

Les transitions

Par : Marie Alice Dumont

Les transitions sont un peu comme la bête noire de tous les cavaliers. On sait qu'on devrait les travailler, mais on préfère faire l'autruche, les ignorer et les laisser « pour plus tard ». Pourtant, le travail des transitions est primordial dans le dressage d'un cheval. Les transitions inter-allures (= entre les allures, exemple : transitions trot-pas) et intra-allures (= dans l'allure, exemple : trot allongé-trot rassemblé) vont améliorer l'équilibre et le fonctionnement du cheval, mais aussi son élasticité, la stabilité de sa mise en main, sa perméabilité aux aides, sa rectitude, son rythme et son activité.

Les deux conditions à avoir au préalable avant de travailler les transitions sont, d'avoir un cheval à l'écoute de vos aides et d'avoir un cheval sur le mors, qui accepte le contact, avec une mise en main stable (voir mes précédents articles). Une fois ces deux conditions réunies, vous pouvez entamer le travail des transitions.

LES TRANSITIONS TROT-PAS

Pour aborder les transitions trot-pas, installez-vous au trot de travail sur un cercle de 20 m. Vérifiez que votre cheval accepte bien votre jambe intérieure et votre rêne extérieure. Ne l'incurvez pas trop à l'intérieur, ceci risquerait de le tordre et de lui faire perdre l'équilibre dans votre transition. L'impression qui doit dominer ici est d'avoir un cheval droit sur le cercle et que vous le contrôlez entre votre jambe intérieure et rêne extérieure.

Pour bien préparer votre transition vers le pas et pour éviter que votre cheval creuse le dos, vous allez ralentir l'allure du trot palier par palier, en veillant à le décontracter dans chaque palier de trot, jusqu'à ce que le cheval « tombe » dans le pas par lui-même. En abordant les transitions de cette manière, en étalant la transition sur une longue distance, vous rendez la transition plus progressive pour le cheval et évitez ainsi que le cheval perde son attitude. Une fois la première foulée de pas enclenchée, n'oubliez pas d'activer les postérieurs, par une légère action de jambe afin que le cheval pousse bien dans la transition et qu'il reste attentif à vos aides. Le but est que la distance entre la première demande de réduction de l'allure et la transition en elle-même devienne de plus en plus courte, avec un cheval décontracté et stable dans sa mise en main.

LES TRANSITIONS TROT-GALOP

Même si les transitions pas-galop sont plus agréables à travailler pour la plupart des cavaliers, les transitions trot-galop sont, elles aussi, très importantes. Les transitions trot-galop sur le cercle de 20 m sont un excellent moyen, lors de l'échauffement, de « réveiller » un cheval un peu mou et de le rendre plus réactif aux aides. Elles vont également améliorer les deux allures, en les rendant plus souples et dynamiques. Demandez le départ au galop en X, demi-cercle au galop et puis, faites votre transition au trot en A. Alternez ainsi trot-



Les transitions trot-galop-trot sont un excellent moyen de « réveiller » un cheval qui manque d'impulsion.

Remake (propriété de Carlos et Isabelle Pinto). Photo provenant de la bibliothèque personnelle de Marie Dumont.

Photo prise par Xavier Dumont.

galop pour chaque demi-cercle, en vérifiant bien la décontraction du cheval et la stabilité de sa mise en main. Si votre cheval à tendance à relever la tête lors des transitions, et donc à creuser le dos, étalez vos transitions, comme expliqué plus haut, jusqu'au moment où vous sentez que le cheval est décontracté pendant sa transition descendante et montante.

LES TRANSITIONS INTRA-ALLURES

Plus communément appelées les transitions dans l'allure, elles sont intéressantes dans le sens qu'elles vont développer l'impulsion, l'élasticité et le brillant du cheval. Elles vont vous permettre également, à plus long terme, dans un travail plus avancé, d'améliorer les allures rassemblées, car un cheval qui sait se propulser vers l'avant par l'activité de ses postérieurs est un cheval qui est capable de recevoir du poids derrière, et donc de baisser les hanches et de monter son garrot.

Toujours sur un cercle de 20 m, dans un trot de travail assis, vous allez préparer votre cheval « comme si », je dis bien « comme si », vous allez faire une transition au pas (comme décrit plus haut), en vérifiant toujours la décontraction et la stabilité de la mise en main de votre cheval, sauf que, cette fois-ci, au lieu de le laisser passer au pas, vous allez directement le repousser dans un trot allongé. Attention de ne pas le « jeter » en avant, demandez-lui de façon progressive et stable, afin de ne pas le brusquer et qu'il ne perde pas son attitude et sa décontraction. Pour ce faire, visualisez bien des foulées qui deviennent de plus en plus grandes et qui s'étendent. L'objectif de cet exercice est de chercher un effet « accordéon ». Cet exercice peut être fait aux trois allures.

Travailler les transitions aide les cavaliers à déceler les points faibles. Si par exemple vous manquez de stabilité dans la mise en main ou de réactivité de la part du cheval à vos aides, alors retravaillez vos bases pour ensuite entamer le travail des transitions. Le travail des transitions oblige aussi les cavaliers à gérer le dosage de leurs aides ainsi que l'importance et l'impact de leur dos et de leur assiette.

