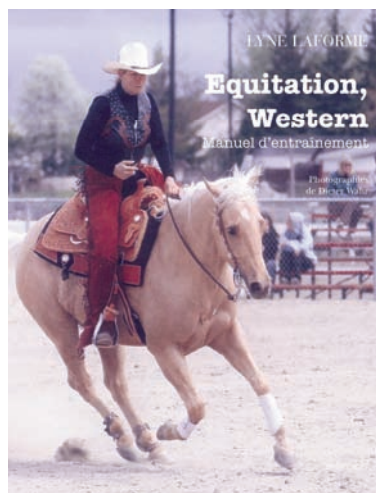


ÉQUITATION, WESTERN

Manuel d'entraînement

Texte de Lyne Laforme

Photographies de Dieter Wahr



19,6 X 25,5 CM
160 PAGES
200 ILL. QUADRI
OUVRAGE BROCHÉ AVEC RABATS
ISBN : 978-2-7427-9340-2
OCTOBRE 2010
PRIX PROVISOIRE : 28 EUROS

Relations presse :
RÉGINE LE MEUR
Tél. : 05 62 66 94 63
r.lemeur@actes-sud.fr

L'équitation western est une discipline équestre en plein essor. En France, chaque année, le nombre d'affiliés augmente en moyenne de 25 %. Ces nouveaux pratiquants sont souvent des adultes, déjà cavaliers pour beaucoup d'entre eux, venant du classique ou de la randonnée. L'équitation western leur permet de concilier l'envie de progresser techniquement, tout en privilégiant la relation avec leur cheval par la compréhension de son fonctionnement physique et mental. De plus, la sécurité est une dimension essentielle de cette discipline : elle permet de monter en toute tranquillité et rassure ceux qui ont déjà éprouvé quelques frayeurs à cheval.

Lyne Laforme, l'auteur de cet ouvrage, enseigne depuis trente ans. Elle a formé bon nombre des instructeurs western français. La méthode qu'elle a élaborée est le fruit de ses nombreuses années d'expérience auprès de ses élèves, qu'ils soient instructeurs, compétiteurs de haut niveau ou simples propriétaires de chevaux. Elle tente d'amener chevaux et cavaliers à une plus grande complicité car c'est par une meilleure compréhension du cheval (morphologie, déplacements, caractère...) et par un entraînement adéquat que l'on parvient à obtenir un cheval attentif à son cavalier et capable d'exécuter tous les exercices. Dans ce manuel pratique, Lyne Laforme nous explique l'essentiel de l'équitation western, ces fondamentaux qui sont indispensables pour aborder toutes les disciplines western. De façon claire, simple et illustrée, elle nous propose une méthode progressive, constituée d'étapes logiques permettant d'élaborer un programme adapté aux compétences de chacun. Une large place est faite aux exercices d'entraînement qui accompagnent et valident la progression du cavalier et de son cheval.

Chaque exercice pratique est structuré de la manière suivante : description de l'exercice (la manœuvre) ; méthode d'apprentissage (utilité de l'exercice, manière de le réussir et façons de l'exécuter) ; méthode d'entraînement ; résolution des problèmes éventuels. De nombreuses images et schémas viennent illustrer le propos.

Lyne Laforme est instructeur niveau III de Canada Hippique et de la Fédération équestre du Québec, soit le plus haut niveau d'enseignement au Canada. Elle partage son temps entre l'enseignement aux propriétaires de chevaux, la formation des instructeurs et entraîneurs, les stages en Europe et en Amérique du Nord, l'entraînement de chevaux de compétition dans toutes les disciplines de l'équitation western et le coaching de leurs cavaliers. Elle est également juge international FEI et NRHA en "reining" et juge de performance. Elle est formatrice de juges au Québec, en Belgique et en France. Pour la Fédération équestre du Québec et Canada Hippique, elle a travaillé en équipe à l'élaboration et la mise en place du programme de formation des cavaliers (l'équivalent de nos galops) et des enseignants (l'équivalent de notre BPJEPS).

Dieter Wahr est l'époux de Lyne Laforme depuis 2006. Photographe équin, il a fondé l'agence Dieter Wahr Equine Photography. Il a travaillé en Europe (Suède, Allemagne et Espagne), aux États-Unis et plus particulièrement au Québec.

Lyne Laforme sera présente au salon EQUITA'LYON 2010, salon international du cheval qui se déroulera à Lyon du 28 octobre au 1^{er} novembre 2010.



ACTES SUD

B. P. 90038, 13633 ARLES CEDEX
TÉL. 04 90 49 56 84
FAX 04 90 96 95 25
LE MÉJAN,
PLACE NINA - BERBEROVA
& 18, RUE SÉGUIER 75006 PARIS
TÉL. 01 55 42 63 00
FAX 01 55 42 63 01

