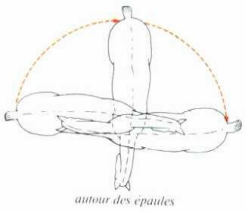
La cession à la jambe

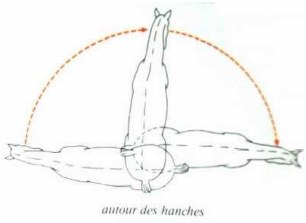
Définition : Assouplissement dans lequel le cheval se déplace de 2 pistes en restant droit. Cet exercice permet de vérifier l'obéissance à la jambe isolée. Exercice éducatif pour le cavalier qui permet aussi de vérifier sa capacité à déplacer son cheval de côté, latéralement, sans « tordre » l'encolure.

Analyse technique : base fondamentale du travail de 2 pistes/décontraction et assouplissement/ augmente la liberté des épaules/perfectionne la cadence/harmonisation de l'équilibre

EDA :sur une cession à la jambe droite : rêne gauche tendue/ rêne droite régularise le mouvement de l'épaule droite et l'empêche de tomber/ jambe gauche d'impulsion à la sangle/jambe droite en arrière de la sangle ± en arrière selon le degré de dressage/ poids du corps à gauche du coté intérieur (toujours du côté du déplacement des hanches)

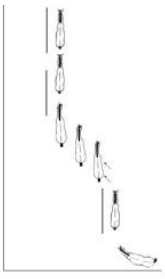
Progression : Avant tout le cavalier doit avoir été sensibilisé au contrôle des hanches par la jambe isolée (ex : demi-volte renversée en chassant les hanches/ doubler sur la largeur arrivée au mur jambe isolée pour se remettre sur la piste/ demi-tour autour des hanches) et au contrôle des épaules par la rêne d'appuie (par exemple doubler/slalom/demi-tour autour des épaules).



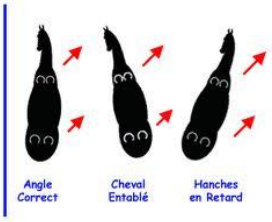


Je découvre le mouvement/ je crée le mouvement/ j'entretiens le mouvement/ je stoppe le mouvement

	Je découvre le mvt	Je crée le mvt	J'entretiens le mvt	Je stoppe le mvt
1-Le long du mur	√	√	√	
2-Le la ligne du ¼ vers le mur	√	√		
3-De la ligne médiane (A-C) vers le mur		√	√	
4-Du mur vers la ligne du ¼ ou ½ (ligne médiane)		√	√	√
5-Travail en escalier		√	√	√



Points clefs : épaules du cavalier dans la direction de la marche/ prédominance de la jambe d'impulsion pour favoriser le mouvement en avant/ Prédominance de la rêne du côté du déplacement. Fixer le point d'arrivée du regard/ Jambe isolée : 5 à 10 cm en arrière de la sangle et qui part à partir de la hanche

Observables : cheval droit d'épaules et de hanches/ parallèle aux grands côtés du manège/ avant-main précédant l'arrière-main (épaules devant les hanches)/ aucun pli demandé.

Défauts: laisser la jambe d'impulsion s'écarter. Partir d'abord avec les hanches et laisser le cheval s'entabler (hanches qui précèdent les épaules), chercher plus de mouvement latéral que de mouvement longitudinal.