

PROGRESSION HUNTER



Printemps du Style
HUNTER

Formation Entraîneur Hunter

- Progression et proposition de l'approche des directionnels
- Progression et évolution des transitions
- Progression et évolution des sauts de puce dans la construction et les difficultés
- Fonctionnement du cheval et du cavalier sur une ligne de 4 obstacles

Progression hunter

FORMATION ENTRAINEUR HUNTER

PROGRESSION ET PROPOSITION DE L'APPROCHE DES DIRECTIONNELS

Technique Equestre :

1. Diriger au trot
2. Diriger au galop
3. Diriger sur un enchaînement
4. Construction de différents types de directionnels



1 et 2. Diriger au trot et au galop

Observables :

- Contrôler la rectitude et des épaules du cheval
- Utilisation du couloir des aides / Couloir de rênes / Orientation des épaules / Regard panoramique
- Maintien de l'impulsion
- Réactivité du cavalier
- Verticalité du haut du corps et stabilité sur les sauts
- Centrage des obstacles ou respect des sauts décalés

3. Diriger sur un enchaînement

Observables :

- Mêmes observables que précédemment

+

- Contrôler la vitesse pour mieux diriger
- Réadapter l'amplitude et l'équilibre au profil des obstacles

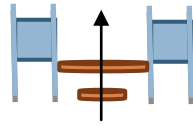
Progression de l'utilisation des directionnels dans un parcours

- 1) Obstacle directionnel isolé sur la piste
- 2) Obstacle directionnel isolé sur une diagonale
- 3) Obstacle directionnel isolé en sortie de ligne droite puis ligne courbe
- 4) Obstacle directionnel isolé en entrée de ligne droite puis de ligne courbe
- 5) Dans les combinaisons, en entrée puis en sortie
- 6) Combinaison de directionnels

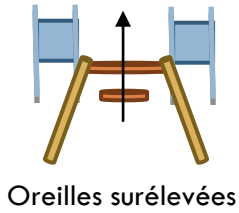
4. Construction de différents types de directionnels

1) Les directionnels de base :

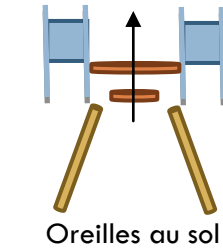
- Le front étroit =



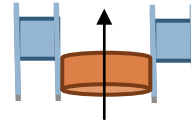
Front de max 2m



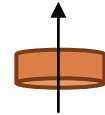
Oreilles surélevées



Oreilles au sol

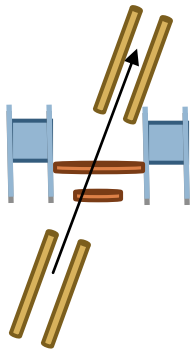


Oreilles à l'aide des chandeliers

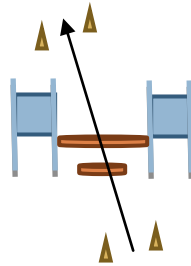


Sans oreilles

- Le saut de biais =



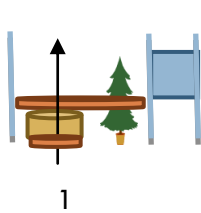
Couloir de barres



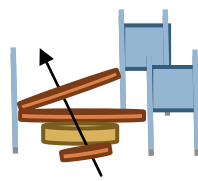
Portes ou PI

- Possibilité d'augmenter l'angle de biais progressivement
- Portes ou couloirs de barres avant et/ou après l'obstacle pour aider au tracé de l'angle de biais
- Front de 3m minimum >> 2 m
- Attention au placement des portes ou des couloirs de barres

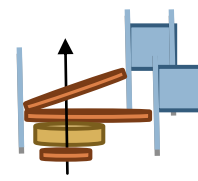
- La pointe en éventail =



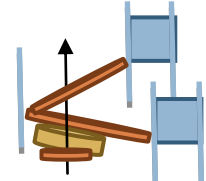
1



2



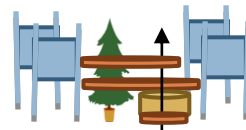
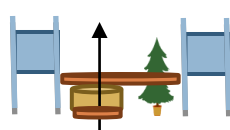
3



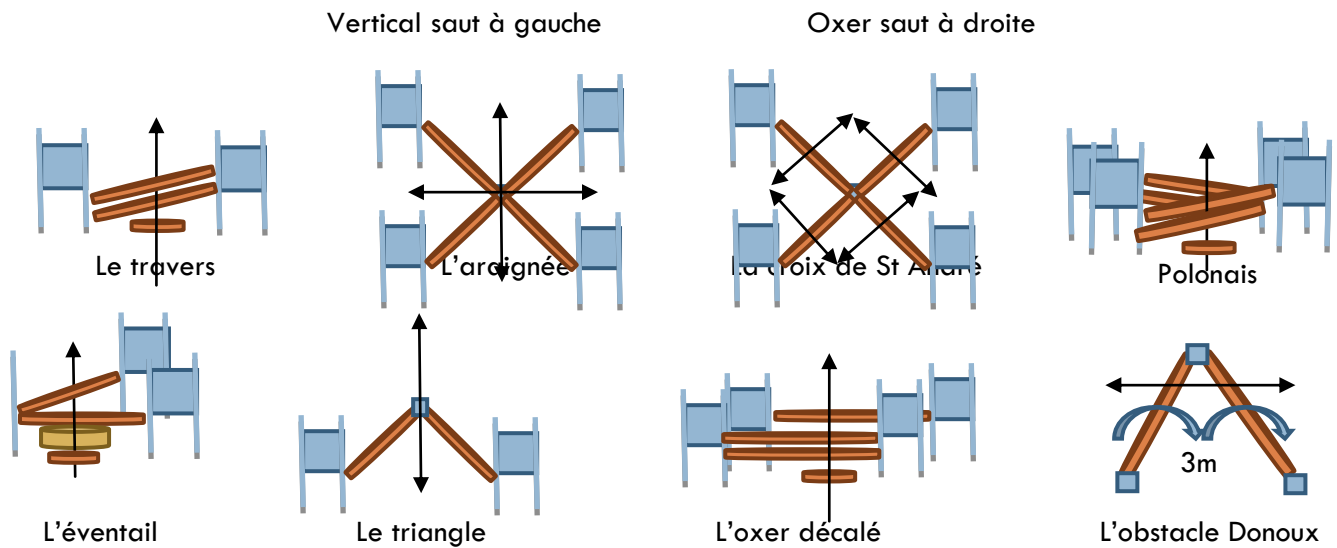
4

Progression de l'approche d'une pointe

2) Les directionnels de franchise :



Saut décalé au-dessus d'un soubassement



Approche pédagogique des différents profils vus précédemment:

1. Front étroit

2. Biais

3. Pointes et autres

1. Front étroit (2 m maxi)

- Barre au sol de 2 m encadrée par des chandeliers larges
- Obstacle de 2 m encadré : oreilles surélevées >> au sol >> sans oreilles
- Obstacle avec soubassement étroit avec encadrement >> sans encadrement

2. Saut de biais

- Matérialisation des sauts en amont et en aval par des barres (Attention si barres rigides, les placer à 3 m minimum de l'obstacle, l'idéal est les barres en mousse)
- Barre de pied perpendiculaire, dans l'axe du saut >> dans l'axe de l'obstacle
- Augmenter l'angle de biais au fur et à mesure de la maîtrise

3. La pointe

- Assemblage des 2 constructions précédentes : saut de biais sur un obstacle à front étroit

Progression :

- Saut perpendiculaire mais décalé du côté le moins large de la future pointe
- Rajouter le 2° plan toujours avec un saut perpendiculaire au 2° plan en direction de la partie la plus étroite de la pointe
- Saut perpendiculaire au 1° plan
- Saut de biais sur les 2 plans

PROGRESSION ET EVOLUTION DES TRANSITIONS

Technique Equestre :

1. Transitions inter-allures
2. Transitions conditionnées par le tracé
3. Transitions conditionnées par un obstacle
4. Transitions durant un parcours



1 et 2. Transitions inter-allures conditionnées par le tracé

Les différentes possibilités :

- Galop / Trot
- Galop / Trot / Galop
- Galop / Trot / Pas / Trot / Galop
- Galop / Trot / Pas / Galop
- Galop / Pas / Galop (à partir d'Amateur 2 voire 1)
- Ferme à ferme
- Transitions descendantes et montantes sur une courbe plus ou moins large (cercle)
- Transitions descendantes en courbe et montantes en ligne droite, en courbe pour les départ au galop sur le bon pied
- Transitions descendantes et montantes en ligne droite (sur ou vers la piste puis diagonale)
- Transitions plus ou moins rapproché en fonction des zones mise en place

- En courbe :

>> Transitions descendantes (dans l'ordre de difficultés croissante, courbes de serrées à larges)

>> Transitions montantes (dans l'ordre de difficultés croissante, courbes de larges à serrées)

- En ligne droite puis sur une diagonale
- Qualité de la transition descendante : équilibre / fluidité / précision

Observables :

- Redressement du haut du corps
- Emploi et discrétion des aides
- Engagement des postérieurs
- Qualité de la transition montante : impulsion / netteté de celle-ci / précision / gestion de l'attitude du cheval

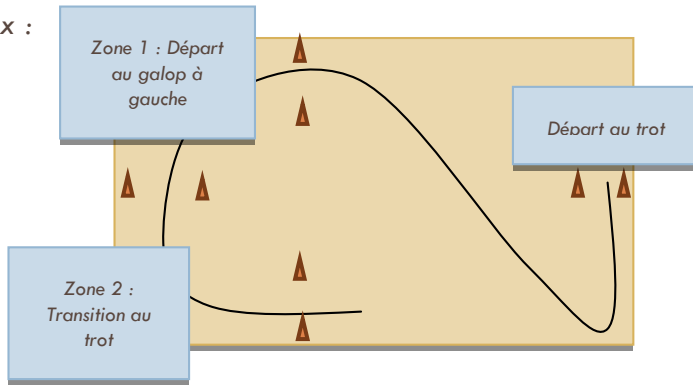
Observables :

- Emploi et discrétion des aides
- Retrouver l'amplitude de référence sans négliger l'équilibre

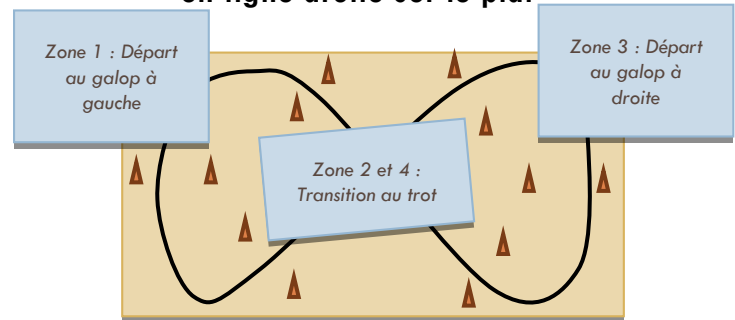
On jugera la faculté du cavalier à entretenir la qualité des allures et de leur vitesse entre chaque transition.

Galop/Trot en courbe sur le plat

Ex :

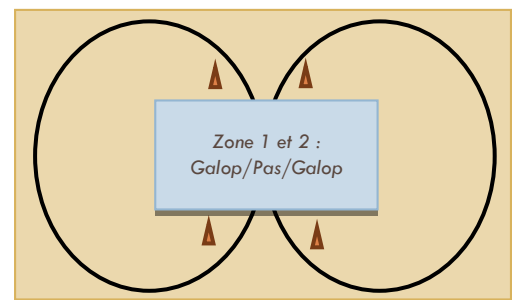


Galop/Trot/Galop en courbe et en ligne droite sur le plat



Dans la zone 2 et 4 possibilité d'aller jusqu'au pas.

Galop/Pas/Galop en sortie de courbe



Réduction des zones de transitions en longueur et/ou en largeur pour augmenter la difficulté.

Le départ au galop en courbe aide au départ sur le bon pied donc en cas de volonté de départ à faux, plus simple en ligne droite.

Dans la zone 1 et 2 possibilité de faire trot puis pas avec des zones séparées.

L'ouverture des angles des « diagonales » du 8 de chiffre peut aider à réaliser les transitions descendantes et montantes.

3. Transitions conditionnées par un obstacle

Technique Equestre :

- Impulsion
- Maintien de l'allure et son contrôle jusqu'à l'obstacle
- Maintien de l'incurvation et de l'équilibre longitudinal et latéral
- Contrôle de l'équilibre du cavalier et efficacité des aides

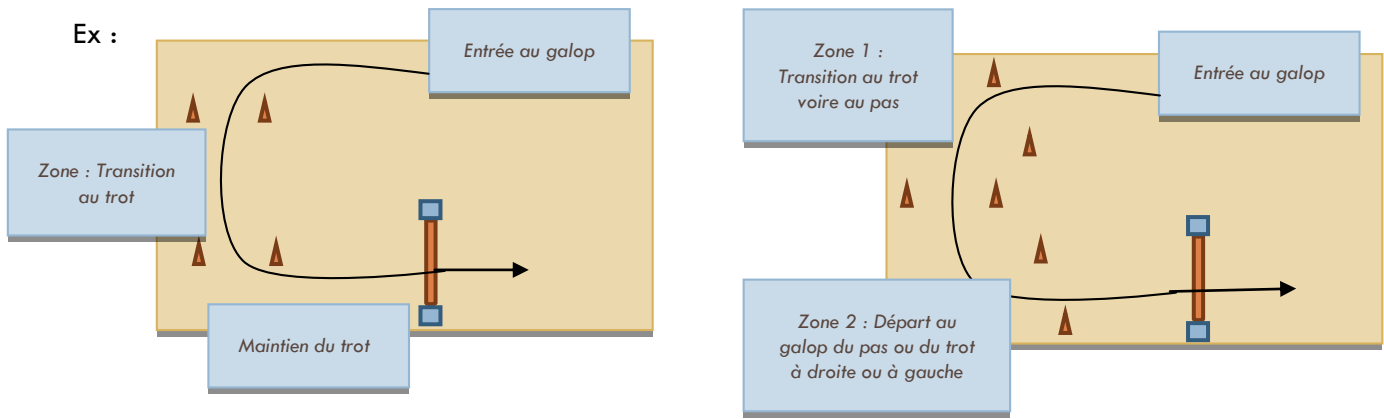
Progression :

- AVANT L'OBSTACLE ET DANS UNE COURBE :

- Transitions rapprochées en courbe (toutes transitions inter-allures possibles plus ou moins rapprochées en fonction des niveaux)

Progression hunter

Ex :



- Contrôle de l'allure et de la vitesse avant l'obstacle

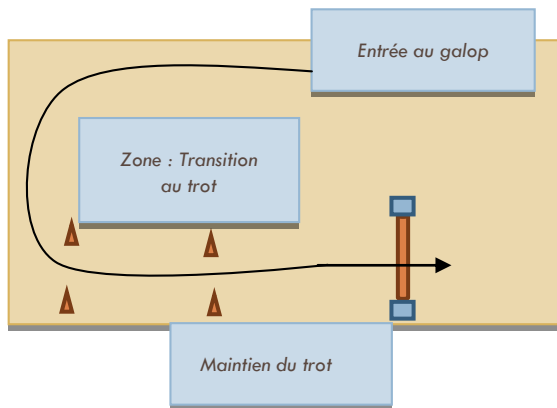
Observables :

- Réalisation des transitions dans les zones demandées
- Fluidité et qualité des transitions
- Orientation du regard et du haut du corps du cavalier
- Maintien de l'impulsion

- A L'ABORD (20M MINIMUM DE L'OBSTACLE EN LIGNE DROITE)

- Transition en ligne droite

Ex :



- Gestion de la rectitude
- Gestion de l'équilibre dans les transitions descendantes
- Gestion de l'impulsion dans les transitions montantes

- Contrôle de l'allure et de la vitesse à l'abord de l'obstacle

Observables :

- Centrage de l'obstacle
- Discrétion des aides
- Encadrement optimal de l'obstacle

+

- Observables vu précédemment

- A LA RECEPTION

La transitions sera forcément descendante à la réception.

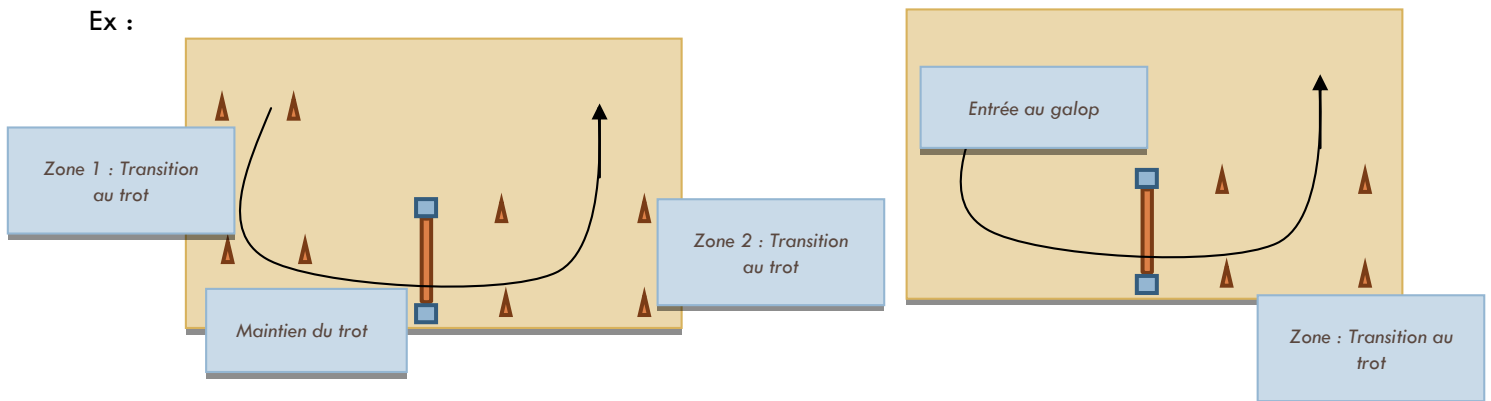
- La transition est conditionnée par :
 - la qualité du saut,
 - le profil de l'obstacle (par ordre de difficulté croissante : saut de puce >> vertical >> oxer),
 - la courbe (plus ou moins serrée)
 - l'allure avant le saut (trot ou galop)
- Contrôle de l'allure et de la vitesse à la réception d'un obstacle

Observables :

- Calme et fluidité
- Réalisation de la transition dans la zone
- Modification de l'équilibre longitudinal du cheval
- Verticalisation du haut du corps du cavalier

- Transition avant le saut puis abord au galop :

Ex :



La transition peut être réalisée d'abord en courbe puis en ligne droite à la réception du saut.

Plus simple de commencer par une entrée au trot avant le saut puis entrée au galop.

- ENTRE 2 OBSTACLES

Ce point est l'assemblage des 2 points travaillés précédemment.

4. Dans l'enchaînement d'un parcours

- Les transitions descendantes seront plus faciles à effectuer en début de parcours plus qu'à la fin et inversement pour les transitions montantes.
- Il faudra prendre soin d'alterner les courbes à droite et à gauche en tenant compte de l'augmentation de la difficulté lors des transitions dans le changement de main.
- On utilisera le contre-galop (Amateur 1) pour augmenter la difficulté technique du parcours.

- Pour les indices Elites, on peut remplacer les transitions par des changements de pied dans des zones définies en courbe pour changer de main, en ligne droite et vers le contre-galop



PROGRESSION ET EVOLUTION DES SAUTS DE PUCE DANS LA CONSTRUCTION ET LES DIFFICULTES

Technique Equestre :

1. Saut de puce en ligne droite
2. Saut de puce en courbe
3. Enchaînement de sauts de puce

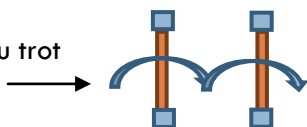
1. Saut de puce en ligne droite

Saut de puce >> 2 verticaux entrée au trot

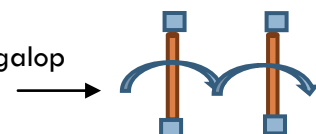
>> 2 verticaux entrée au galop



Entrée au trot



Entrée au galop



➤ Construction :

- 2 verticaux de 3.5 m de front minimum

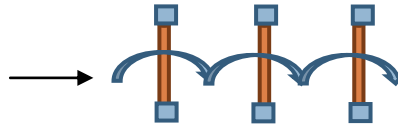
- 1/2 de la hauteur de l'épreuve
- 1^{er} petit et 2^{ème} peut être un peu plus haut et bien massif
- Distance entre les 2 sauts variables en fonction de l'allure de l'entrée et de la cavalerie cheval ou poney (3 m en moyenne)

Dans la progression, possible de varier la construction :

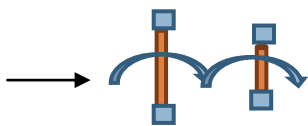
- 2 croix au trot ou au galop plus difficile car le cavalier doit être plus rigoureux sur le centrage des 2 obstacles



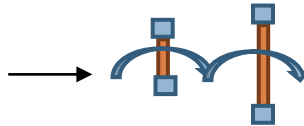
- Multiplier le nombre d'obstacles



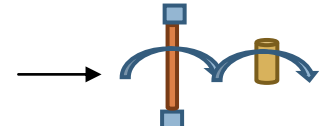
- Changer la largeur du front sur un ou plusieurs obstacles, oreillés ou non



Directionnel en sortie



Directionnel en entrée



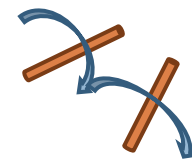
Soubassement simple

2. Saut de puce en courbe

- Saut de puce sur une courbe au trot ou au galop

Plus de difficulté sur le centrage des obstacles.

Contrôle des épaules du cheval très important sur la courbe.



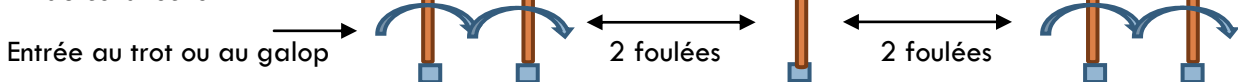
Construction :

- Front des obstacles assez larges
- Obstacles assez massifs
- Distances entre les obstacles mesurées de milieu à milieu
- Possibilité de multiplier le nombre d'obstacle

3. Enchaînement de sauts de puce

- En ligne droite, type ligne de mécanisation

Ex de construction :

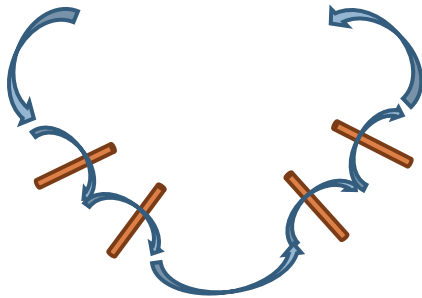


Saut de puce

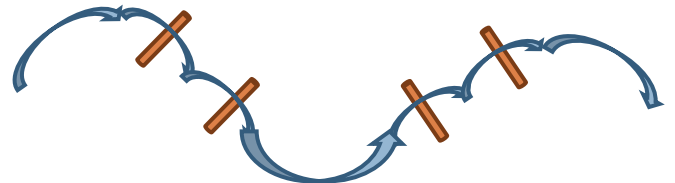
Oxer ou vertical

Saut de puce

- En courbe :



- Sur une courbe sur le même pied



- Avec changement de pied

Observables pour les 3 points précédemment :

- Souplesse des articulations basses
- Liant
- Maintien de l'équilibre
- Gestion du buste
- Alignement hanches/talons
- Regard panoramique
- Gestion de la rectitude
- Couloir des rênes ajustées
- Gestion de l'impulsion et de l'allure à l'abord

FONCTIONNEMENT DU CHEVAL ET DU CAVALIER SUR UNE LIGNE DE 4 OBSTACLES

Technique Equestre :

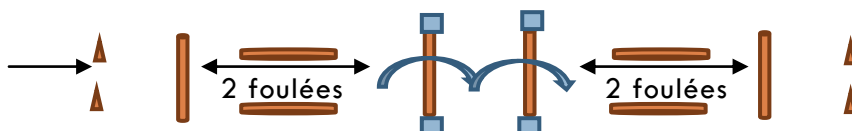
1. Progression Club 3 – 2 : Galop 3 à 5
2. Progression Club 1 – Elite – Amateur 3 : Galop 5 à 7
3. Progression Amateur 2 – 1 – Elite : Galop 7 et +

L'objectif est de mettre en place un dispositif qui avec de légères modifications peut faire travailler les cavaliers et les chevaux Club 3 à Amateur Elite.



1. Progression Club 3 – 2 : Galop 3 à 5

>> Barre au sol / 2 foulées / Saut de puce / 2 foulées / Barre au sol / Plots en entrée et en sortie / Couloir de barres entre les obstacles



Entrée trot ou galop

Barre au sol
Ou
Croix

Saut de puce
Ou
1 foulée

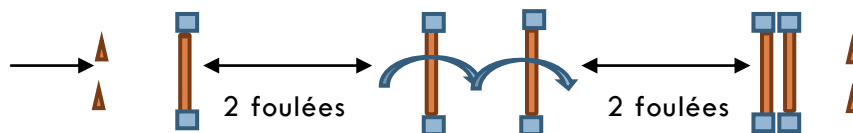
Barre au sol
Ou
Croix
Ou
Vertical
Ou
Oxer

Construction :

- Les profils des obstacles peuvent évoluer au fil d'une séance de travail ou sur plusieurs séances.
- Les hauteurs et les distances sont à adapter en fonction de la taille et du niveau des chevaux et du niveau des cavaliers.
- La ligne est matérialisée par des plots et des barres pour aider à la rectitude. Ces outils peuvent être retirés ou simplifiés en fonction du niveau des chevaux et des cavaliers.

2. Progression Club 1 – Elite – Amateur 3 : Galop 5 à 7

>> Vertical / 2 foulées / Saut de puce / 2 foulées / Oxer / Plots en entrée et en sortie



Entrée trot ou galop

Croix
Ou
Vertical

Saut de puce
Ou
1 foulée

Croix
Ou
Vertical
Ou
Oxer

Construction :

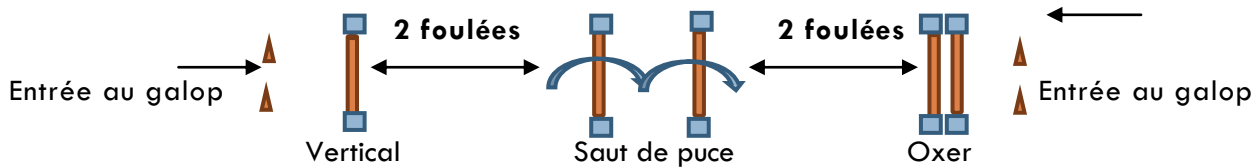
- Les profils des obstacles peuvent évoluer au fil d'une séance de travail ou sur plusieurs séances.
- Les hauteurs et les distances sont à adapter en fonction de la taille et du niveau des chevaux et du niveau des cavaliers.
- La ligne est matérialisée par des plots pour aider à la rectitude. Ils peuvent être retirés ou simplifiés en fonction du niveau des chevaux et des cavaliers.
- Un croisillon en entrée et/ou en sortie peut aider au centrage et à la rectitude lorsque le balisage par les plots est retiré.

3. Progression Amateur 2 – 1 – Elite : Galop 7 et +

>> Vertical / 2 foulées / Saut de puce / 2 foulées / Oxer / Plots en entrée et en sortie

Puis :

>> Oxer / 2 foulées / Saut de puce / 2 foulées / Vertical / Plots en entrée et en sortie



Construction :

- Les profils des obstacles peuvent évoluer au fil d'une séance de travail ou sur plusieurs séances.
- Les hauteurs et les distances sont à adapter en fonction de la taille et du niveau des chevaux et du niveau des cavaliers.
- La ligne est matérialisée par des plots pour aider à la rectitude. Ils peuvent être retirés ou simplifiés en fonction du niveau des chevaux et des cavaliers.
- Un croisillon en entrée et/ou en sortie peut aider au centrage et à la rectitude lorsque le balisage par les plots est retiré.
- La ligne peut se faire dans les 2 sens si l'oxer est monté carré, ce qui permet de travailler une ligne avec une entrée verticale ou une entrée oxer

Observables :

○ Cavalier :

- Amortir les sauts et suivre le fonctionnement du cheval
- Liant
- Regard haut et loin
- Maintien de l'équilibre
- Souplesse des articulations basses
- Se redresser entre les sauts
- Contact permanent et souple
- Rectitude et centrage sur la ligne
- Fixité du bas de jambe
- Gestion des abords



○ Cheval :

- Régularité de l'allure
- Franchise
- Respect des contrats de foulées
- Qualité des sauts
- Répétition des sauts
- Encadrement des obstacles
- Bonne parabole de saut

