

PROGRAMME

Ces compétitions d'Equi Handi sont ouvertes à *des cavaliers de tous niveaux équestres*, avec le Circuit Découverte ou Parcours Argent (ex Division II) , Parcours Bronze (ex Division III) et IV .

Pour le circuit Découverte, les cavaliers devront réaliser *différents exercices* :

- à pied : pansage, reconnaissance des différentes parties du cheval,
- réalisation d'un parcours à pied avec le cheval OU à cheval : à l'arrêt, au pas, ou au trot.

Pour la division IV, les cavaliers devront réaliser *différents exercices*

- à pied : pansage, reconnaissance des différentes parties du cheval,
- une épreuve à cheval chronométrée (qui permet de départager les cavaliers)

Pour les Parcours Argent et Bronz, les participants seront évalués sur un parcours de maniabilité incluant une note générale sur l'attitude du cavalier.

Les compétiteurs seront répartis en 3 *catégories* :

- Jeunes : - de 14 ans
- Juniors : 15 à 21 ans
- Séniors : 22 ans et +

Vous trouverez ci-joint les PROTOCOLES (détail des parcours en fonction de chaque niveau).

Les *INSCRIPTIONS* doivent se faire par courrier auprès de chaque centre équestre, au moins 15 jours avant les compétitions. Le nombre de cavaliers, leurs noms, prénoms, dates de naissance et catégorie devront être précisés à ce moment là (fiche d'inscription ci-jointe).

Une *PARTICIPATION* de 8 € par cavalier et par journée sera demandée aux participants. Ce Tarif comprend la location du cheval ou poney, le goûter, les récompenses.

Il serait souhaitable que chaque cavalier soit équipé d'un pantalon (culotte d'équitation ou pantalon de jogging), d'une paire de bottes et d'une bombe.

Enfin, les épreuves seront réparties sur la **journée entière** (9H00-18H00). Il convient de prévoir un pique-nique, une salle étant prévue au cas de mauvais temps.

Pour de plus amples informations, vous pouvez contacter directement les différents centres équestres ou appeler Pierre au 06.08.33.72.37 ou le CREA au 04.73.34.86.06

le CIRCUIT EQUI HANDI

Ce type d'activités équestres est pratiqué par des personnes handicapées physiques et mentales. Le support de cette activité est une équitation qui prend en compte le potentiel des personnes mais aussi leur handicap.

Les origines

Les débuts de cette pratique remonte aux années 60, les précurseurs ont été les suédois et les norvégiens. L'Angleterre et la France ont rapidement suivi et les premières associations se sont formées (association Handi-cheval) et l'équitation adaptée s'est largement développée depuis.

Une activité sportive

Le sport est un moyen de permettre aux personnes handicapées de mener une existence aussi proche que possible de celle des autres et d'acquérir une autonomie physique, psychologique et sociale.

L'équitation, sport réputé dangereux, est souvent considéré comme inaccessible aux handicapés. Cependant, certains parviennent avec des chevaux dociles à pratiquer cette activité où la relation cavalier-cheval est primordiale.

Toutes les disciplines sont utilisables (saut, voltige, dressage, attelage,...) en intérieur (manège) comme en extérieur (promenade).

Les objectifs

L'équitation conçue dans un but thérapeutique n'a en aucune façon pour finalité de faire de la personne handicapée un cavalier accompli. La progression équestre n'est donc pas un objectif en soi et le travail mené avec le cheval dans sa globalité est pris en compte.

Ce qui est visé, c'est avant tout le bien être, le plaisir des personnes et une stabilisation voire une progression sur les plans physique et moteur, relationnel et affectif, psychique.

LES ATOUTS DU CIRCUIT EQUI HANDI

L'équitation sollicite une participation de tout l'organisme :

Sur le plan physique et moteur, l'activité équestre demande un travail tonique global (300 muscles sont sollicités). Elle exige la synchronisation et la coordination des membres supérieurs et inférieurs pour tourner, arrêter, etc. Elle permet de réguler la spasticité : évolution dans un espace structuré, repères dans le manège, mise en jeu de la latéralité gestuelle (gauche, droite). Enfin, le mouvement du cheval permet de stimuler, d'améliorer l'équilibre, un ajustement tonique réflexe permanent est indispensable pour se lier aux mouvements du cheval.

Sur le plan relationnel et affectif, la relation cavalier-cheval est authentique, l'animal ne peut tricher, il est **ABSOLUMENT NON JUGEANT**. Rien dans son regard ou dans son attitude ne laisse entendre le rejet, le dégoût, l'incompréhension. Il accepte globalement la personne handicapée pour autant que celle-ci le respecte. Le handicap, si souvent perceptible dans le quotidien se dissout facilement lors de la pratique équestre.

La relation que nous établissons avec le cheval est plus sensuelle qu'intellectuelle, elle existe au travers du toucher, de la sensation, du mouvement. Cela prend toute son importance avec des personnes souffrant de difficultés de communication. Nul besoin de connaître le langage humain pour entrer en communication avec le cheval.

Sur le plan psychique, le contact corporel réveille les sensations et les affects. Le rythme du pas apporte une sécurisation, De part sa posture haute sur le cheval, le cavalier est en position de suprématie par rapport au piéton ce qui entraîne une revalorisation de l'image de soi. De plus, le cavalier est **ACTIF**, il pose des actes et exerce une influence sur le cheval (à terre ou en selle), il demande, se fait entendre et peut donc prendre confiance en lui.

LE PUBLIC

L'équitation peut s'adresser à la quasi-totalité des personnes handicapées :

- *handicap physique*: infirmité motrice cérébrale, infirmités congénitales, accidentelles, maladie, déficits sensoriels
- *handicap psychique*: névrose, psychose, difficultés comportementales, dépression, angoisse
- *handicap relationnel*: troubles de la personnalité et du comportement, troubles psychoaffectifs

La pratique de l'équitation avec des personnes handicapées nécessite de la souplesse. Parfois, il faudra proscrire tel ou tel exercice trop difficile ou pouvant être source d'angoisse.

Le circuit Equi Handi s'adresse à toute personne désireuse de vivre une complicité, de mener un travail avec le cheval pour repousser les limites imposées par le handicap.

LES MOYENS

L'organisation de ces 5 journées Equi Handi exige de gros moyens, autant matériels qu'humains, afin d'assurer parfaitement le bon déroulement de la manifestation et la sécurité de ce public spécifique.

- une cavalerie adaptée : les poneys et chevaux doivent être choisis avec minutie, ils doivent être confortables de taille moyenne, extrêmement doux et coopératifs. Parfaitement adaptés à cet usage, ils sont attentifs, généreux, tolérants et réfléchis. En somme, il s'agit de chevaux bien dressés qui ont fait l'objet en amont de nombreuses heures de travail.

- un matériel de sellerie approprié et adapté : emploi de surselles avec boudins de renfort, rênes de couleur spéciales pour favoriser la tenue égale des deux rênes, étriers compensés pour une meilleure tenue du pied.

Des aires d'évolution aménagées : pour la meilleure sécurité des cavaliers, il est impératif de disposer de structures adaptées

- l'aménagement des aires d'évolution : pour la meilleure sécurité des cavaliers, il est impératif de disposer de structures adaptées (manèges et carrières fermés avec sol souple), de matérialiser les parcours (chandelières, bornes, cônes, matériel de type PONY GAMES), de disposer d'un service d'ambulance. La location d'une sonorisation est nécessaire. Enfin, pour valoriser et finaliser ces journées, il est nécessaire de disposer de nombreuses récompenses (médailles, flots, divers lots). En effet, quelque soit les performances individuelles, chaque participants recevra une récompense.