

## **Linee guida per l'addestramento del cavallo da terapia ed equitazione sportiva per disabili**

### **Premessa**

Il cavallo ideale per la R.E. dovrebbe essere in buona salute, presentare morfologia proporzionata, possedere di base un carattere idoneo all'attività che deve svolgere. In particolare dovrebbe essere un soggetto calmo, di natura non dominante, socievole, non troppo sensibile agli stimoli ambientali esterni, cooperativo. Sul benessere psico-fisico del cavallo incide anche il tipo di gestione che deve soddisfare per quanto possibile i bisogni fisiologici, motori e relazionali propri della specie.

### **Educazione e addestramento**

#### **1° Fase – Stabilire una relazione con il cavallo in libertà**

Si effettua a terra con il cavallo libero in un recinto o al paddock.

La finalità è di creare un legame tra cavallo e uomo utilizzando

- gli istinti naturali del cavallo
- una comunicazione vicina a quella utilizzata tra i cavalli che vivono in branco.

In questa fase di lavoro il cavallo è libero di allontanarsi. I procedimenti messi in atto riguardano alcuni dei rituali che i cavalli utilizzano in natura per stabilire la scala gerarchica nel branco

Metodo utilizzato: CRM (Carolyn Resnick Method)

Gli obiettivi che si raggiungono sono la fiducia nell'uomo, il rispetto dello spazio personale e l'educazione a ricevere il cibo, l'attenzione, il desiderio di lasciarsi guidare, il desiderio di muoversi insieme all'uomo fianco a fianco, la percezione dell'uomo come leader del branco. La definizione dei ruoli, la creazione di un legame di fiducia e lo stabilirsi di determinate regole di comportamento permettono di proseguire con la vera e propria fase di addestramento. In questa fase si può modellare il carattere e l'atteggiamento di alcuni cavalli il cui comportamento non risulti idoneo all'attività di terapia equestre.

#### **2° Fase – Desensibilizzazione agli stimoli ambientali e abitudine alle operazioni di bardatura**

Si effettua da terra con il cavallo in libertà o tenuto alla longhina.

Si tratta di desensibilizzare il cavallo a determinati stimoli ambientali esterni (oggetti, movimenti, rumori) che potrebbero presentarsi durante la seduta terapeutica e provocare tensione o innescare un istinto di fuga. Con la desensibilizzazione il cavallo apprende a valutare certi stimoli ambientali come non pericolosi. Inoltre il cavallo deve essere abituato ad accettare e a muoversi a proprio agio con diversi tipi di bardatura utilizzati per la terapia.

#### **3° Fase – Conduzione alla mano**

Il cavallo impara a farsi condurre con la longhina. L'obiettivo è che il cavallo apprenda ad assecondare i movimenti dell'assistente senza essere trattenuto o tirato dalla tensione della longhina, la quale quindi serve solo da strumento correttivo nel caso in cui il cavallo non accompagni il movimento dell'assistente. Il cavallo apprende ad avanzare a fianco dell'assistente e alla velocità dell'assistente, si ferma nel momento in cui l'assistente si ferma. Riparte quando l'assistente decide di riprendere a camminare. Il cavallo impara a non superare mai l'assistente e a mantenersi su un binario parallelo a quello dell'assistente senza mai invaderne lo spazio.

Il linguaggio utilizzato in questa fase è essenzialmente corporeo. Se è necessario ai fini terapeutici si può associare un comando vocale (es. "aaa-lt" o "paa-ss") utilizzabile dal paziente.

#### **4° Fase – Ginnastica del cavallo da terra**

Si effettua con l'utilizzo di un capezzone, una longia e una frusta lunga.

L'obiettivo è quello di migliorare o mantenere il buon funzionamento dell'apparato locomotorio e la qualità delle andature con particolare attenzione all'equilibrio, alla simmetria di movimento, alla scioltezza muscolare, alla regolarità nel ritmo del movimento, a beneficio sia della terapia sia del confort fisico del cavallo nel lavoro montato.

Si procede con la richiesta di flessioni dell'incollatura seguite da estensione dell'incollatura, in sequenza nell'alt, al passo a fianco del cavallo e al trotto sul circolo alle due mani. Il lavoro sulla flessibilità laterale elimina le resistenze muscolari, scioglie il movimento, corregge l'asimmetria naturale, provoca l'estensione dell'incollatura e di conseguenza l'allungamento e inarcamento della linea dorsale.

Il metodo si ispira alla "Ecole de Légèreté" di Philippe Karl, di tipo classico.

#### **5° Fase – Ginnastica del cavallo montato**

Si effettua con l'utilizzo di una sella inglese adattata alla schiena del cavallo e imboccatura costituita da filetto semplice. Gli obiettivi e il metodo sono gli stessi elencati nella fase precedente. Nel lavoro in sella si ricerca un cavallo affidabile, calmo, facile da condurre, leggero agli aiuti di mano, gambe, assetto, frustino e voce, morbido nelle andature, simmetrico, in equilibrio e mobile in tutte le direzioni, indipendentemente dal grado di abilità del paziente/cavaliere

Dal punto di vista della preparazione fisica si affrontano essenzialmente due problemi di base:

- La riduzione dell'asimmetria naturale dei cavalli, ai fini della ricerca della rettitudine del movimento.

- Il recupero dell'equilibrio naturale del cavallo, che sotto il peso del cavaliere viene inevitabilmente modificato.

Procedimenti: decontrazione della bocca, flessioni laterali dell'incollatura, estensione dell'incollatura, controflessione, lavoro su due piste, transizioni.

Al termine del programma il cavallo deve poter essere montato anche senza imboccatura, le redini agganciate ad una semplice capezza, ed essere in grado comunque di assecondare le più leggere richieste del paziente.

#### **Conclusioni**

L'intento di questo programma di addestramento è quello di rendere la seduta riabilitativa maggiormente efficace e sicura. La schiena del cavallo risulta più confortevole per il cavaliere, in particolare lo stimolo di movimento ricevuto dal paziente risulta più morbido, simmetrico e regolare. Il cavallo riequilibrato nel lavoro trasmette questo equilibrio al paziente. Il paziente si relaziona con un cavallo tranquillo e collaborativo e ne riceve sicurezza. La possibilità di dirigere il cavallo a distanza (1° Fase), permette al terapista di concedere più autonomia al paziente pur rimanendo in una situazione di sicurezza in merito a eventuali iniziative da parte del cavallo.

*Roberta Camoni è laureata in Scienze naturali con indirizzo etologico.*

*Addestratrice ed esperta nella preparazione di cavalli da impiegare nella Riabilitazione equestre.*

*Diplomata tecnico equestre specialistico CSEN/CONI. Specializzata in dressage presso il Cadre Noir a Saumur (Francia), è uno dei tre istruttori italiani diplomati presso l'École de légèreté di Philippe Karl.*

*Dal 2005 collabora con il Centro di Capua come istruttore supervisore dell'attività sportiva-educativa e come preparatrice dei cavalli.*

*Il suo sito è [www.pensieroequestre.com](http://www.pensieroequestre.com)*