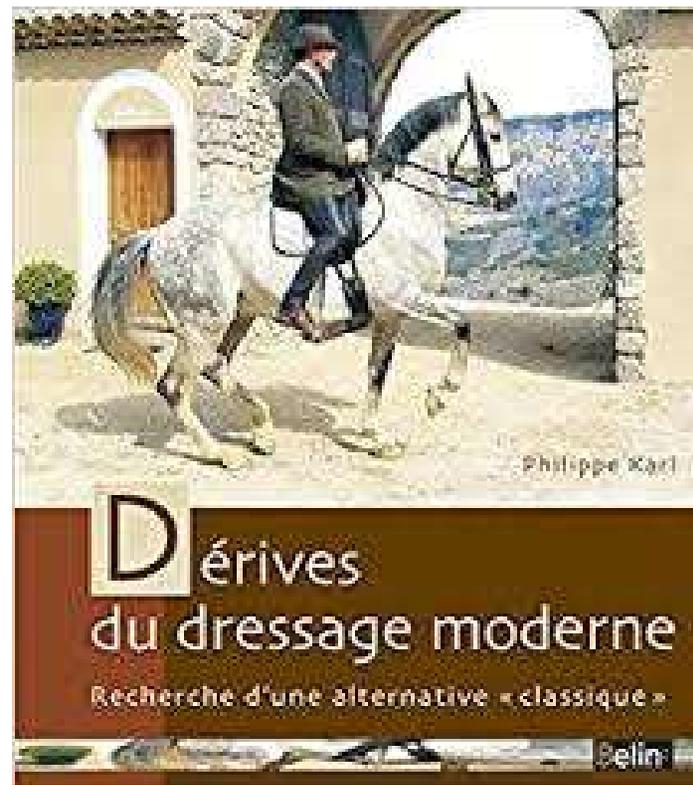


# Le sujet du jour : La méthode Karl

- Dans cette 15ème séance nous allons étudier la méthode de dressage de Philippe Karl



# Quels sont les intérêts de la méthode Karl ?



# Historique

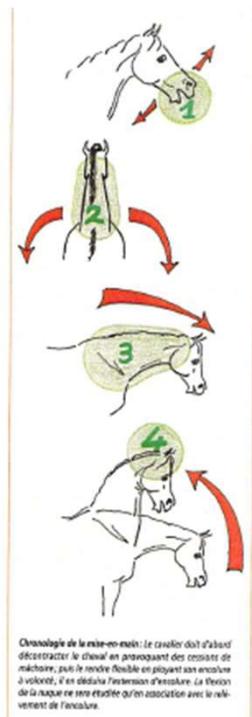
- Né en 1947 (73 ans)
- Instructeur d'équitation, dirige le CEZ de Rambouillet de 1971 à 1979
- Repéré en 1985 par le Général Durand écuyer en chef du Cadre Noir de Saumur
- Ecuyer du Cadre Noir pendant 13 ans
- A dressé Odin, Verdi et Tétra
- Crée l'école de légèreté en 2004



# Philosophie

- *« Le cavalier brutal, autoritaire ou simplement maladroit, focalise l'attention du cheval ... mais en devenant, par ignorance, un agresseur. Il déclenche des mécanismes de protection (contractions, résistances, défenses) qui parasitent ou annulent tout apprentissage de qualité »*
- *« Toute la compétence du cavalier tient dans la façon dont il programme une suite logique d'apprentissages »*

# Les assouplissements



# La mise en main

- Cession de mâchoire
  - A pied avec le filet en élevant la main
  - A pied avec la bride (deux rênes)
  - Monté en élevant les mains pour agir sur la commissure des lèvres
- Travail en bride à la française



# 1. Les flexions

- Contrôler la bouche et l'encolure
  - Flexions de mâchoire
  - Flexions d'encolure
- Assouplir
- Rassembler



Flexion latérale de l'encolure à pied: le cavalier commence en se plaçant du côté extérieur; la rêne intérieure passe par-dessus le milieu de l'encolure.



Dans un deuxième temps, le cavalier se place du côté intérieur. La rêne du dehors passe par-dessus la base de l'encolure. Le cavalier demande la cession de mâchoire et la flexion latérale en remontant l'anneau intérieur du filet vers la nuque.



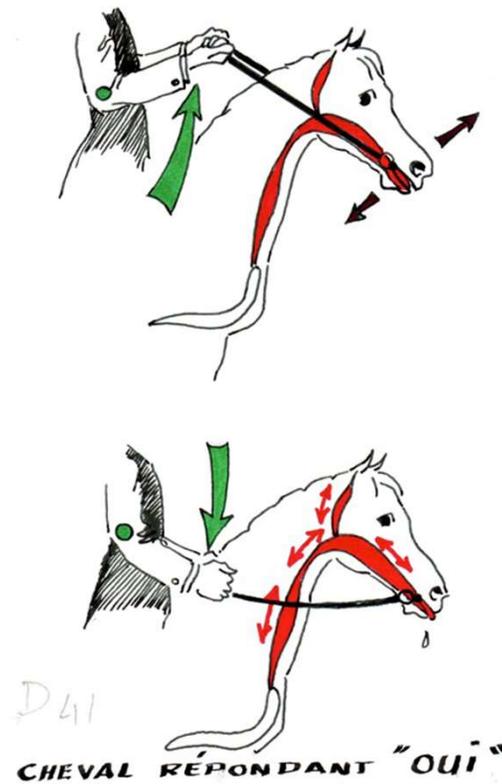
Avec la main extérieure, le cavalier pousse la tête du cheval dans le pli. © Lauricou.

# Actions de main sur la commissure des lèvres



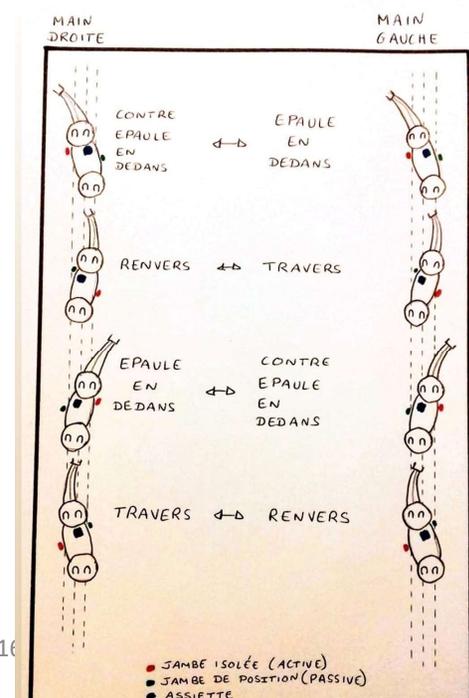
*Le cavalier prend la rêne du dedans en passant l'index dans l'anneau du filet. Il rapproche graduellement les deux mains jusqu'à ce que le cheval desserre franchement les mâchoires, puis il cède et garde un contact très léger tant que dure la mobilisation. ©Laurieux*

# Actions de main sur la commissure des lèvres



# rectitude

- S'obtient par des flexions prononcées de l'encolure
  - « La flexibilité longitudinale résulte du développement de la flexibilité latérale »
- Tourner en contre pli avec une rêne d'appui
  - Tête à l'extérieur
- Travail de deux pistes
  - Épaule en dedans, travers, renvers
- Reculer



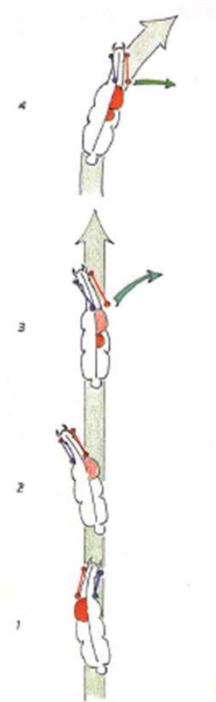
## 2. La rectitude



Si nécessaire, il peut faciliter la compréhension du cheval par une aide droite d'ouverture. ©Laurie



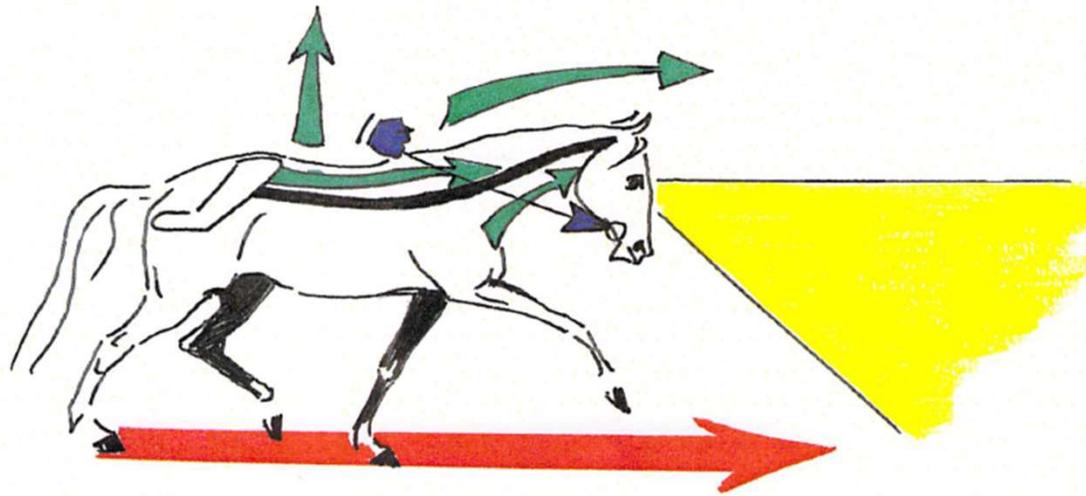
Aide d'appui assistée par...  
...une aide d'ouverture.



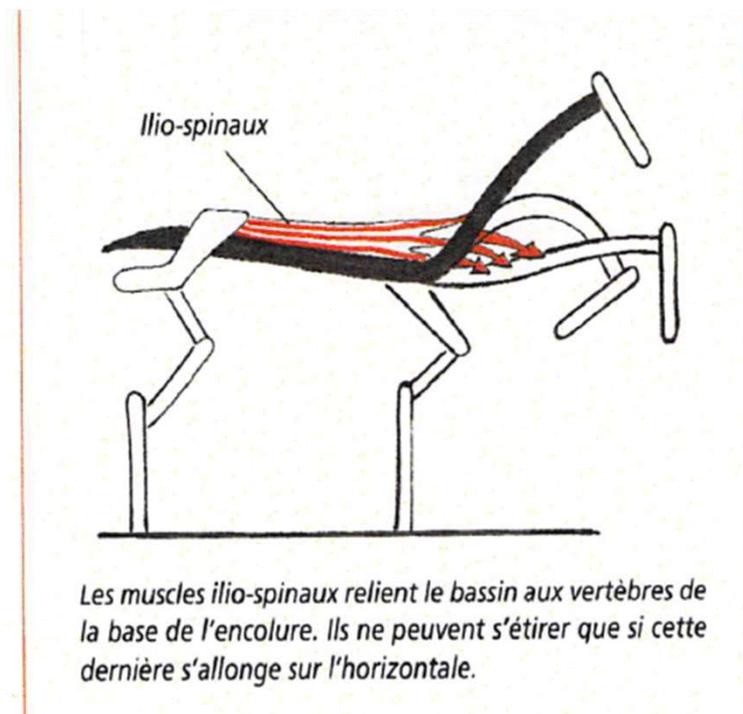
Le cheval creux à droite surcharge son épaule gauche et prend appui sur la rêne gauche (1). La tête à gauche reflète une partie du poids vers l'épaule droite, mais le cheval continue à se traverser (2). En appuyant la rêne gauche contre l'encolure et en chargeant l'assiette à droite, le cavalier ramène les épaules en face des hanches (3) et tourne ainsi le crâne (4). Le poids est alors reporté nettement sur l'épaule droite. Si nécessaire, le cavalier assiste la rêne d'appui gauche par une aide d'ouverture droite.

### 3. L'extension d'encolure

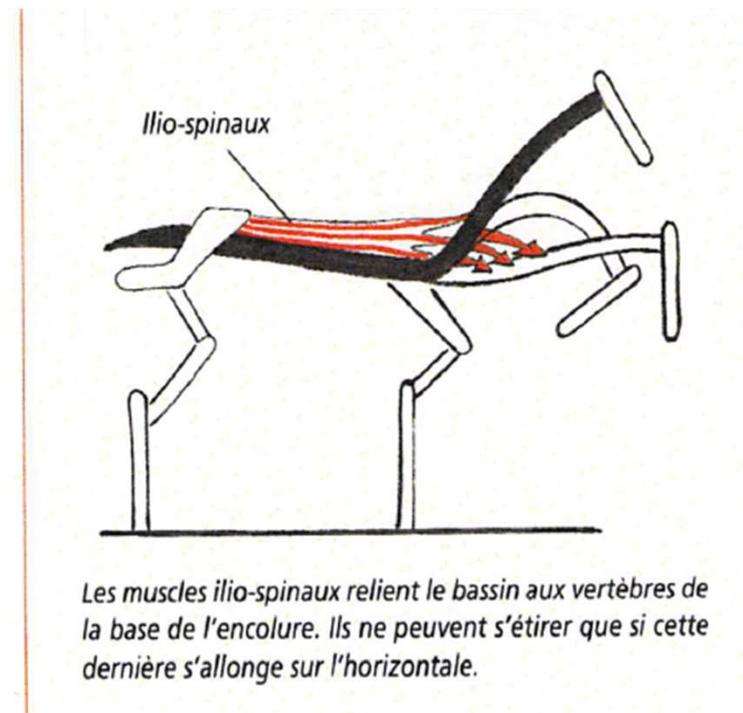
*Dans l'extension d'encolure, les ilio-spinaux sont mis en élongation, le segment dorso-lombaire remonte et se tend, le cheval s'arque sous la charge et porte mieux. Les brachio-céphaliques peuvent tirer les épaules loin en avant. L'extension de l'encolure favorise des gestes étendus et fait tendre les rênes. De plus, elle permet au cheval de voir où il va.*



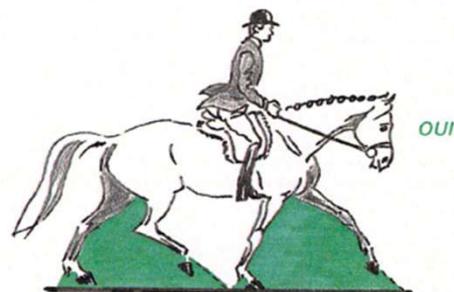
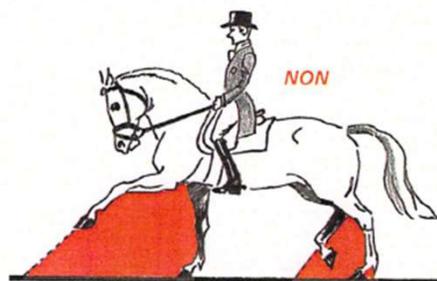
# Extension d'encolure



# Nuque en point le plus haut

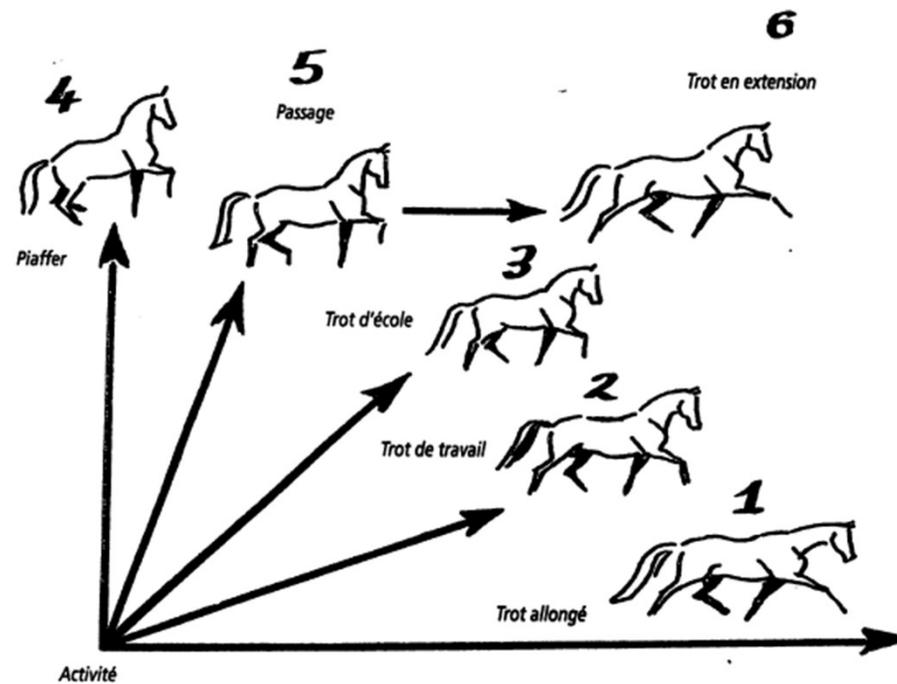


# Extension d'encolure



*Les jeunes chevaux ne devraient pas être présentés dans un trot en extension spectaculaire, au cours duquel ils contractent fort leur dos. Ils ne devraient montrer que du trot « allongé », encolure étendue, sous un cavalier au trot enlevé.*

## 4. Le rassembler



*La progression gymnastique du dressage doit mener du trot allongé au trot de travail, puis au trot d'école, au piaffer et au passage, pour aboutir au trot en extension.*

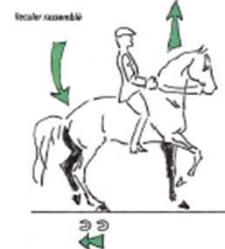
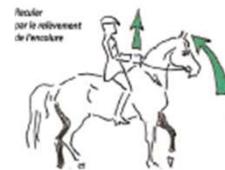
# Le rassembler



# Le rassembler

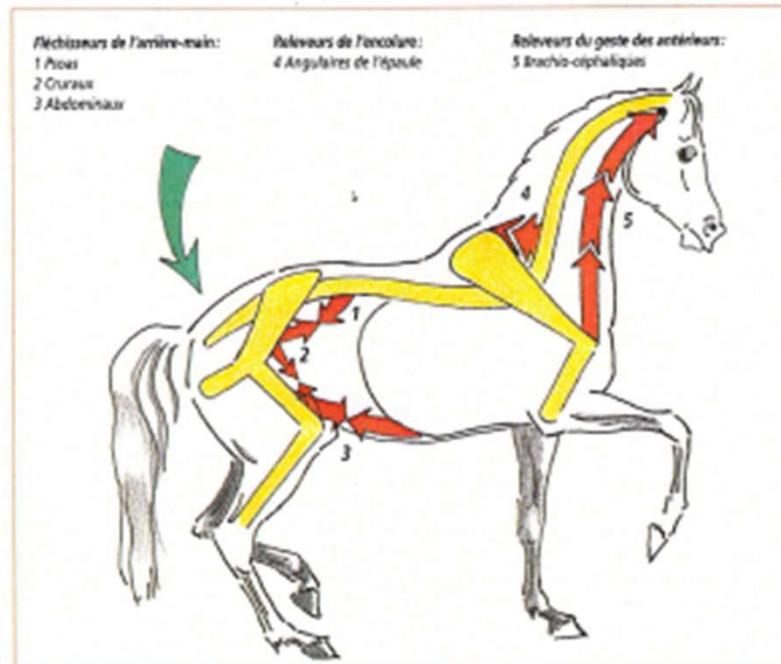


Selon leur conformation, tous les chevaux ne peuvent aborder le reculer de la même manière : avec les chevaux qui passent au-dessus de la main en renversant l'encolure et en croisant le dos, le cavalier devra entraîner le reculer dans l'extension d'encolure (jusqu'à réorientation de toute la ligne du dessus si-dessus). Avec les chevaux aptes à rentrer la base de l'encolure, le reculer s'effectuera par relèvement de l'encolure, amenant un premier reflux de la nuque vers les hanches (si-dessus).



Pour le reculer rassemblé, le cavalier fait le mouvement étagé par des touches répétées aux deux jambes, de sorte que les foulées se raccourcissent. Le cheval recule alors par une sorte de petit saut, avec flexion accrue de toutes les articulations et raccourcissement des bases.

# Le rassembler

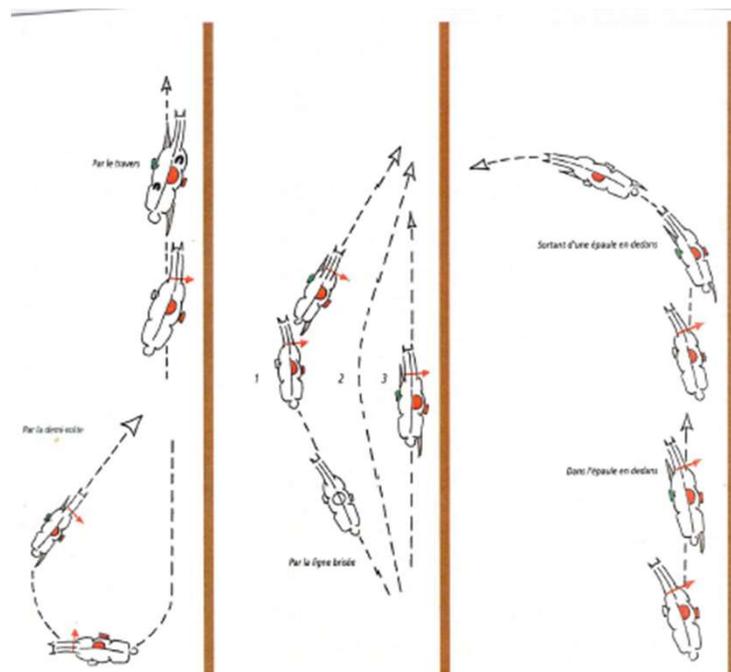


Dans un bon piaffer, les psoas, cruraux et abdominaux arrondissent le segment dorso-lombaire et provoquent la flexion des hanches. La base de l'encolure se relève, les brachio-céphaliques tirent les épaules vers le haut.

# Travail du piaffer

- Trot – arrêt - trot
- Trot – reculer – trot
- Dans l'épaule en dedans au pas
  - Le cheval est déjà traversé (évite les défenses)
  - Contrôle du pli
  - Assouplissement articulations

# Les départs au galop



■ Aides préparatoires  
■ Aides d'entraînement

Exercices pour l'enseignement du départ au galop à gauche:

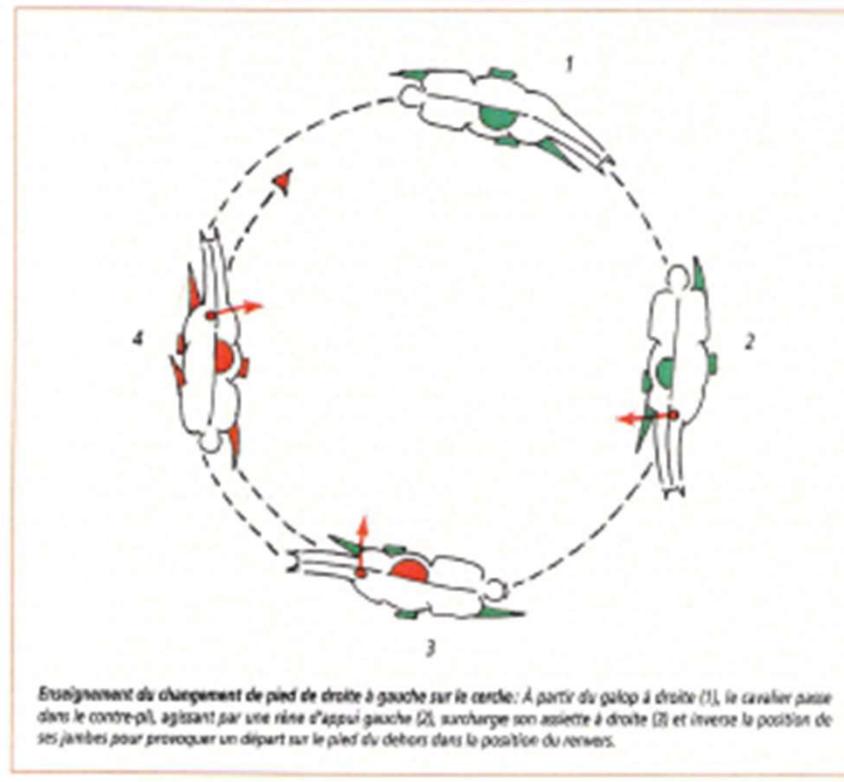
À gauche: Le cavalier obtiendra le départ élémentaire en le demandant à partir d'un travers, puis sur une demi-voile.  
Au milieu: Pour enseigner au cheval le départ au galop sur la ligne droite, le cavalier utilise une ligne brisée (1) dont il recule l'extrémité (2) jusqu'à obtenir progressivement le départ sur la ligne droite (3).  
À droite: Le cavalier travaillera le rectitude et le resserrer des départs au galop en prenant le galop à la suite d'une queue ou d'un dard, le cheval partant au galop sur une oblique ou un grand cercle. Ensuite, il pourra demander au cheval de prendre le galop en restant dans l'épaule en dedans.

# Le changement de pied au galop

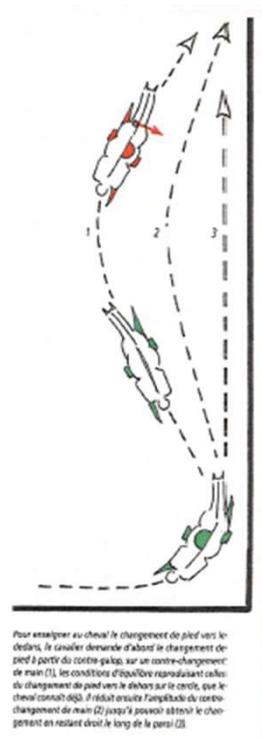
- Enseignement du contre galop ou galop à faux



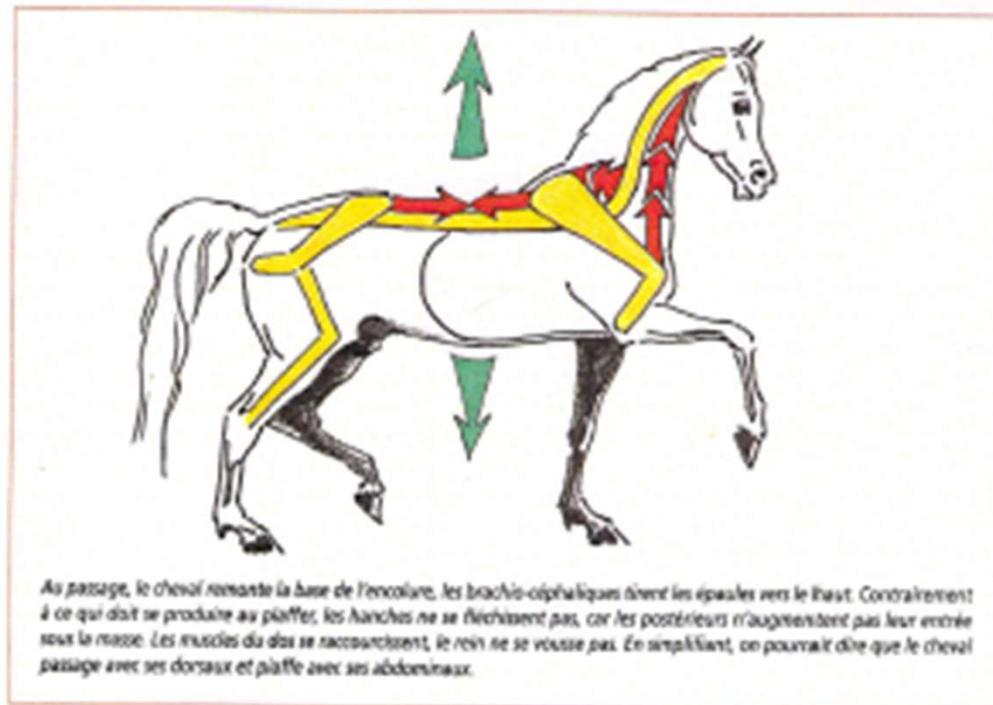
# Les changements de pied



# Les changements de pied



# Le passage



# Travail du passage

- A partir du pas espagnol
- Transitions pas espagnol - trot



# Apprentissage

## 1. Langage des aides

- Mains
- Jambes
- assiette

## 2. Déterminer le plus petit progrès possible

## 3. Préparer

- Position
- Equilibre
- locomotion

# Apprentissage

## 4. Récompense

- voix
- caresse
- Repos
- friandise

## 5. Répétition

## 6. Diminution des aides

# Adaptation physique

- Peut demander plusieurs mois
- Eviter l'ennui
  - Maintenir l'intérêt du cheval pour son travail
  - Varier les figures, les enchainements, les lieux

# Pas d'école

- Amélioration des allures
  - Ouvre les articulations
  - Ralentit le rythme du cheval



# Transitions vers des allures rapides

- Amélioration des allures
  - Ouvre les articulations
  - Ralentit le rythme du cheval
  - Fait pousser sur les postérieurs



# Pour aller plus loin

- Le Générateur de Haute Ecole
- Le Générateur de Souplesse

# Avez-vous des questions ?

