

# A terra come in sella

Il lavoro da terra è fondamentale.  
Capiamo insieme quando e come può  
essere utile per noi e il nostro cavallo



**S**esso ci dimentichiamo dell'importanza del lavoro da terra ma una volta inserito nel nostro programma diventerà una pratica a cui non riusciremo più a rinunciare.

## QUANDO E PERCHÉ?

Per conoscerci e creare una relazione. Da terra possiamo essere osservatori senza necessariamente esigere qualcosa dal cavallo, possiamo condividere il tempo e lo spazio con lui, il migliore inizio che può avere la nostra amicizia. Possiamo fare giretti, esplorare, fare nuove esperienze in una condizione più paritaria e senza metterci in pericolo quando ancora non ci conosciamo.



In campo, lezione da terra con Siria e il frisone Onyx, Cinzia e l'andaluso Ijado.  
Sopra: in libertà, il migliore inizio è la condivisione.



### CONDUZIONE

Un insegnamento fondamentale per noi e per il nostro cavallo, sin da puledro. Quanto è importante la qualità del camminare insieme? Tantissimo e dal grande riscontro una volta che saremo in sella. Il nostro passo, ritmo, orientamento del corpo, sguardo respiro, influiscono enormemente sul cavallo.



### LAVORO ALLA MANO

Possiamo creare le basi della messa in mano, del controllo delle spalle e delle anche. Tanti problemi in sella possono essere evitati preparando correttamente il cavallo alla mano e, nel futuro, tante piccole cose potranno essere perfezionate proprio in questo modo. Non solo insegniamo ma impariamo noi stessi a sentire il cavallo.



**Nuovi insegnamenti.** Ogni volta che ci è possibile è buona norma affrontare nuovi esercizi e insegnamenti da terra prima di richiederli in sella, per i cavalli è infatti più facile e naturale comprenderci quando non siamo sul loro dorso, per diversi motivi. In primo luogo da sopra la sella siamo fuori dal campo visivo del nostro amico inoltre per lui è più complesso organizzarsi se è caricato del nostro peso.

**Cavalli giovani e cavalli anziani, per tutti nel riscaldamento.** I puledri hanno bisogno di potersi esprimere

prima di essere cavalcati, se hanno necessità di correre o sgroppare per sgranchirsi le gambe o per giocare, è giusto che lo possano fare senza il nostro peso sulla schiena. Questo vale anche per tutti i cavalli esuberanti. Allo stesso

modo, gli anziani hanno bisogno di tempi più lunghi e tranquilli per riscaldare le schiene, niente di meglio allora di un po' di lavoro a terra prima di montare in sella. Per ogni età, soprattutto nel periodo freddo, è

comunque consigliabile fare un corretto riscaldamento muscolare a terra prima di cavalcare. Vale per il cavallo, ma in realtà anche per noi...

**Ginnastica.** Per il nostro amico non è scontato organizzarsi correttamente sotto



**STRETCHING  
E MOBILIZZAZIONE DEL COLLO**

Francesca e Whisper ci mostrano un esercizio sulla mobilità dell'incollatura. Non si tratta di giochi ma di esercizi da eseguire correttamente, un valore aggiunto alla nostra relazione con il cavallo, alla sua atleticità e alla percezione che abbiamo del suo corpo.

il nostro peso, tutto l'addestramento si può dire abbia questo scopo, per tutta la vita del cavallo. In una visione rispettosa e consapevole è sempre preferibile rinforzare e preparare il fisico del cavallo prima a terra per montare solo quando è atleticamente pronto.

**Per motivi di salute.** Ogni volta che non possiamo cavalcare perché impossibilitati noi o il nostro cavallo, non dobbiamo rinunciare a un piacevole e utile lavoro insieme. Con un po' di fantasia e buona volontà possiamo eseguire un lavoro molto completo senza salire in sella.

**Per sicurezza o per riprendere fiducia.** La sicurezza prima di tutto, per noi e per il nostro cavallo! Se è un periodo difficile perché non sostituire il lavoro in sella con quello a terra se siamo o ci sentiamo più al sicuro? Inoltre è il modo migliore e più sensato per riprendere fiducia dopo una brutta caduta o uno spavento insieme. Per tutte queste ragioni il lavoro da terra è irrinunciabile!

## Divertimento, ginnastica, riscaldamento o solo stare insieme, quante cose possiamo fare da terra!

### DI COSA SI TRATTA?

Il programma che propongo tiene in grande considerazione l'approccio da terra e tutte le motivazioni sopra elencate. Una cosa è certa, non ci annoieremo mai! Vediamo di cosa si tratta e quante possibilità si apriranno. Come al solito, tanta tecnica e... fantasia!

### Approccio in libertà.

Il lavoro in libertà che pro-

pongo è un modo ideale per conoscere a fondo il nostro cavallo e sviluppare una relazione solida e spontanea con lui. Ci si osserva a vicenda senza fare richieste, si impara a trovare piacevole il tempo insieme e a come interagire l'uno con l'altro sino a ritrovarsi veri amici che passeggiano insieme chiacchierando. Possiamo interagire anche prima o

dopo il lavoro montato, spesso i cavalli amano rotolarsi nella sabbia e rilassarsi con noi dopo l'allenamento; potrebbe essere un buon modo per vedere se dopo il lavoro il nostro amico è stanco o se ha ancora voglia di stare con noi.

### Conduzione.

Spesso non si dà abbastanza importanza a questo aspetto. La conduzione è letteralmente il modo in cui conduciamo il nostro cavallo da terra. Come lo portiamo da un punto all'altro, come si lascia pulire, governare, come ci segue sul trailer, in un rigagnolo d'acqua, come risponde alle richieste più basilari. Negli anni ho capito che come camminiamo, dalla nostra postura, ritmo e intenzione, gettiamo le basi fondamentali per l'intesa con il cavallo. Nella conduzione ci alleniamo a questo scopo, il cavallo impara a seguirci perché noi impariamo a essere chiari e affidabili. A questo stadio stiamo già preparando aspetti importanti per l'addestramento futuro quali la qualità del passo e l'equilibrio con cui il nostro amico cammina, volta o si ferma. Molti dei comandi di base che ci serviranno in sella possono essere insegnati e migliorati nella conduzione.

### Lavoro alla mano.

'Alla mano' è come prepariamo, a fianco del cavallo, tutti i comandi che ci serviranno in sella. Instauriamo il dialo-

## Equitazione in Armonia

Equitazione in Armonia nasce dalla ricerca di una bella equitazione che esalti le doti naturali di ogni cavallo e la sensibilità del suo cavaliere. Si ispira al sapere tramandatosi nei secoli dai Maestri Classici di Arte Equestre, rispettando al contempo i bisogni psico-fisici del cavallo. Il binomio cerca partnership e rispetto reciproco nella comunione di intenti, in uno studio e ricerca continua di armonia ed equilibrio.

Per contattare Giulia Gaibazzi consultare il sito [www.equitazioneinarmonia.it](http://www.equitazioneinarmonia.it)





### LAVORO ALLA LONGIA

Alla longia possiamo eseguire correttamente tutte le figure di maneggio ed è così che dovrebbe essere considerato questo lavoro: completo, preciso e divertente! Tutto ciò che facciamo deve avere un senso per il cavallo, essere utile, non danneggiarlo e farci divertire insieme!

go tra la nostra mano e il cavallo tramite le redini, con e senza imboccatura. Ci coordiniamo nel nostro linguaggio del corpo, insegnamo a spostare le spalle e le anche. Oltre l'insegnamento, questo lavoro ha un ruolo importante nella preparazione atletica del cavallo, possiamo sviluppare così moltissimi esercizi, lavorare sulla flessibilità del collo e sulla mobilità delle spalle e delle anche, i movimenti laterali e le transizioni. In questa fase la conduzione è portata ad alti livelli, in una modalità che è ancora da terra ma al cavallo ricorda molto i comandi che riceverà in sella.

### Stretching e mobilizzazione del collo.

Questi esercizi, appresi correttamente, sono uno strumento importante per il nostro binomio. Possiamo scegliere quando esercitarli e possono essere una valida alternativa al lavoro quando non abbiamo molto tempo oppure piove e non disponiamo di un maneggio coperto per montare ma vogliamo comunque fare qualcosa di utile. La mobi-



lizzazione del collo si avvale di leccornie per invitare il cavallo a flettersi ed estendersi, può essere un buon momento per trattare il tema di come utilizzare il cibo nell'addestramento in maniera costruttiva, rimanendo sempre in sicurezza. Lo stretching riguarda invece gli arti del cavallo, agisce su tutta la sua muscolatura e ci

aiuta a prendere manualità e consapevolezza del suo corpo. Questi esercizi sono divertenti ma non sono dei giochi, dobbiamo svolgerli nella maniera corretta per non danneggiare il cavallo.

### Lavoro alla longia.

Lavorare un cavallo alla corda o alla longia non significa farlo girare solo in circolo al fine di stancarlo, anzi, è un

ottimo modo per coordinarsi anche a distanze maggiori del lavoro alla mano, allenarlo a seguire correttamente traiettorie dritte oltre che circolari, cambi di direzione e transizioni accurate. Il cavallo impara a gestire il suo corpo in maniera corretta, allena la muscolatura del dorso e migliora l'equilibrio in ogni movimento. Non leghiamo mai la corda all'imboccatura per non rischiare di dare colpi o strattoni alla bocca del cavallo, non utilizziamo redini ausiliarie e imbriglianti per obbligarlo in nessuna posizione, al contrario, impareremo a influire correttamente sul movimento del cavallo per insegnargli il modo migliore e più naturale di assumere la postura corretta.

Dopo la preparazione di base possiamo aggiungere barriere, cavalletti, passaggi strani, lavorare all'esterno del campo, sfruttare salite e discese, ponticelli. Insomma, come vi ho detto, impossibile annoiarsi, spazio alla fantasia! Questo lavoro ci permette di raggiungere una certa completezza nella preparazione da terra potendo lavorare anche alle andature più veloci.

### IN CONCLUSIONE

È un'autentica scoperta sperimentare l'utilità e il divertimento del lavoro da terra, inoltre, una preparazione accurata previene incomprensioni e problematiche in sella e alle volte è l'unica soluzione gentile a danni già avvenuti nel passato. Noi e il nostro cavallo impareremo a conoscerci, a capirci e a rispettarci, migliorando incredibilmente il nostro rapporto in sella senza neppure accorgercene. Buon divertimento! ■

Giulia Gaibazzi