

# Courbures sagittales du rachis et longueur des étrivières

## en équitation académique

M. J. TEYSSANDIER, M. T. TEYSSANDIER

42, rue Verdi, 06000 Nice

En équitation académique, quelle peut être l'incidence de la longueur des étrivières sur les courbures sagittales du rachis du cavalier avec, pour conséquences éventuelles le déclenchement ou l'entretien de douleurs d'origine vertébrale mécaniques.

Tel sera notre propos qui peut être dissocié comme suit :

1. A l'évidence, la longueur des étrivières conditionne directement la valeur de l'angle tronc-cuisses du cavalier.

2. Quelle est l'influence de cette dernière sur la position de son bassin et les courbures sagittales de son rachis, c'est-à-dire sur son assiette?

Le problème est d'importance, en particulier pour les spécialistes du dressage.

### Rappel technique

Les étrivières sont ces deux sangles, accrochées à la selle, auxquelles les étriers sont suspendus.

Avant de se mettre en selle, tout cavalier vérifie leur longueur, qu'il règle habituellement :

— « *court* », pour le saut d'obstacle, la monte moderne ou en extérieur,

— « *long* », pour le dressage et afin d'augmenter la stabilité de son équilibre en abaissant son centre de gravité.

1. En équitation académique rien n'a changé depuis le Général L'HOTTE [9] : « **La belle assiette à la française se caractérise par l'engagement des**

**fesses sous soi uni à la descente des cuisses** » ; ce qui équivaut à dire qu'il faut enseigner au cavalier :

— d'abord, à « *vousser le rein* »,

— puis, associer les cuisses « *descendues et sur leur plat* », avec les jambes bien en place qui doivent demeurer fixes par rapport au cheval.

Chez les spécialistes du dressage, il est admis que l'importante « *descente des cuisses* » a pour conséquences :

— une augmentation de valeur de l'angle tronc-cuisses qui excède toujours  $135^\circ$ ,

— une abduction passive des hanches, de  $35^\circ$  minimum, variable selon les chevaux,

— une rotation interne active des hanches pour que les cuisses soient « *sur leur plat* »,

— un rejet du buste en arrière.

**2. Donc, « vousser le rein et descendre les cuisses » en même temps, semblent deux propositions incompatibles entre elles.**

a) Rappelons les travaux de J. J. KEEGAN [8] qui font autorité. L'auteur définit la position « de relaxation » ou « physiologiquement normale », du rachis, du bassin et des membres inférieurs de l'adulte, caractérisée par :

— un angle tronc-cuisses égal à  $135^\circ$ ,

— un angle cuisses-jambes de  $135^\circ$ ,

— une mise en tension minimale et équilibrée des groupes musculaires antagonistes, moteurs de la flexion et de l'extension des hanches.

Pour un angle tronc-cuisses de valeur supérieure à  $135^\circ$ , la mise en tension passive prépondérante des muscles fléchisseurs des hanches

