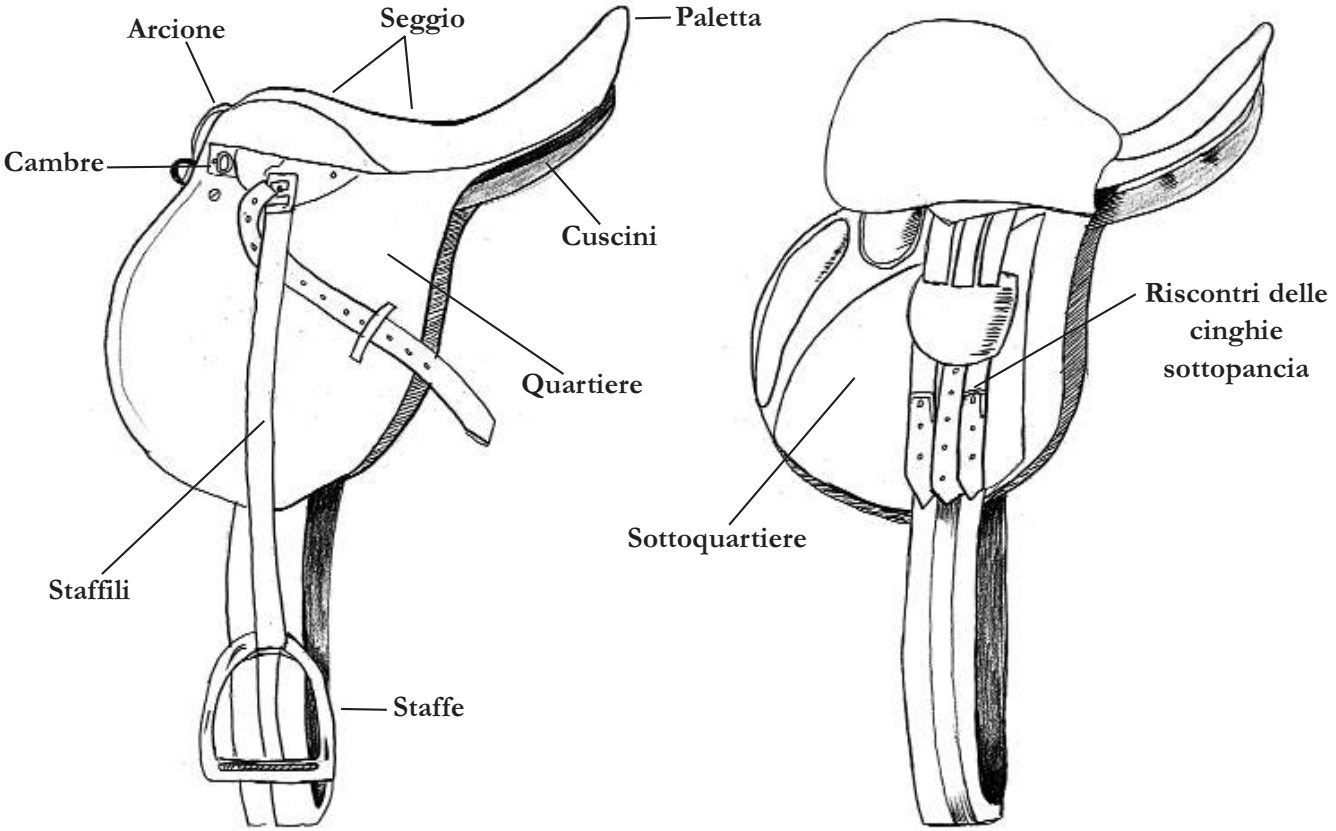
Sella da dressage





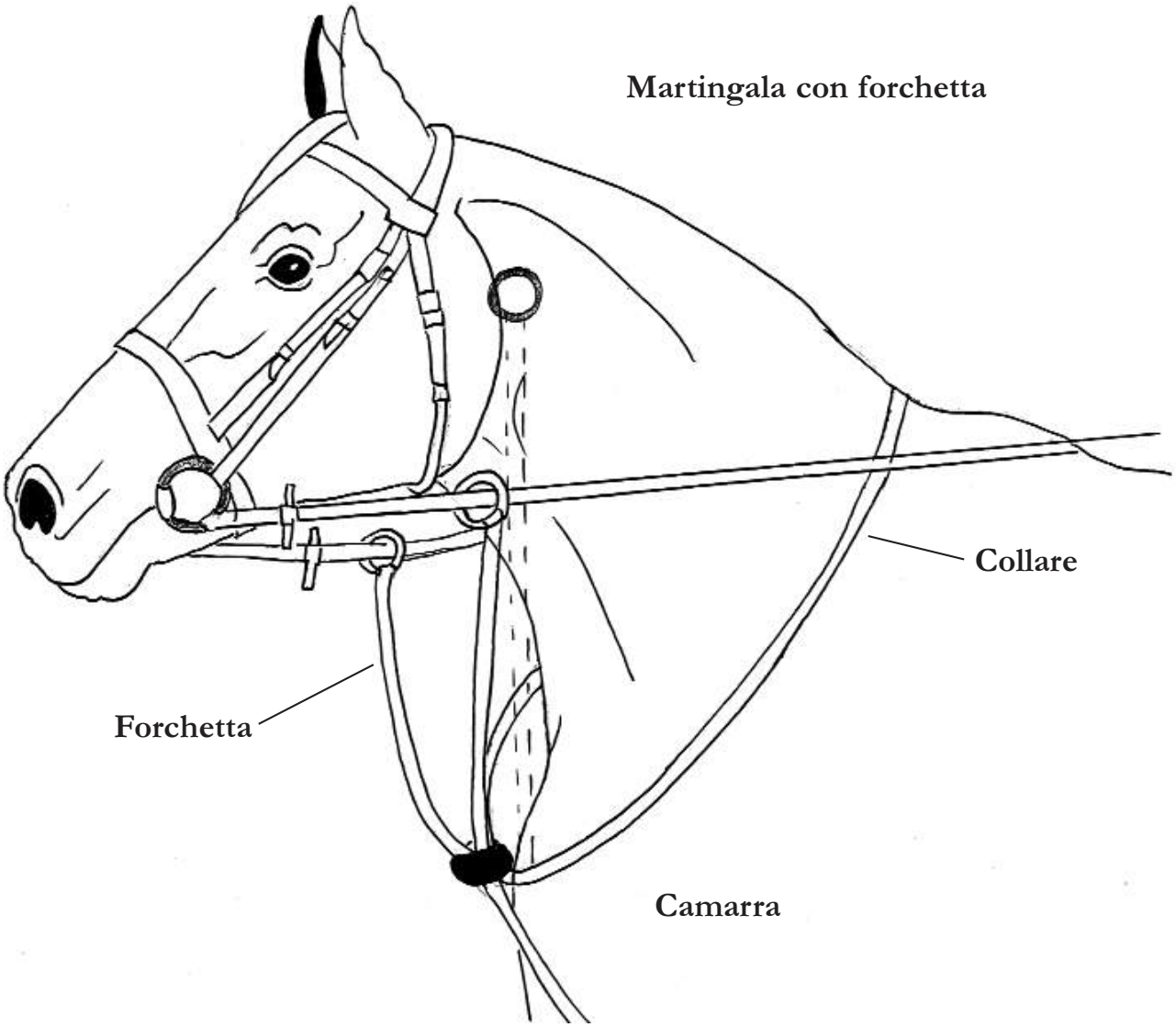
Sella da corsa

Il sottosella serve a proteggere il cuoio della sella dal sudore del cavallo, se morbido od associato a spessori anatomici può ridurre e distribuire la compressione provocata dal peso sul dorso del cavallo.
Il sottosella, morbido e pulito, non deve formare pieghe sotto alla sella e non deve essere a contatto con il garrese.
E' necessario controllare che la cinghia sottopancia sia ben posizionata e stretta in modo che non provochi fiaccature, soprattutto quelle di tela che possono avere bordi taglienti. Preferibili a questi sono i sottopancia in cuoio o quelli composti da molti cordini. Se il sottopancia ha una sola estremità elastica è bene che questa sia agganciata a destra, così che stringendo le cinghie a sinistra la tensione si distribuisca omogeneamente. Laddove il cavallo è impegnato in grossi sforzi o frequenti variazioni di equilibrio è bene che vi sia una cinghia di sicurezza o una sassinga che è una cinghia che comprende la sella. Il pettorale è utile in quanto consente alla sella di non scivolare indietro, bisogna fare attenzione che non produca abrasioni, se necessario rivestendolo di morbido agnello. E' importante che la bardatura del cavallo sia sempre pulita e ingrassata, onde evitare che sfregando provochi dolorose fiaccature dalla guarigione molto lunga.



La martingala

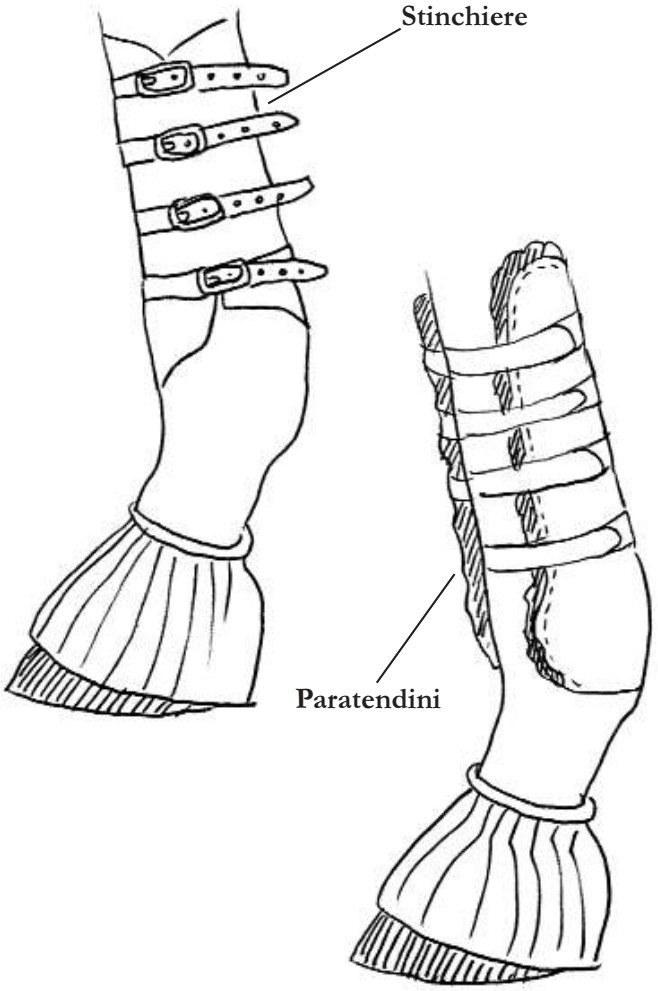
La martingala limita gli eccesivi movimenti dell'incollatura verso l'alto, perché sia ben posizionata gli anelli della forchetta, fissata la camarra alle cinghie del sottopancia, e messo il collare, debbono poter arrivare al garrese. Un cinturino che lega il collare alla sella la tiene più composta ed evita che questo finisca sulle orecchie del cavallo se dovesse abbassare bruscamente la testa: è così denominata martingala da caccia. Si deve mettere un piccolo fermo di gomma alla forchetta in modo che la camarra non penda tra le gambe del cavallo e le redini che passano negli anelli debbono avere delle olive che impediscano agli anelli di agganciarsi alla fibbia delle redini. La forchetta può anche essere agganciata ad un pettorale.

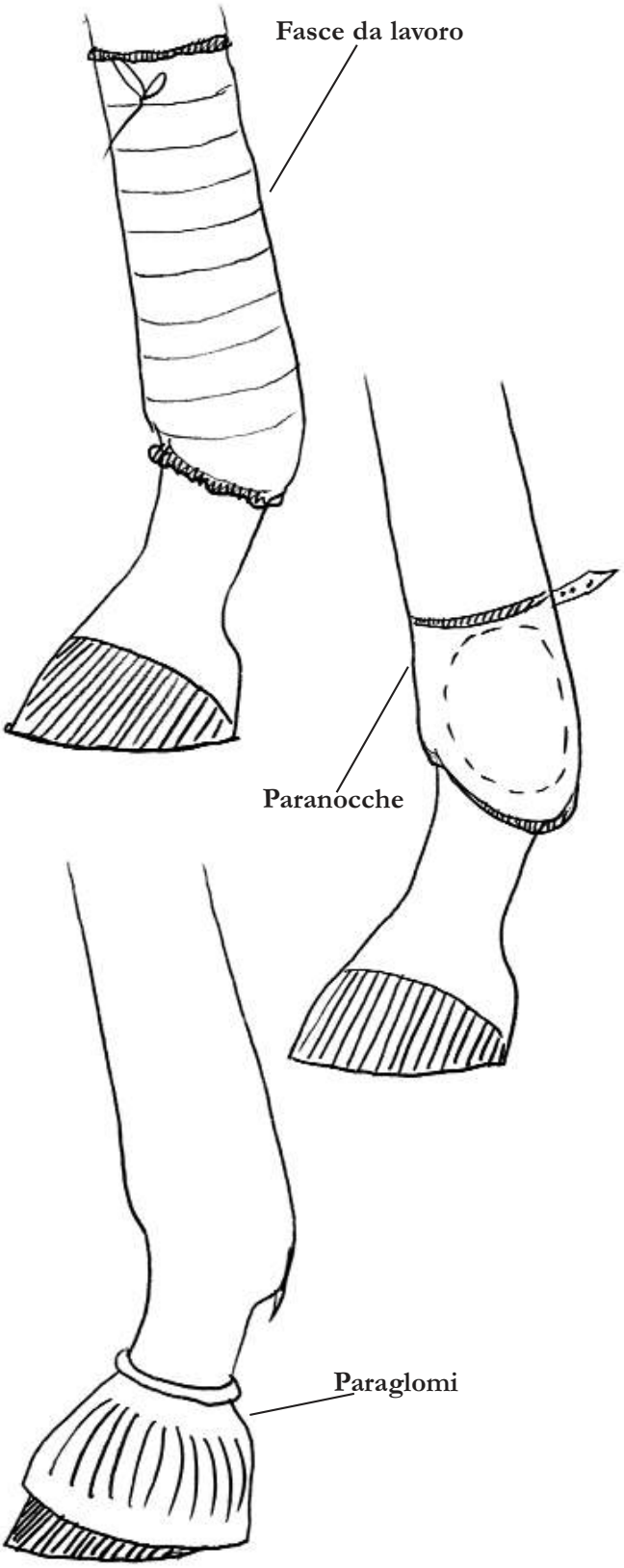


Martingala con forchetta

Protezioni

Fasce, stinchiere, paranocche, paraglomi, sono protezioni che è opportuno mettere al cavallo quando si lavora, la scelta del modello deve essere fatta in base alla morfologia del cavallo ed agli eventuali difetti di andatura. Le fasce da lavoro se mal posizionate, troppo strette o pronte a disfarsi al primo galoppo, possono fare danno, è bene, quindi, imparare a metterle correttamente.

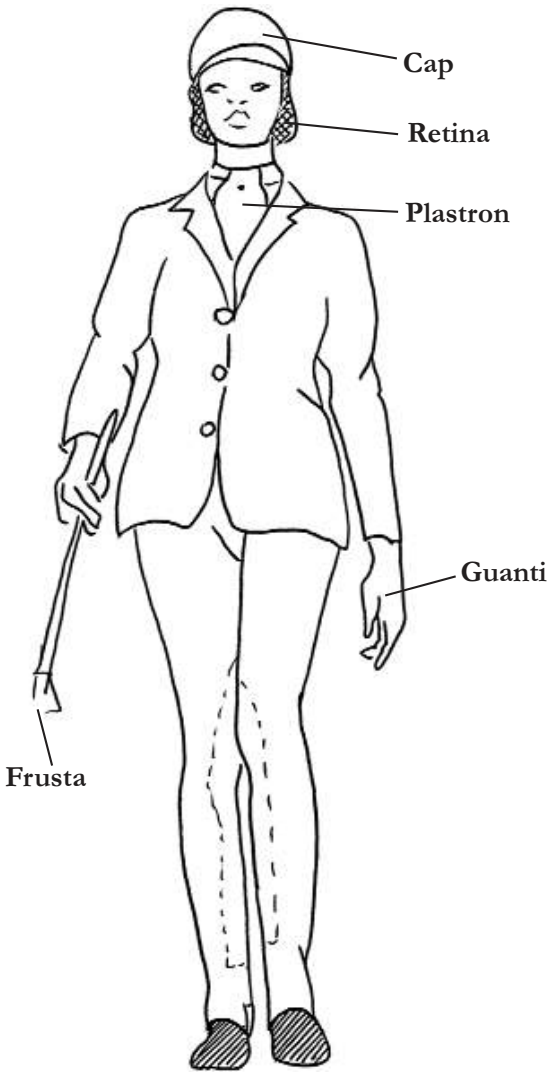


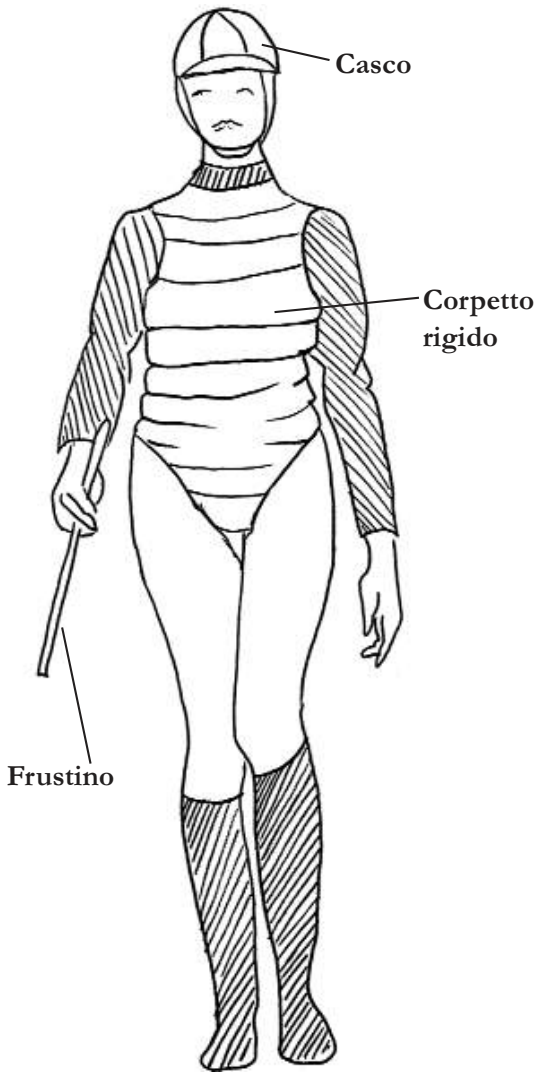


Abbigliamento del cavaliere

L'abbigliamento del cavaliere deve rispondere a due esigenze: la prima di carattere funzionale, la seconda di decoro, come si conviene ad ogni disciplina sportiva che attraverso l'immagine dei propri atleti si presenta ad un più vasto pubblico. L'ordine della tenuta equestre denota il rigore del cavaliere e dell'uomo di cavalli che assolve con cura ai suoi doveri verso il cavallo e verso sé stesso. I regolamenti di gara impongono divise adeguate alle specialità, ma anche nel lavoro quotidiano a cavallo è d'obbligo un abbigliamento adeguato. Gli stivali evitano che gli staffili possano fiaccare il polpaccio, i più piccoli possono montare con i pantaloni da cavallo lunghi rinforzati e gli stivaletti.

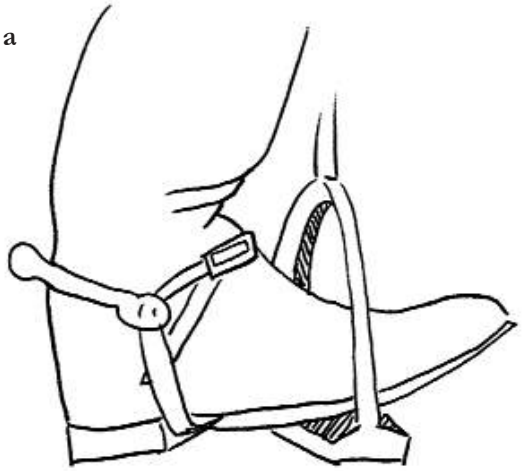
Sono in commercio ghette che possono



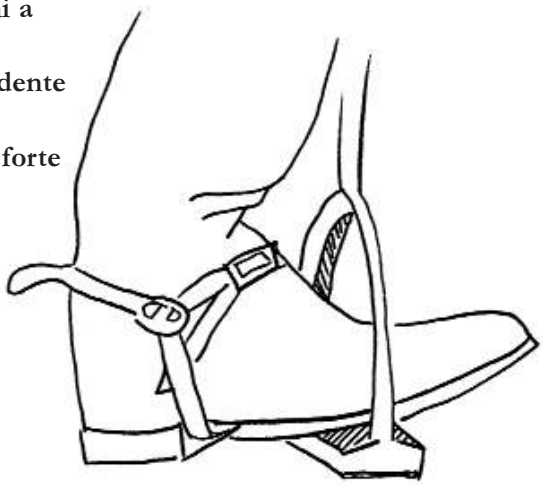


Gli speroni

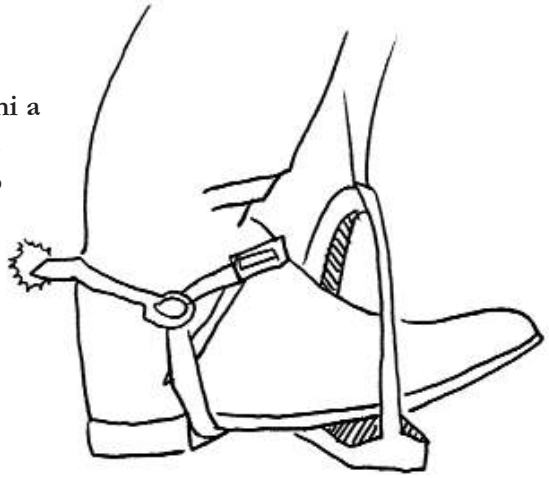
Speroni a goccia effetto medio



Speroni a punta discendente effetto medio forte



Speroni a rotella effetto forte



sostituire lo stivale, solo a patto che siano ben fissate allo stivaletto.

I pantaloni da equitazione in commercio hanno varie fogge; è importante che non abbiano cuciture sulla parte interna aderente alla sella. Il cap o il casco, sono d'obbligo per la protezione della testa in caso di caduta. I guanti facilitano la presa delle redini ed evitano fiaccature alle mani.

L'uso del corpetto rigido, obbligatorio in attività di salto in campagna, protegge la schiena in caso di caduta.

Il cavaliere già esperto, deve poi avere al seguito una frusta che potrà rendersi utile per rafforzare l'azione della gamba. La frusta lunga impiegata in dressage ha il vantaggio di poter essere utilizzata sul costato, senza togliere la mano che l'impugna dalle redini.

Solo un cavaliere in possesso di un buon assetto e di una corretta coordinazione degli aiuti può usare lo sperone. Per quanto riguarda la scelta degli speroni più che la foggia, è da considerare la lunghezza della forchetta che deve essere stabilita in base al rapporto tra le dimensioni del cavallo, la lunghezza della gamba e la staffatura adottata. Si deve stabilire una lunghezza e un posizionamento che consenta l'intervento con un semplice arretramento e una piccola rotazione, senza che la gamba perda aderenza, nel contempo, consenta di utilizzare la gamba senza dover far intervenire lo sperone.

15. Il lavoro del cavallo non montato

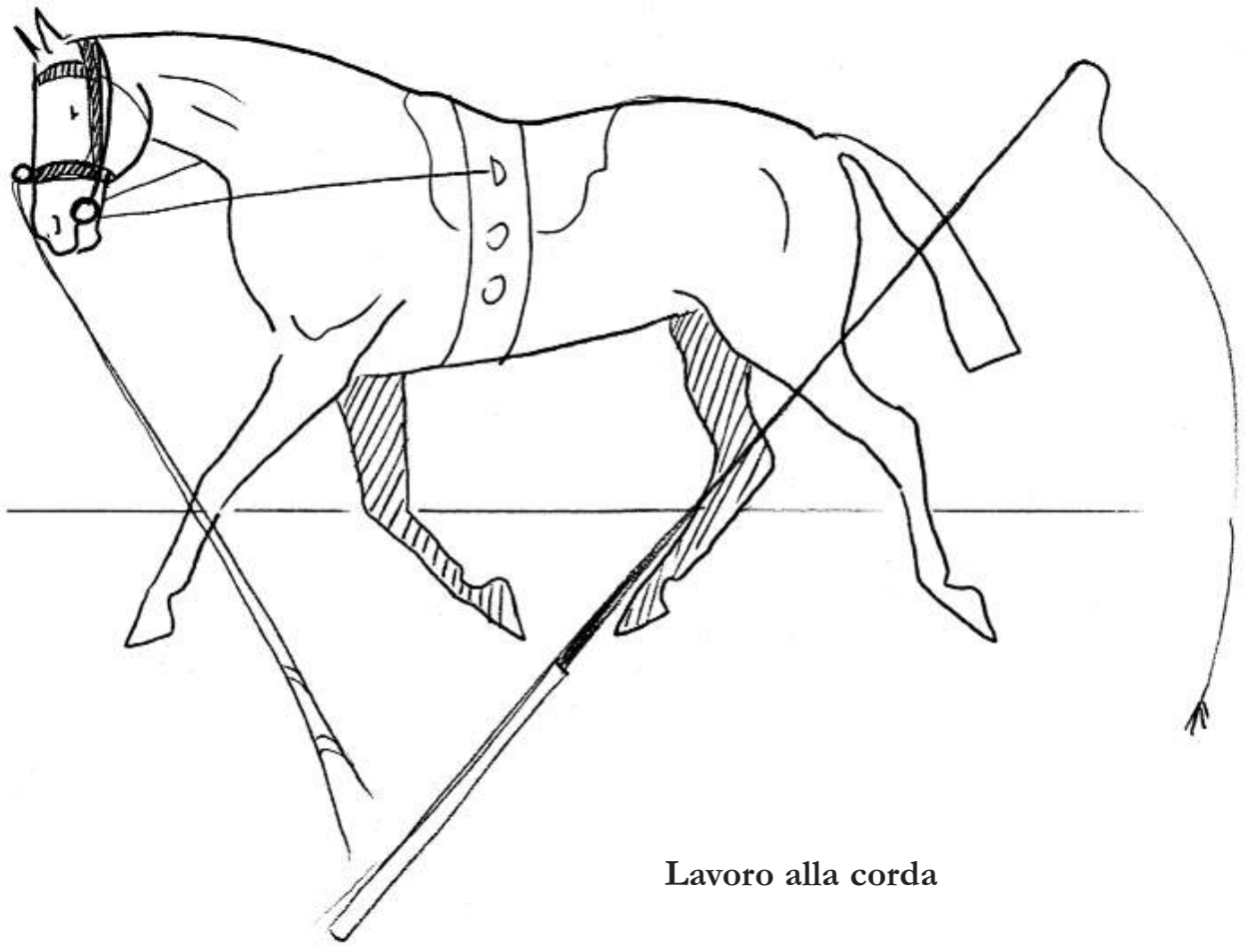
Lavoro alla corda

Il lavoro alla corda in circolo è una delle pratiche più comuni di lavoro del cavallo non montato, esso ha molteplici finalità: prima di tutto lavorare in assenza del peso del cavalliere in una flessione. Il preparatore si pone al centro di un circolo determinato dalla lunghezza della longia (più è stretto, più è intenso il lavoro per le ragioni della biomeccanica, ma la comunicazione con il cavallo è maggiore), la frusta lunga con pioggia indirizzata ai garretti.

Può essere utilizzato un capezzone che deve essere strettamente fissato perché non si muova, oppure una testiera con un filetto. In questo secondo caso la longia può essere fissata in molti modi agli anelli del filetto direttamente all'anello interno, oppure all'anello esterno, passando la longia sopra la nuca e nell'anello interno.

Per limitare l'innalzamento dell'incollatura possono essere utilizzate redini elastiche o redini fisse agganciate lateralmente ad un fascione.

Utilizzando un fascione con anelli, anch'esso ben fissato perché non si



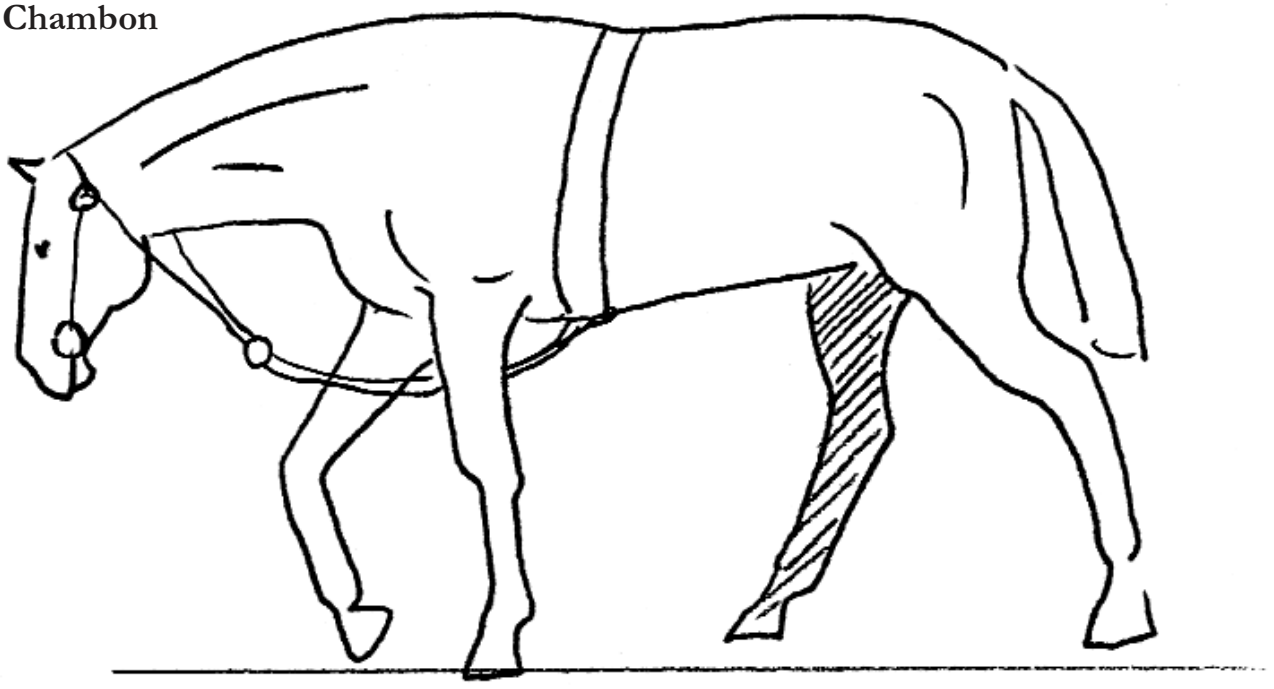
Lavoro alla corda

muova, si può far passare la longia agganciata all'anello esterno, all'anello sovrafascia e all'anello interno.
In quest'ultimo caso è richiesto un abbassamento dell'incollatura non privo di qualche pericolo: l'azione della mano del preparatore diventa forte. Utilizzando due longe: una è agganciata all'anello esterno, passa sopra i garretti senza eccessive tensioni; l'altra o è agganciata direttamente all'anello interno o tra le gambe ad un anello sottopancia. Le longe possono passare dagli anelli laterali del fascione. Possono essere applicate le redini che scorrono negli anelli del filetto ad un apposito fascione che riporta due fibbie di aggancio nella parte alta, l'aggancio delle redini nella parte inferiore può essere basso agganciato tra gli anteriori, oppure laterale agli anelli del fascione A questo proposito bisogna tenere conto della resistenza risultante, misurata indicativamente dalla bisettrice del triangolo disegnato dalle redini. Quanto più è stretto il triangolo, quanto minore è la possibilità di distensione verso il basso e la posizione dell'incollatura rimane fissata in un numero di gradi di oscillazione minore. La lunghezza delle redini deve essere stabilità in base al grado di addestramento del cavallo ed, ovviamente, in base alla morfologia; in ogni caso, lavorando in un circolo, la redine interna deve essere di poco più corta. (Redini Fillis).
Se si sostituiscono le redini con un cordino passante in un'ampia campanella soprafascia, i triangoli diventano meno costrittivi consentendo un'azione di scarico laterale maggiore.
In tutti i posizionamenti bassi dell'incollatura, che siano ottenuti da una doppia longia o dalle redini Fillis, non si deve mai perdere di vista il risultato che si vuole ottenere la loro funzione è quella di ginnasticare la schiena favorendo l'impegno del posteriore, migliorando così equilibrio e impulso. Se l'uso del sistema abbassatesta dopo qualche tempo è ancora indispensabile e non si vedono miglioramenti nel cavallo, significa che il sistema è stato male impiegato. Questi strumenti sono estremamente pericolosi e se usati senza competenza possono provocare al cavallo lesioni fisiche e morali spesso irreparabili.
Devono essere privilegiati quei sistemi che permettono sempre al cavallo di poter avanzare. Che il cavallo avanzi con energia è alla base del lavoro alla corda, ciò è possibile solo se precedentemente ha imparato a fermarsi e se è confidente con l'uomo e con i mezzi che questi usa. Secondo il posizionamento dell'incollatura che si vuole ottenere si possono usare anche lo chambon (incollatura distesa verso l'avanti basso), il gogue (più raccolta).
Gli attrezzi che si possono applicare alla muscolatura del cavallo sono molti di più di quelli che qui sono citati, vale

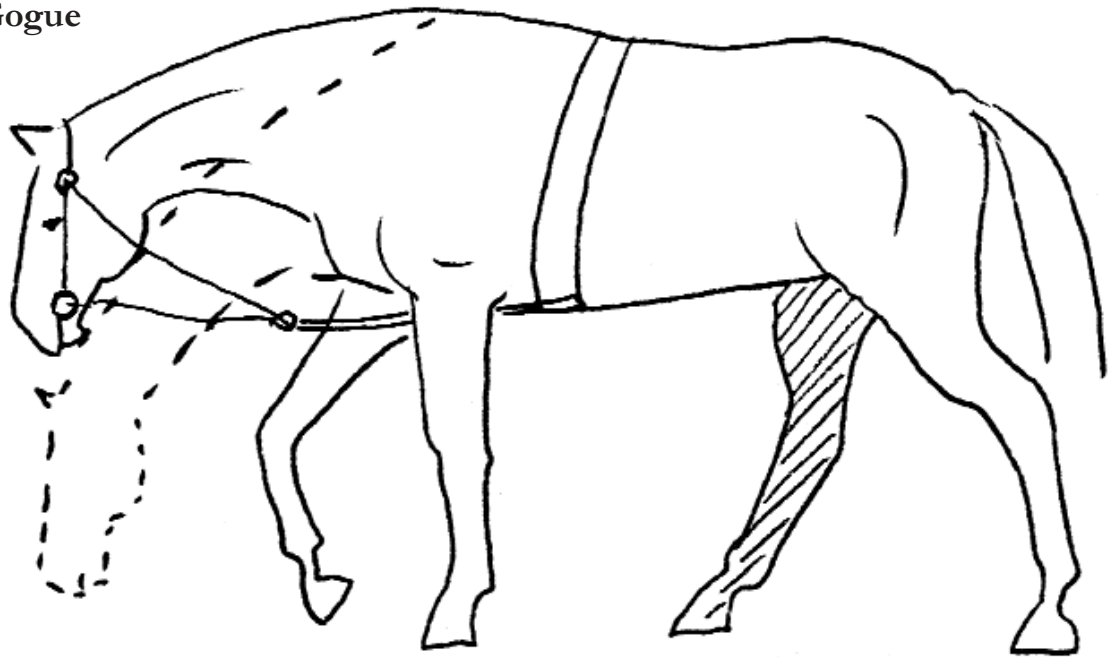
come regola generale che quanto più sono modellanti e conformatori, ovvero, impongono posture che stimolano attività muscolari specifiche, tanto più sono pericolosi.
Decidere come disporre il sistema abbassatesta, e quindi l'incollatura del cavallo, è difficile e deve essere valutato in base al livello di addestramento e alle caratteristiche morfologiche del cavallo. Un posizionamento più basso richiede una sufficiente disponibilità della schiena e una maggior attenzione all'impulso. Vedere un cavallo alla corda permette di capire cose che sfuggono montandolo. Il cavallo deve essere messo nelle migliori condizioni psicologiche che gli consentano di accettare il lavoro senza tensioni.

La comunicazione con il cavallo avviene per mezzo della voce e della frusta, oltre che per mezzo della longia. Deve essere sviluppata una sensibilità nell'impiego della longia e della voce, così come anche nell'impiego della frusta: questi diventano gli aiuti primari in questo genere di lavoro. L'uomo è in un rapporto con il cavallo apparentemente meno diretto di quando lo monta; deve provare ed imparare a gestire sensazioni nuove. Nei confronti della frusta il cavallo non deve avere alcun timore e, nel contempo, deve manifestare rispetto. Accarezzare il cavallo con la frusta, appoggiarla al suo corpo, sono azioni che favoriscono la confidenza. Questa, tenuta lateralmente o dietro il preparatore, nel momento in cui si avvicina alla

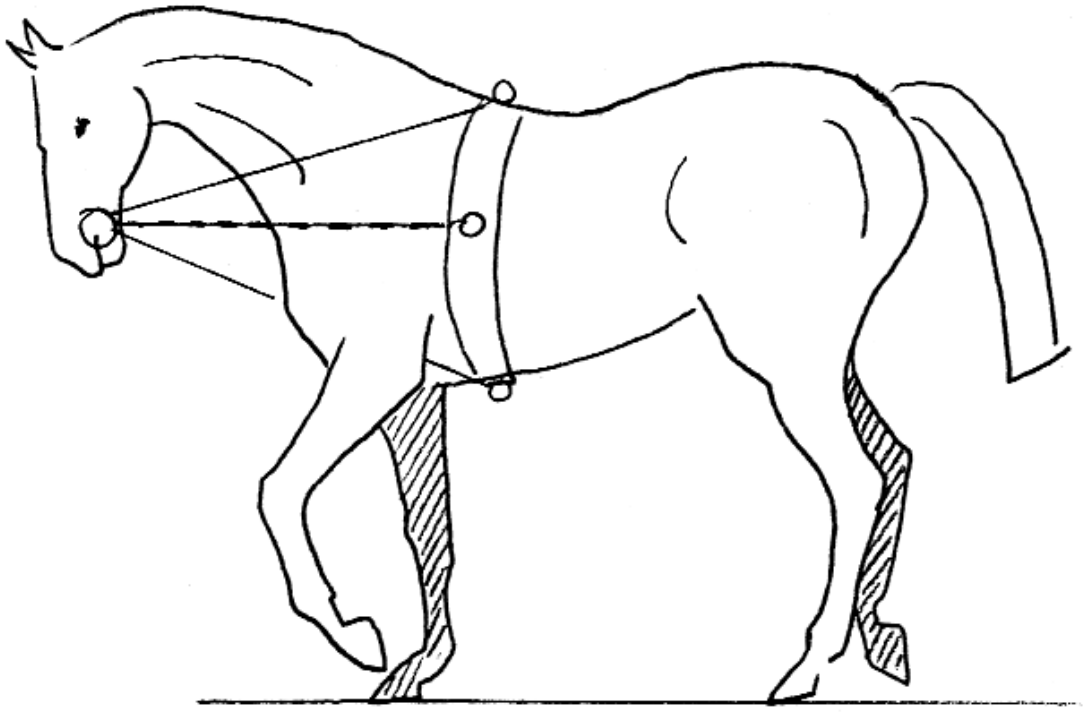
Chambon



Gogue



Principio delle redini Fillis



groppa o ai garretti incita ad avanzare; nel momento in cui si porta verso la spalla riporta il cavallo nel circolo se questo tende a venire al centro; presentata, con una rotazione contraria al movimento, davanti alla testa, invita all'arresto.
Questi sono solo i segnali più comuni, ma il linguaggio della frusta può dire molte più cose: può chiedere un cambio di andatura, una variazione di ampiezza, maggiore attenzione. La voce accompagna o precede le indicazioni della frusta. Anche il corpo del preparatore trasmette continui messaggi: disposto al centro, offre un punto di riferimento al circolo, posto all'altezza delle anche stimola l'avanzamento, posto all'altezza delle spalle induce al rallentamento. Gesti e voce creano un rapporto molto intimo e personale tra cavallo e uomo indispensabile per un buon addestramento. Per essere chiari, devono essere usati sempre gli stessi gesti, le stesse parole, gli stessi toni di voce; ognuno di essi si accompagna ad ognuna delle diverse situazioni. Le riprese di lavoro alla corda non debbono essere eccessivamente lunghe e le transizioni debbono essere frequenti, è opportuno cambiare spesso di mano. E' preferibile cambiare di mano dopo un alt richiesto nel circolo, anziché far avvicinare il cavallo al centro, nel secodo caso, per certi versi più pratico, può nascere l'abitudine ad abbandonare il circolo ad ogni alt. Con le due longe e una discreta manualità, si può effettuare il cambio di mano senza doversi avvicinare al cavallo. Utilizzando alcuni sistemi abbassatesta è necessario un riposizionamento degli stessi per rispetto della flessione. Nel lavoro alla corda possono essere svolti esercizi su barriere a terra oppure salti, con la barriera inclinata sul lato interno su di un supporto basso per evitare che la longia si impigli. Un'attenzione particolare andrà posta alla qualità del terreno ove si lavora alla corda; il cavallo è soggetto ad un lavoro nella flessione laterale che può essere logorante.
C'è una progressione anche nel lavoro alla corda; è logico pensare che con un cavallo non abituato si debba partire lavorando in un tondino, ovvero con uno steccato esterno che induca il cavallo a rimanere nel circolo, ciò eviterà inutili conflitti con la bocca del cavallo. Se con un cavallo giovane si instaura una buona comunicazione, partendo dal box, dal condurlo a mano, facendogli accettare l'idea di fermarsi, molte tappe potranno essere accorciate perché si eviteranno le situazioni di conflitto e di distrazione. Per rapportarsi correttamente con il cavallo bisogna conoscere il suo linguaggio. Il lavoro di addestramento di un cavallo non può prescindere dalla profonda conoscenza del suo comportamento, del suo istinto, della sua psicologia.

Salto in libertà

Per svolgere esercizi di salto senza il peso del cavaliere è preferibile il lavoro scosso o in corridoio. Il cavallo deve avere una buona gestione del suo equilibrio che gli permetta di lavorare in modo soddisfacente alla corda nel circolo. Anche qualora il lavoro avvenga a cavallo scosso in un maneggio, è conveniente allestire almeno un breve tratto di corridoio in corrispondenza del salto così che il cavallo sia meglio indirizzato. Un lato del corridoio è costituito dalla parete, l'altro lato può essere costruito utilizzando pilieri e barriere.
L'utilità del salto scosso è dettata dall'assenza del peso del cavaliere e dalla totale responsabilizzazione del cavallo nell'impostare un avvicinamento, è un utile esercizio, specie per il cavallo giovane che deve prendere confidenza con il gesto del salto purché non sia messo in difficoltà. Gli ostacoli devono essere invitanti e non particolarmente alti. Il piede degli ostacoli deve essere ben definito ed una barriera a terra può regolarizzare la battuta. Il cavallo deve saper rispondere alla voce ed alla frusta e, in ogni caso, almeno due persone saranno indispensabili in campo. Inizialmente può essere utile accompagnare il cavallo a mano in direzione del salto ed invitarlo ad arrestarsi poco dopo il salto con l'ausilio di una piccola ricompensa.

Lavoro da terra

Il lavoro da terra è un complemento prezioso, capace di far progredire il cavallo nell'addestramento molto rapidamente. La sensibilità e la pazienza richieste per l'esecuzione di tali esercizi è enorme. Nel momento in cui l'uomo si pone vicino ad un cavallo, comunica. Gli organi di senso di entrambi gli esseri viventi ricevono e trasmettono segnali. Quando l'uomo a terra si accinge ad eseguire un lavoro sul cavallo è bene che manipoli le parti più mobili per ottenere una iniziale decontrazione. Quando al filetto è applicato un attrezzo è bene porre il cavallo nella condizione di accettare la posizione che questo impone, verificando l'assenza di rigidità alla mandibola e in tutte le fasce muscolari principalmente coinvolte. Per mezzo degli esercizi eseguiti a terra, si può insegnare al cavallo, con l'aiuto delle redini e della frusta, il significato di quelle indicazioni che riceverà quando sarà montato. Insegnare a raccogliere i posteriori sotto la massa, contribuire efficacemente ad ottenere flessioni alla ganascia e alla nuca. Il momento migliore per attuare questo genere di addestramento è al termine del lavoro montato o del lavoro alla corda, quando il cavallo è decontratto. Durante il lavoro da terra il preparatore può assumere diverse posizioni; da fermo con il suo lato destro contro la spalla sinistra del

cavallo, il braccio destro passato sopra il dorso, le redini separate, oppure con il polso destro sopra il garrese, le redini nella mano; o ancora con una mano che tiene le redini vicino alla bocca sotto l'incollatura.

Flessioni: utilizzando una briglia, il preparatore si dispone di fronte alla spalla sinistra; con la mano destra impugna la redine destra del filetto appena al di sotto del garrese; con la mano sinistra impugna la redine sinistra del morso a dieci centimetri dall'imboccatura. Insistendo su questo contatto il cavallo cede avvicinando il suo naso alla verticale, flettendo la nuca a sinistra e socchiudendo la ganascia e richiudendola, senza coinvolgere il collo nello spostamento.

Passi indietro: il preparatore si dispone davanti al cavallo tenendo una redine in ciascuna mano; l'invito ad indietreggiare è effettuato dalla posizione associata a piccole resistenze alternate sulle redini; in caso il cavallo mostri una difesa ad arretrare un collaboratore può toccare con la frusta un anteriore sul carpo e sul nodello.

Nell'esecuzione di questi semplici esercizi da fermo, i movimenti debbono essere regolari e misurati; nessun grave contrasto si deve verificare e tutte le richieste debbono avvenire nella serenità più totale; la chiave per una buona esecuzione di questo lavoro è saper toccare il cavallo con la frusta nel punto

Il lavoro da terra

Lavoro alla corda

Lavoro da terra agli anelli

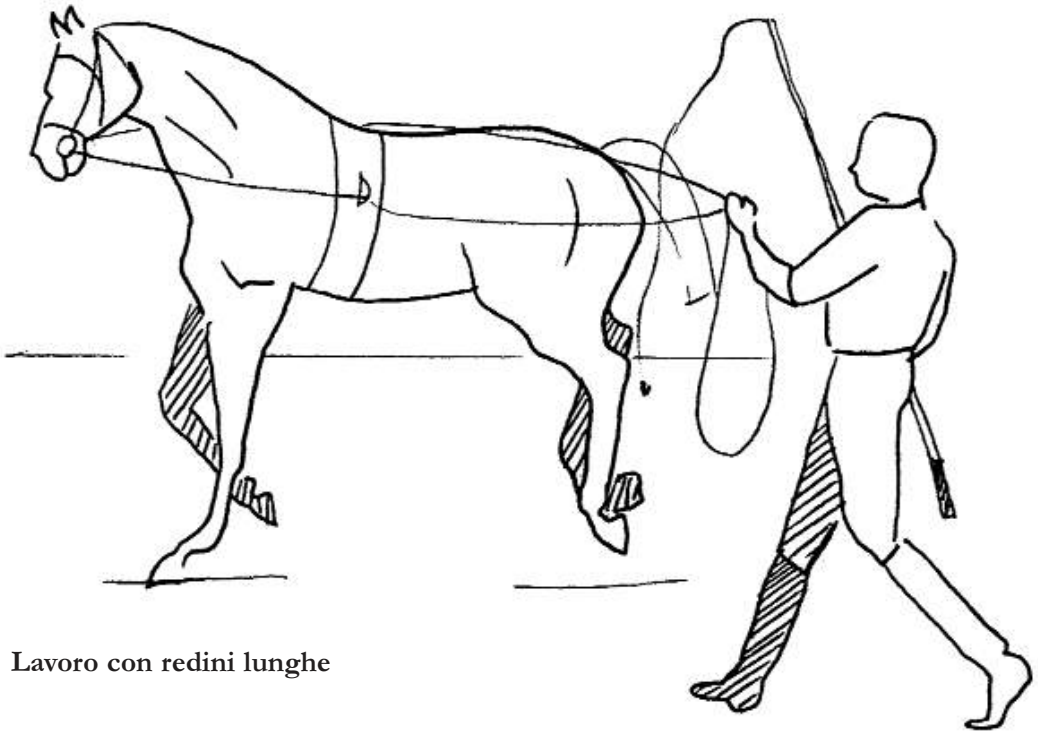
Lavoro con l'ausilio della frusta

giusto e nel momento opportuno (anticipando il movimento) e nel contempo possedere una mano elastica. Ogni esercizio che preveda delle flessioni deve essere eseguito alle due mani e, quando si sarà acquisita la necessaria manualità, si potrà chiedere l'esecuzione di esercizi con variazioni di andatura. Inizialmente è preferibile che i preparatori siano due in modo da dividere i compiti delle redini e della frusta. Si potranno così chiedere tutti i movimenti su due piste, esercizi specifici per la riunione sino alla preparazione per il piaffer, ma le abilità richieste a questo livello di intervento sono molte.

Nel lavoro da terra, anche praticando i più semplici esercizi, si instaura un importante rapporto tra uomo e cavallo. Nel toccare il cavallo in ogni sua parte, l'uomo ottiene fiducia e confidenza.

ll lavoro alla doppia longia, esaminato nel lavoro in circolo, se sviluppato in maneggio offre il grande vantaggio di avere il cavallo nel corridoio formato dalle due redini, nella posizione ottimale (il preparatore è dietro il cavallo oppure dietro, leggermente di lato, accanto all'anca interna) per richiedere impulso con l'ausilio della frusta.

Nel lavoro a doppia longia, come nel lavoro a terra, è preferibile usare una frusta da dressage di m. 1,50. Le redini lunghe passano attraverso le campanelle laterali del fascione, pertanto l'effetto di redine utilizzato sarà di redine diretta e di opposizione; la scelta dell'altezza delle campanelle passanti è condizionata dal livello di addestramento e quindi dal posizionamento dell'incollatura.



Lavoro con redini lunghe

Nulla vieta, con le necessarie abilità, di utilizzare le redini lunghe come redini di apertura e di contenimento, in tal caso le redini non passeranno nelle campanelle del fascione. Il passaggio di redini da destra a sinistra o viceversa può avvenire al di sopra della groppa perdendo cosi l'inquadramento del treno posteriore, oppure appoggiando la redine esterna alla gamba sopra il garretto; tale spostamento si rende necessario cambiando di flessione qualora il preparatore sia in posizione laterale.
La mano del preparatore, per lontana che sia dalla bocca del cavallo, deve essere sensibile e deve poter percepire la minima reazione anche con la mediazione delle campanelle.
Le andature a cui svolgere il lavoro sono il passo, il piccolo trotto e il galoppo riunito, in modo che il preparatore possa seguire il cavallo a piedi senza dover correre. Si può alternare il lavoro sulla linea retta al lavoro in circolo a seconda che il cavallo obbedisca più o meno bene agli aiuti delle redini.
Nel lavoro richiesto al cavallo deve essere sempre mantenuta una condizione di piacevolezza.
Una situazione di costrizione, ottenuta con la forza o con mezzi meccanici non adeguati, comporta una perdita del piacere del movimento e quindi un'opposizione. Il principio di "equitazione naturale" nasce da questa considerazione: sfruttare, quale motivazione all'apprendimento, uno dei bisogni primari del cavallo, il movimento.
Se si considera l'evoluzione delle capacità di apprendimento dei cavalli negli ultimi secoli si può arrivare a due conclusioni che non si escludono: che le tecniche di addestramento sono migliorate e che c'è un'evoluzione genetica della specie che ha colto, nelle sue capacità di apprendimento, lo strumento di adattamento, quindi di conservazione, e ciò sarebbe in linea con le tesi di Lorenz che sostengono che la maggior parte dei comportamenti è la conseguenza di una pre programmazione ad opera dei geni. Il rinforzo alla motivazione è in ogni caso fondamentale.
Ogni risposta deve essere ricompensata con un rinforzo positivo: il cibo, particolarmente appetitoso, è il rinforzo più facilmente comprensibile a cui può essere associata la carezza e la voce. Tale associazione permetterà di utilizzare la carezza come una ricompensa quando il cavaliere è in sella.
Un rinforzo importante è la pausa, il riconoscimento, che il cavallo percepisce, di aver capito e soddisfacentemente eseguito quanto gli è stato chiesto, la pausa, dunque, al termine di ogni lavoro, montato o a terra, è la conferma della buona esecuzione o del miglioramento e nel contempo un momento di scarico di tensione muscolare e nervosa, necessaria per ripristinare le capacità di concentrazione.

Equitazione ed agonismo

L'elenco degli argomenti trattati dà una chiara idea della vastità di conoscenze necessarie per vivere nel mondo del cavallo. L'equitazione è di per sé arte e tanto basta per occupare la vita del cavaliere e dell'uomo di cavalli. L'agonismo non è l'inevitabile sbocco dell'equitazione sebbene nel mondo moderno la tecnica equestre sia prevalentemente finalizzata alla competizione. E' nell'agonismo, infatti, ancorché nel turismo, che il cavallo trova il suo massimo impiego.

Molti sono gli sport che possono essere praticati a cavallo e la naturale ambizione di chi pratica l'equitazione è quella di verificare il livello raggiunto da sé e dal proprio cavallo nel confronto sportivo.

Le vittorie si preparano con molta pazienza e tanto lavoro. Il cavaliere deve trovare nel lavoro quotidiano la maggior gratificazione; il risultato sportivo è la logica conseguenza. Le leggi dello sport non prevedono scorciatoie, se non temporanee.

Lo sport equestre ha per protagonista il cavallo che è un essere vivente, questo lo rende uno sport affascinante e complesso. Ogni cavaliere è allenatore dell'atleta cavallo e nel contempo è parte del binomio atleta. Giustificare un insuccesso scaricando le responsabilità sul cavallo, se da un canto giustifica il cavaliere dall'altro accusa l'allenatore. Programmare accuratamente le tappe della carriera agonistica è fondamentale, per poterlo fare bisogna essere consapevoli del livello del cavallo e di quello del cavaliere. Il cavaliere principiante, come il cavallo giovane, devono affrontare un impatto con la gara che crea tensione, pertanto la gara deve essere di facile svolgimento ed il cavallo non deve incontrare alcuna difficoltà. Il cavaliere in crescita deve maturare esperienze significative, a nulla serve darsi come obiettivi i traguardi già raggiunti. Il cavaliere di alto livello non deve consumare il proprio cavallo, ma programmare il numero di gare secondarie necessarie per preparare la gara importante.

Le regole del gioco devono essere conosciute a vantaggio del gioco ed a tutela dei propri interessi. Anche per gli amatori conoscere i regolamenti serve ad appassionare all'agonismo e rende più piacevole assistere ad una competizione equestre. Le regole vengono continuamente modificate per adeguarle alle sempre nuove esigenze dell'agonismo, un costante aggiornamento è indispensabile.

Il cavaliere principiante che debutta nel mondo agonistico ha la necessità di essere assistito dal proprio istruttore, il quale potrà insegnargli a vivere la competizione nel migliore dei modi.

INDICE

1. CONOSCERE IL CAVALLO pag. **5**

2. CONFORMAZIONE ESTERNA E STRUTTURA DEI CAVALLI pag. **8**

3. STATO SEGNALETICO pag. **26**

4. IGIENE E PROFILASSI pag. **36**

5. IL FUNZIONAMENTO DELLA "MACCHINA ANIMALE" pag. **50**

6. LE ANDATURE pag. **58**

7. IL SALTO pag. **73**

8. MONTARE A CAVALLO pag. **79**

9. POSIZIONE E ASSETTO pag. **83**

10. GLI AIUTI pag. **91**

11. IL LAVORO IN PIANO pag. **101**

12. SALTARE pag. **127**

13. SALTARE IN CAMPAGNA pag. **141**

14. LA BARDATURA pag. **149**

15. IL LAVORO DEL CAVALLO NON MONTATO pag. **160**

Manuale di equitazione

A CURA DELLA:
Federazione Italiana Sport Equestri
con la consulenza di Claudio Possenti

ILLUSTRAZIONI DI:
Daniela Solive

PROGETTO GRAFICO:
Quintarte

Il Manuale viene fornito ai fini della formazione degli istruttori federali nel rispetto delle direttive FISE, eventuali utilizzi diversi non sono consentiti e saranno perseguiti ai sensi di legge