

Préface de Dominique Giniaux
pour le livre de Jean-Michel Boudard
"Le Stretching pour votre cheval" : guide pratique

Cet ouvrage de Jean-Michel Boudard dépasse largement le cadre des conseils aux cavaliers qui paraissent périodiquement en répétant les mêmes évidences sous des formes variées. J'ai réellement trouvé dans ce petit livre des notions claires et précises qui n'ont encore jamais, à ma connaissance, été proposées à tous ceux qui veulent apporter un « plus » à leur cheval.

Les nombreux cavaliers qui pensent réussite sportive et bien-être de leur cheval sont en permanence confrontés à un dilemme : ils sentent bien que chacun de ces deux objectifs a fréquemment tendance à empiéter sur l'autre...

Pour résoudre ce problème, la solution de permettre un travail facilité grâce à des antalgiques serait une double erreur : les produits utilisables dans ce sens sont interdits en compétition, et surtout ils n'empêchent pas l'organisme du cheval de s'abîmer, bien au contraire, le cheval dépasse ses limites sans le sentir et le vieillissement des articulations et de nombreux organes est ainsi accéléré.

La seule vraie solution est de diminuer les handicaps de l'animal, sans les cacher.

Tout sportif travaille en dessous de son potentiel maximum, et il faut s'efforcer de lui permettre d'utiliser ses compétences au plus près possible de sa valeur intrinsèque. Nul procédé ne permettra de monter un cheval à 110% de ses capacités.

Vous trouverez ici un moyen simple et efficace de diminuer les handicaps d'un cheval tout en lui rendant réellement le travail plus facile et plus agréable.

En effet, non seulement ses muscles et ses articulations seront moins intoxiqués, mais ses mouvements naturels deviendront plus amples.

Vous ne dépasserez pas la limite de votre animal, vous l'aurez repoussée. C'est sans douleurs et en se faisant plaisir qu'il vous donnera de meilleures performances. De plus, vous aurez retardé l'apparition des troubles liés à l'âge.

Ce procédé de stretching est connu et utilisé depuis longtemps chez les sportifs humains, Jean-Michel a le mérite de l'avoir adapté aux chevaux. Les schémas qu'il utilise, comme par exemple la comparaison avec un système de rouages sont facilement compréhensibles par tous et ne nécessitent pas d'études anatomo-physiologiques qui sortiraient du cadre de ce livre et n'apporteraient rien de plus.

Un autre avantage non négligeable de la technique qu'il nous propose ici est qu'elle améliorera la relation avec votre cheval : vous deviendrez pour lui quelqu'un qui lui fait directement du bien en ayant avec lui d'autres rapports que l'équitation seule, et surtout vous prendrez conscience, par ces gestes, de ses limites personnelles. Vous apprendrez ainsi à sentir jusqu'où vous pouvez le solliciter, autrement qu'en découvrant la limite lors d'un incident en compétition.

Tout le monde s'accorde à dire qu'il vaut mieux prévenir que guérir, mais trop peu de gens se préoccupent de cette affirmation.

Se pré-occuper des problèmes : voilà le vrai but, le mot lui-même est clair, et ce livre en est une des clefs majeures.

Dominique Giniaux

Docteur Vétérinaire

et

Ostéopathe