

Stéphanie Chamonard

Biomécanique : le cheval en mouvement

Équilibre et entraînement pour une performance optimale

- ▶ Durée : 3 jours
- ▶ Lieu : Domaine d'Hippios - www.domainedhippios.fr - 1537 route de Francheleins 01090 Montceaux
- ▶ Tarif : Libéral : 400€ / Salarié : 600€
- ▶ Nombre maximum de participants : 10

Cette formation est adaptée à tous, même sans connaissances préalables particulières. La mise en pratique étant essentiellement de l'observation il n'est pas nécessaire d'avoir l'habitude de manipuler les chevaux.

DESCRIPTION

Cette formation explique l'anatomie du cheval, sa façon de se déplacer et vise à appliquer les lois de la mécanique à la physiologie du cheval. Ainsi, il est possible d'adapter et d'optimiser le travail et l'entraînement du cheval pour améliorer son confort et ses performances dans la discipline à laquelle il est destiné.

Elle comporte une partie théorique sur l'anatomie et le mouvement, et une importante partie pratique qui permet d'appliquer de manière concrète les principes expliqués.

JOUR 1

9h – 9h30 :

Présentation

9h30 – 11h :

1. **Comprendre l'anatomie du cheval**

- 1.1. Les particularités du squelette
- 1.2. Tendons et ligaments : un système d'attache fragile
- 1.3. Les muscles locomoteurs et posturaux

11h – 11h15 : Pause

11h15 – 12h30 :

- 1.1. Les fascias : un canevas méconnu
- 1.2. Les principaux organes
- 1.3. Quand le système nerveux nous parle
- 1.4. Pas de pied, pas de cheval

12h30 – 14h : Pause

14h – 15h30 :

2. **Pratique : conformation + posture + locomotion**

- 2.2. Analyse statique : conformation
- 2.3. Analyse statique : posture
- 2.4. Analyse du cheval en mouvement (dynamique)

15h30 – 15h45 : Pause

15h45 – 17h :

Pratique :

- 2.5. Palpation et repérage anatomique
- 2.6. Testings de mobilité
- 2.7. Observations comportementales

Jour 2 :

9h – 10h30 :

3. **De l'arrêt au mouvement :**

- 3.1. Le dos et les points charnières
- 3.2. L'avant-main
- 3.3. L'arrière-main
- 3.4. Rotule et système réciproque

10h30 – 10h45 : Pause

10h45 – 12h30 :

- 3.1. Les allures : pas, trot, galop
- 3.2. Déplacements latéraux
- 3.3. Position de tête et montée de garrot
- 3.4. Comment le cheval voit-il ?

12h30 – 14h : Pause

14h – 15h30 :

- 3.5. Qualités recherchées dans les allures (souplesse, régularité, impulsion, rectitude)
- 3.6. Les irrégularités des allures: de la boiterie à l'asymétrie
- 3.7. Mise en pratique

15h30 – 15h45 : Pause

15h45 – 17h30 :

- 3.8. Observations et applications pratiques

Jour 3 :

4. La biomécanique de tous les jours

9h – 10h30 :

- 4.1. Problèmes fréquemment rencontrés
- 4.2. L'importance de l'équipe de soignants (dentiste, maréchal, vétérinaire, ostéopathe, saddle-fitter...)

10h30 – 10h45 : Pause

10h45 – 12h30 :

- 4.3. Personnaliser l'entraînement et le travail du cheval

12h30 – 14h : Pause

14h – 15h30 et 15h45 – 17h30 :

- 4.4. Observations et cas pratiques sur les chevaux d'équithérapie du Domaine d'Hippios