



## L'équitation pour débutants en 13 questions et Suggestions.

Aux alentours de septembre 2000, ma fille Aurélie nous a présenté son intérêt pour des leçons d'équitation... ne sachant à l'époque quelle direction prendre ou vers qui me retourner pour un simple avis, j'essaye de rendre un petit service via ce guide.

Mon mari et moi étions complètement en harmonie avec le fait qu'Aurélie souhaite découvrir les chevaux mais ni un ni l'autre n'avions d'antécédent équestre – certain que nous avons fait de la randonnée et ce, toujours avec un guide et à l'occasion, je suis allé me promener avec le cheval du fermier d'en face durant mon adolescence... sans plus.

De toute façon, mon point de vue ici est que nous n'avions aucune référence et nous avons trouvé vraiment frustrant et une perte de temps pour trouver l'aide et le support nécessaires dans nos démarches. Au fil du temps, après avoir dépensé un montant d'argent considérable à la recherche de la bonne écurie essayant de trouver la bonne combinaison de facilité / qualité, d'un instructeur / entraîneur et d'avoir le sentiment d'en avoir pour notre argent, nous nous sommes rendu compte d'un manque à pallier...

Nous étions nouveaux dans ce merveilleux monde, avec un manque de confiance et de connaissances pour pouvoir guider clairement Aurélie – et, honnêtement, étions habités de ce sentiment d'être sans contrôle concernant cette expérience dans son ensemble.

Aussi, le fait d'avoir à faire avec la demande d'Aurélie ; elle voulait (ne le veulent-ils pas tous?!) avoir son cheval.... Pour une kyrielle de raisons, cette requête n'allait se produire... Ce ne fût qu'après quelques temps que nous avons réalisé qu'une école d'équitation nous offrait des avantages : qualité / temps / coûts en attendant que notre fille puisse être à même de connaître ce qu'est la réalité d'être cavalier-propriétaire.

En terme de leçons, nous avons appris de la manière dure et avons passé d'un centre à l'autre pendant ce périple et le mandat qu'Aurélie s'était donné concernant les leçons hebdomadaires ne fut pas à la hauteur de ses attentes quand un cours n'était pas assez "de challenge". En tous les cas, que ce soit par chance ou alors par un bon sens du jugement (ou p't'être malgré nous!!), Aurélie a développé une réelle passion pour le sport ainsi qu'envers l'animal -laquelle durera toute sa vie durant..... un sens de la responsabilité envers les autres, le développement d'un certain comportement d'entraide et surtout une estime du soi à toute épreuve... Tous ceux qui la connaissent ne peuvent qu'acquiescer.

C'est pour aider d'autres débutants /parents que nous avons créé ce document.

Aussi, un livre **POUR LES DÉBUTANTS** sera disponible bientôt.

Notre but ici n'est que de vous apporter un support à travers certains questionnements et les réalités qui s'y appliquent. Vous aidez à comprendre à quoi vous attendre avant de commencer ce voyage, comment aider votre enfant au mieux de vos capacités dans son cheminement sportif ou de loisir, progresser avec ses talents ainsi qu'avec l'apprentissage de la théorie et surtout pour pouvoir vous impliquer dans cette enrichissante expérience d'aventure.

Suivez nous via Facebook... Nous tenons une page **ECURIE DORELES** sur laquelle nous référons des conseils de professionnels (vétérinaire, maréchal.)

Brenda!





Les grandes questions que les parents demandent sur l'équitation pour leurs enfants. –Un simple guide.

## Côté sécurité, comment mon enfant sera-t-il protégé?

Monter à cheval, comme dans tous les sports, comporte des risques inhérents. En inscrivant votre enfant à un programme de leçon qui adhère à des critères de sécurité standardisés, vous convalez à l'importance d'agir prudemment lorsqu'en présence de chevaux.

La sécurité autour des chevaux se doit d'être observée tant à l'écurie qu'en selle. Avant de manipuler un cheval seul, votre enfant se doit de recevoir un premier cours explicatif et surtout démonstratif. La réussite est dans le détail. Une fois en selle, question de mettre en confiance, le cheval sera tenu en longe. Cette façon de faire est fréquemment utilisée car l'enfant se concentre sur lui et pas sur le manque de contrôle du cheval.

## Quel équipement devrais-je acheter?

A priori, c'est l'écurie choisie pour les leçons qui déterminera les achats à faire... Initialement, les parents devraient planifier l'achat d'une bonne paire de "ropers" (bottillons de cuir lacés) ainsi qu'une bombe. Quelques centres offrent aux élèves les équipements du centre pour les quelques premières leçons... Toutefois, un coup décidé, si votre enfant désire aller plus loin, il est de convenance d'acheter une bombe bien ajustée pour un maximum de sécurité.

Au fil du temps, de bons jeans, des chapettes et des gants peuvent devenir utiles selon les saisons. Il demeure peu probable, à moins que vous ne planifiez d'acheter un cheval, que vous ayez à déboursier pour des équipements utilitaires aux chevaux.



## Comment l'instructeur détecte-t-il le niveau de confiance?



La confiance en soi d'un débutant est un aspect de la psychologie sportive qui demeure un challenge pour l'instructeur. Lorsque celui-ci est allé dans une bonne école, qui a bénéficié de l'expérience de coach qui ont fait leurs preuves, et qu'il a acquis une multitude de diplômes, trophées et qui se passionne encore dans son art, je serais tendancieuse à fonder.... Au fil des progrès de l'enfant, il a toujours un jeu, un truc, des exercices et des explications disponibles pour aider et encourager son élève dans son évolution. S'informer sur les formations continues / cliniques etc....

Plusieurs cavaliers sont timides et nécessitent assistance dans la construction de leur estime. À l'opposé, d'autres arrivent et doivent être retenu et ce dans leur intérêt ainsi que pour la sécurité des autres cavaliers et des chevaux. La finesse de l'instructeur pour faire les bonnes équipes cavalier/cheval est de base afin d'installer une relation de confiance pour permettre à l'élève de s'améliorer.

## Est-ce difficile d'apprendre à monter?

L'apprentissage ne devrait pas être difficile ; au contraire ça devrait être une expérience relaxante et gratifiante. En venir qu'à être en harmonie avec un animal de cette taille développe une estime du soi sans comparable .Toutefois, il arrive parfois que les cavaliers soient frustrés par les défis de l'apprentissage de nouvelles aptitudes, que ce soit dans l'acquisition d'une bonne position, la gestion caractère de la monture (c'est qu'ils sont intelligents ces chevaux!) MAIS le fait de poursuivre amène la maîtrise qui en bout de ligne, souffle sur les nuages des frustrations du début...le but étant de faire équipe avec sa monture...l'équitation est une question de partenariat avant tout!

Il est plaisant avant de commencer les leçons d'attiser l'intérêt de son enfant via des articles, des photos, recherches sur le net ...Mettre en place les attentes réelles..."Quand ça a l'air facile, c'est qu'en général le cavalier est bon!!" c'est la philosophie du sport...Pour devenir élite, tous doivent faire fi des efforts, de l'investissement de temps, de patience, de persévérance et de travail acharné...c'est la base de la clé du succès...



## Où devrais-je inscrire mon enfant?



Traditionnellement parlant, les recherches devraient vous mener dans une écurie accréditée et bien assurée. Les facilités seront bien adaptées pour des débutants et les installations en bon état, la propreté des lieux est à considérer ainsi que l'état des animaux. Sont-ils membres d'associations? Quand vous prendrez contact, demandez la durée d'un cours?, combien de temps en selle?, le prix de chaque cours?, y-a-t-il des prérequis ? y-a-t-il une fiche d'assiduité? Des pénalités si annulation?...Demandez une visite et observez si il y a un cours...La plupart des écuries se feront un plaisir d'accéder à vos requêtes...

## Et moi en tant que parent, quelle sont les techniques à connaître ?

Une des meilleures implications que vous faire reste l'observation durant les leçons...ça développe le renforcement positif envers votre enfant. De répéter les instructions et les points importants des cours sont sans prix dans le progrès de votre enfant. Qui plus est, plusieurs parents trouvent que le temps passé à l'écurie avec leurs enfants est une expérience enrichissante car c'est un temps privilégié dans leur relation...ça crée des liens et aide à passer à travers lors de moment moins facile...

Une volonté de votre part d'en apprendre plus sur les chevaux et leurs soins en général est un atout dans leur progrès Plusieurs parents deviennent d'excellents "grooms" et ça participe au support du moral des jeunes .Si vous voulez apprendre questionnez et soyez prêt à travailler aux côtés de votre enfants...





## Quelles qualités dois-je rechercher chez un instructeur?

Quand vous recherchez quelqu'un comme un instructeur, allez vers des gens "assaisonnés"...C'est-à-dire : qualifiés, avec un bagage d'expérience varié, une personne qui est une source d'information. La personnalité a son importance car vous voulez que votre enfant développe un lien de confiance avec son instructeur. Si votre enfant exprime un certain intérêt que ce soit vers la monte western, classique ou de randonnée (équitation de loisir), dirigez-vous vers un instructeur qui se spécialise dans la discipline choisie. Toutefois, si vous habitez dans une région moins bien desservie dans le choix de centre équestre, sachez que la plupart de ces centres ont quelque chose à offrir pour commencer...et qu'aucun instructeur n'est sélectionné pour la vie!!! Au fil des progrès de votre enfant dans ce merveilleux monde, le temps justifiera la continuité avec le même centre ou alors un changement...Mais, faites vos démarches, il y en a pour tous les goûts!!!

## Quelles sont les différences entre les montes? (western, de randonnée & d'attelage, classique)

Il y a une multitude d'activités à faire avec un cheval...les plus connues étant la monte western avec comme discipline la plaisance, le gymkhana, le reining...et la monte anglaise / classique avec les disciplines de sauts, dressage et cross-country. Ces cours sont sanctionnés par la fédération équestre du Québec et Canada hippique et peuvent mener, si le jeune le désire, à des compétitions. Ces cours sont donnés en manège.

Il existe aussi QUÉBEC À CHEVAL qui se spécialise dans l'équitation de loisir. Donc de la simple ballade d'une heure jusqu'à l'expédition de quelques jours, ces cours sont donnés en fonction de développer un esprit plein airiste, tout en faisant acquérir au participant des connaissances et habiletés en fonction d'une pratique sécuritaire et agréable de la randonnée équestre. Comme discipline de compétition, il y a le TRÉC, qui consiste à un circuit truffé d'obstacles, le facteur temps en pris en ligne de compte ainsi que l'orientation...



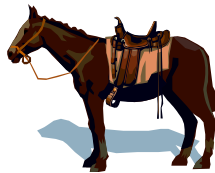


## Quels sont les coûts reliés en équitation?

Pour un débutant, les coûts se concentrent sur les frais des leçons et l'achat d'équipement initial intrinsèque à votre enfant...c'est-à-dire sa bombe, une bonne paire de bottes.

Au fur et à mesure que le cavalier progresse, des dépenses additionnelles sont à prévoir...des vêtements appropriés aux saisons, et si votre enfant se joint à la compétition, des frais de membership des différentes associations, les costumes, les frais des classes (lors des compétitions.), de transport, de location de chevaux et de coaching.....

Si il est dans les plans d'acquiescer un cheval, les dépenses ne se limitent pas à l'achat; Penser à une médecine préventive (vétérinaire), le soin des sabots avec un maréchal ferrant, la pension, l'équipement du cavalier et celui du cheval et ne pas oublier les accessoires pour les soins corporels de votre animal...et vos frais de transport pour aller et venir prendre soins du dit cheval...il est vivant et sa santé mentale dépend de l'assiduité de son propriétaire...



## Devrais-je acheter un cheval pour mon enfant?

Malheureusement vous seul êtes en position de répondre à cette question.

Si il vous plaît, sachez que l'investissement initial, l'achat du cheval, est le moindre des coûts reliés au plaisir d'être cavalier-propriétaire. Si votre enfant veut un cheval, il est vital qu'il comprenne qu'il aura un ajustement dans son style de vie; car un cheval demande des soins et de l'entraînement au quotidien, à moins que votre budget ne soit un obstacle, et que vous ayez les moyens de confier ces soins à autrui.

Traditionnellement parlant, encourager votre enfant avec des cours et / ou progressivement lui proposer une location demi-pension (pour un montant x, l'élève peut sur réservation venir monter à volonté) demeure intéressant pour tous. Une location offre l'opportunité d'expérimenter plusieurs facettes faisant partie intégrante des joies d'être cavalier/propriétaire et ce sans les traces de l'engagement.



## Et les assurances???

Le dossier des assurances est un dossier à 2 temps...

De par la loi, les centres équestres se doivent d'être assurés : responsabilité civile, Et selon les services offerts (cours, randos, pension...), les centres ont pour devoir de veiller à ce que tout soit sécuritaire (équipements, lieux, clôtures...)

### .IL EST DE VOTRE DEVOIR DE VALIDER CES INTERROGATIONS.

Lorsque vous êtes cavalier-propriétaire, là aussi vous devez avoir votre propre assurance, même si votre centre est assuré. Comme pour l'automobile, tous cherchent un responsable, un coupable ; si le centre choisit prouve qu'il n'est responsable en rien de quoi que ce soit, c'est un malheureux accident, pour votre animal ou alors pour votre enfant, soeur, ami ou parent.

Alors si vous êtes assuré, vous aurez au moins vers votre compagnie d'assurance vers laquelle vous retourner.

En adhérant à des associations telles que QAC ou FEQ, vous bénéficiez d'une certaine couverture...à vérifier en temps et lieux.

## Dois-je avoir des connaissances en ce qui attrait la régie d'écurie?

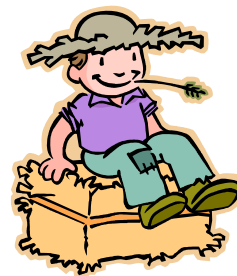
Non, comme parent vous n'avez pas besoin de ces connaissances de régie...

À leur début, les apprentis cavaliers sont tenus de suivre leurs leçons avec assiduité.

MAIS au fur et à mesure que votre enfant progressera, il peut vouloir s'impliquer dans la routine des activités d'écurie. Par exemple, nourrir les chevaux, corvée de boulettes (fumier), entretien des équipements, soins aux chevaux, ménage.



Saisonnier...Si ça vous tente, laissez le savoir, l'implication volontaire est une bonne



façon d'apprendre concrètement.



Est-ce que mon enfant doit être en forme physique??



La mise en forme d'un cavalier fait partie intégrante des sports équestres. Une bonne condition physique facilite les progrès, un minimum de force, beaucoup de flexibilité et de souplesse et un cardio sont nécessaires. Ce qui est intéressant de savoir, une bonne façon d'améliorer sa condition physique est la participation aux corvées d'écurie en général...manipuler des balles de foin, faire marcher les chevaux, les brosser, ramasser des brouettes de boulettes sont que quelques stratégies qui favorise une mise en forme.



Voilà !!!

En espérant que ces informations furent utiles et à propos.

Si toutefois vous aviez d'autres questions, vous pouvez me les communiquer via notre page Facebook : [Ceurig Dorziès](#).



Brenda!