

## L'équitation, trop de préjugés - 1/2

**L'équitation est un sport encore trop méconnu ou mal vu du grand public. Voici un tour d'horizon des mauvais préjugés et de la véritable nature de ce sport.**

**L'équitation** est un sport qui a de nombreuses étiquettes collés sur son front. Nombre de ces préjugés sont faux, ou à comprendre d'une certaine manière. Voilà donc quelques corrections.

**L'équitation coûte cher** : ceci n'est qu'à demi vrai. Quand un enfant aborde la question de vouloir commencer un tel sport, c'est bien cette première idée qui vient à l'esprit des parents. Au début de la pratique de ce sport, et si l'on en reste au stade de club, l'équitation n'est pas plus cher qu'un autre sport. Il est vrai qu'il faut du matériel, mais quel sport n'en requiert pas un minimum ? Et généralement, les clubs peuvent fournir un casque aux débutants (ou aux pratiquants occasionnels). Le pantalon ? Un simple jogging peut faire l'affaire au début, ou un pantalon bien serré. Les bottes ? Une paire de bottes de pluie suffit (avec des talons, très important ! Question de sécurité). Et ce petit matériel suffit largement au commencement. Oui mais les cours ? Ce n'est pas parce que l'équitation fait intervenir un animal, que les cours sont à des prix inabornables, ce n'est pas le cheval qui prend des cours, c'est vous !

Il est certain que plus on avance, plus l'envie d'acquérir l'ensemble du matériel qu'offre le monde équestre est alléchant. Et c'est là, que l'idée reçue sur le coût de l'équitation, devient vraie. Le matériel actuel est très cher, mais souvent de bonne qualité et généralement en cuir. De plus, l'équitation étant le seul sport où un animal intervient, vous imaginez bien qu'un si grand animal a besoin de beaucoup de matériel. Mais ce stade de finance n'intervient qu'assez tard dans la carrière d'un cavalier, et ce uniquement si il a de sérieux moyens.

**L'équitation n'est pas un sport puisque qu'il ne muscle pas** : Faux, faux, faux, archi-faux ! L'équitation est un sport. Et qui plus est qui muscle véritablement. Ne serait-ce que parce que l'équitation est une discipline olympique, elle mériterait d'être considérée comme sport parmi la population française. Car en plus de partir pour Athènes, les français ont de fortes chances de remporter quelques médailles.

Ensuite au niveau du cavalier : parmi les personnes qui n'ont véritablement jamais monté à cheval (en mettant à part les tours de poneys fait dans la tendre enfance) je vous lance le défi de faire, ne serait-ce qu'une petite heure, un vrai cours d'équitation, attendez le lendemain, et vous verrez que l'équitation muscle partout. Il est clair que même avec 20 ans de cheval dans les jambes, vous n'atteindrez jamais la carrure de Schwarzenegger, même pas le tiers d'ailleurs. Mais le fait est que l'équitation muscle, différemment que les autres sports, mais cela muscle. Et jusque les plus petits adducteurs dont vous ne soupçonnez même pas l'existence. Vous utilisez tout, les jambes, les mollets tout comme les cuisses, les bras (un peu moins mais tout de même) jusque dans les doigts, le dos (rester archi droit pendant toute une séance de dressage vous le prouverons), et qui plus est vous utilisez votre tête ainsi que la matière grise qu'elle contient. Car quelle chose fantastique d'être responsable et attentif à un cheval. Une phrase dit "Il n'y a pas de secrets plus intimes que ceux d'un cavalier et de son cheval". Et il est vrai que comprendre un pareil animal est quelque chose de formidable. Ce n'est pas pour rien qu'on dit du cheval qu'il est la plus belle conquête de l'homme.

**En équitation, c'est le cheval qui fait tout** : Complètement faux !! En équitation, il n'y a qu'une unique et seule discipline où le cheval fait absolument tout, tout seul, c'est celle de tout faire pour vous mettre par terre. Sans vouloir effrayer les novices et les plus ignorants, pensez-vous qu'un animal qui pèse en moyenne 600 kg (pouvant atteindre la tonne pour les plus énormes) qui a un cerveau plus ou moins bien développé et qui plus est, est une proie, va tout faire tout seul dans le seul but de satisfaire la personne qui a posé son postérieur sur son dos ? Je vous garantis que non. Le cheval, à l'état sauvage, est une proie, qui plus est nous sommes pour lui un prédateur. Son premier réflexe inné sera de fuir devant nous, de tout faire pour nous échapper. Lorsqu'il sera apprivoisé, il ne saura pas de naissance comment ramener un troupeau de bétail, dérouler une reprise de dressage par cœur, ou passer un parcours d'obstacles sans faute en un temps record et cela tout seul, sans commande du cavalier ! Tout cela il l'apprend, avec un cavalier certes, mais c'est lui l'élève. Lorsqu'il sera bien

## L'équitation, trop de préjugés - 2/2

dressé, il sera apte à répondre aux demandes de son cavalier. Par exemple, pour faire avancer un cheval, on ne va pas hurler "yaaaaa" comme les cows-boys ou le matraquer de coups de cravache, non, une simple pression des mollets lui indiquera que l'on désire de lui qu'il se porte en avant. Et cela est valable dans toutes les disciplines équestres du monde.

En conclusion, l'équitation est un sport qui, malgré ses mauvaises étiquettes, apporte de grandes satisfactions à qui sait être persévérant et compréhensif. Car l'équitation, c'est même plus qu'un sport, c'est un art, des connaissances anatomiques, vétérinaires. C'est aussi des dizaines de disciplines différentes adaptées à tous les goûts, autant pour les sports d'équipe, de perfection, de sensations fortes et de jeux. Bref, un sport à choix multiples, et à pratiquer de 7 à 77 ans !