

MA SELLE CONVIENT-ELLE À MON CHEVAL ?

Vous imaginez-vous partir en randonnée ou faire du sport avec des chaussures trop petites ? Pas vraiment ! Chaque foulée risque d'être douloureuse. C'est pareil pour votre cheval, s'il a une selle trop étroite, trop large ou mal équilibrée sur son dos. Alors comment savoir si elle lui convient ? Que faire si ce n'est pas le cas ? Et comment la choisir ? Suivez nos conseils.

Texte Mélanie Courtois



Allison Imbert, en train de vérifier une selle.

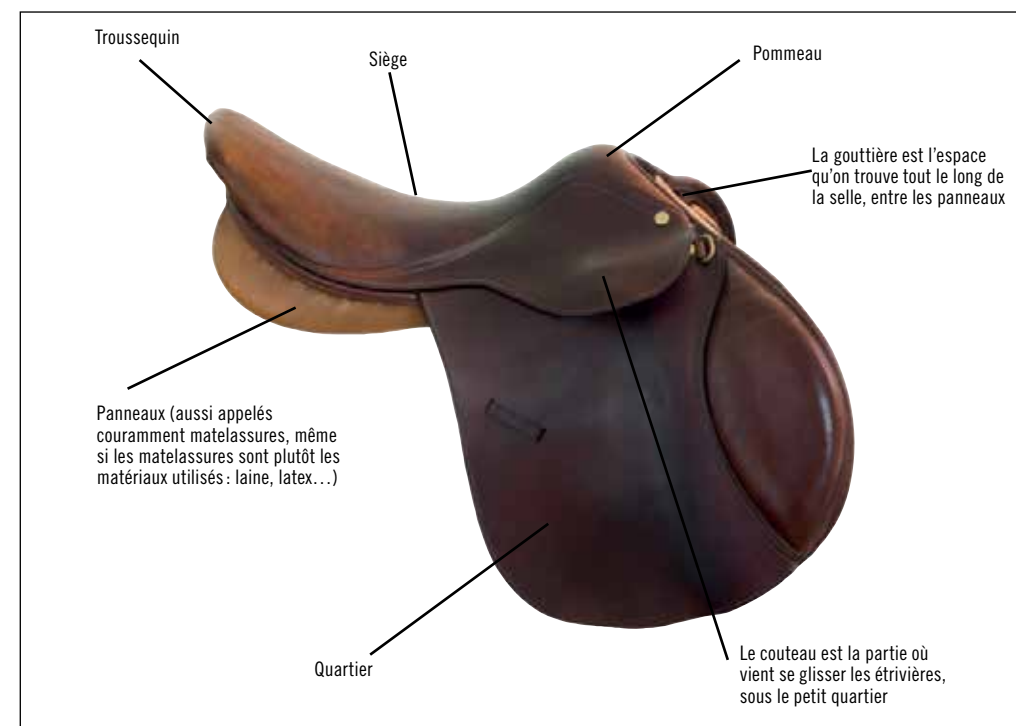
Acheter une selle est un véritable casse-tête ! Il faut déjà savoir la forme désirée et pour une cavalière de loisir qui aime autant la randonnée que le saut, le choix est difficile. Mais déterminer si vous voulez une type obstacle, randonnée, mixte... ne suffit pas. Tout comme acheter une selle en 16 pouces dans laquelle vous vous sentez bien. Car la selle doit avant tout aller... à votre cheval. « *C'est la priorité*, affirme d'emblée Allison Imbert¹, spécialiste en saddle fitting (voir encadré). *Si la selle est bien adaptée, bien positionnée et bien équilibrée sur le cheval, elle va mettre le cavalier dans une position neutre et à partir de là, il va pouvoir dire s'il se sent à l'aise dans ce modèle. J'ai vu des selles à 3 000 €, pas adaptées à un cheval, alors qu'une autre à 500 € allait très bien au cheval et alors, comme par hasard, le cavalier se tenait bien dedans et ne bougeait pas.* » Mais cela ne signifie pas non plus que vous allez forcément vous sentir bien dans une selle qui va à votre cheval. Malheureusement, c'est plus complexe que cela : « *Il y a énormément d'imbrications entre le cavalier, ses mouvements parasites, les mouvements parasites du cheval et la selle. Cette dernière est la jonction entre le cavalier et sa monture, rappelle Céline Balcer², ergonome équin. Il faut donc vraiment trouver une selle qui correspond aux deux.* » Nous n'avons pas toujours en tête l'importance de la selle et c'est ainsi qu'une cavalière de club va utiliser sa selle sur tous les chevaux ou qu'un moniteur va attribuer assez aléatoirement telle selle à tel cheval. Et les conséquences peuvent être importantes.

Quels problèmes peut entraîner une selle mal adaptée ?

« Une selle mal adaptée peut entraîner des problèmes physiques et/ou comportementaux, explique Allison Imbert. Cela va dépendre du degré "d'inadaptation



Céline Balcer observe les marques de sueur et de poussière laissées par la selle.



de la selle" mais aussi de la sensibilité du cheval. Certains sont montés avec des selles qui ne leur vont pas du tout, mais ils sont tellement contents de sortir par exemple qu'ils vont moins le manifester. Alors que certains chevaux très sensibles vont développer de gros soucis au moindre déséquilibre de la selle. » Côté physique, une selle inadaptée peut entraîner des trapèzes creux (le cheval a des soucis pour se muscler à ce niveau-là), « *des soucis d'épaules, un garrot douloureux, des problèmes au niveau des apophyses épineuses des vertèbres, au niveau de la charnière thoraco-lombaire si la selle est trop longue, un œdème si la gouttière est trop étroite, des gonfles...* », décrit Céline Balcer. Au travail aussi, les conséquences peuvent se faire sentir : « *Si votre cheval a des réticences à se mettre sur la main, à s'incurver, s'il a du mal à développer ses allures, s'il essaye de vous mettre à terre lors du départ au galop... cela peut venir d'une selle mal adaptée*, souligne Allison Imbert. *D'autant plus si avant, il n'était pas comme ça.* » Un avis partagé par Céline Balcer, qui insiste : « *Le déséquilibre de la selle peut causer des soucis au cheval, qui développe un système de défense : il se traverse, a du mal à se plier d'un côté ou d'un autre, il n'arrive pas à descendre, à être rond, il se bat à la main, s'arrête devant un obstacle. Ce sont des signaux qui doivent vous alerter.* » Enfin, les conséquences peuvent se voir à pied : « *Certains deviennent agressifs car ils ont une selle qui leur fait mal au dos alors ils réagissent dès le pansage ou le sanglage : ils essayent de mordre, ils se jettent dans le mur. Puis ils bougent au montoir*, raconte Allison Imbert. *Là aussi, posez-vous des questions.* » Le cheval n'est pas le seul à souffrir d'une selle inadaptée. « *Le cavalier aussi peut se rendre compte que quelque chose cloche par son équilibre général en selle*, explique Céline Balcer. *S'il a mal au dos, s'il a du mal à se mettre en suspension, s'il ne se sent pas centré, cela peut aussi lui mettre la puce à l'oreille.* » Et cela peut également être dangereux pour lui, comme le souligne Allison Imbert. « *Prenons l'exemple d'une selle trop large, qui vient s'écraser sur le garrot avec le troussequin qui se lève : non seulement ce n'est pas confortable pour le cheval mais le cavalier va être déséquilibré vers l'avant. Et si sa monture donne un coup de cul, cela fait double effet catapulte et c'est la chute ! Si vous vous sentez toujours*

déséquilibrée sur un cheval mais pas sur les autres, vous pouvez penser que cela vient de la selle. »

Je fais quoi si j'ai des doutes ?

Votre cheval a des plaies au niveau du garrot ou sur la surface de la selle, des poils blancs, une perte de poils ou des gonfles... Vous constatez un changement d'attitude dans le travail, il refuse de faire tel exercice qu'il faisait très bien avant. Il n'arrive pas à progresser et vous ne savez pas pourquoi. Il fuit le sellage et le montoir. Vous ne vous sentez pas bien en équilibre sur son dos... Il est temps de réagir. « *Vous devez dans un premier temps appeler un ostéopathe parce que cela peut venir d'un problème ostéo-articulaire, soit parce que le travail est trop pénible ou mal mené, soit parce que le cheval s'est coincé... L'ostéo vérifiera s'il y a un souci mécanique, qui peut d'ailleurs entraîner des*

Le saddle fitting, c'est quoi ?

Ce mot vient d'Angleterre, où saddle signifie selle et le verbe to fit signifie « aller à quelqu'un ». Il s'agit donc d'adapter la selle au cheval. « *Mais en réalité, c'est l'ensemble du matériel que nous vérifions : la selle bien sûr mais aussi le tapis, la sangle...* », explique Allison Imbert. Ce métier nécessite donc de solides connaissances sur l'anatomie du cheval, les problèmes ostéopathiques, la posture du cavalier et également sur le marché de la sellerie actuel. « *Nous travaillons souvent en équipe, avec les vétérinaires, les maréchaux-ferrants, les ostéopathes, les selliers*, précise Céline Balcer. *Il ne faut pas rester seule dans son coin mais utiliser toutes les compétences et les outils à notre disposition pour offrir la selle la plus adaptée au cheval.* » Le saddle fitter (conseiller en sellerie) est aussi amené à modifier les selles : un système de sanglage, les panneaux...

En France, il n'existe pas de formation reconnue. Les personnes se forment soit auprès d'un saddle fitter anglais, soit en Allemagne, dans un cursus d'ergonomie équine par exemple. « *Ce métier existe dans tous les autres pays et marche très bien en Europe, sauf en France où il est encore, malheureusement pour les chevaux, très peu connu* », déplore Céline Balcer.



Photo: Thomas Rost

répercussions au niveau de la selle », souligne Céline Balcer. Votre ostéopathe peut être celui qui vous alerte : s'il constate que votre cheval est régulièrement coincé au niveau du garrot ou du dos, il peut évoquer des problèmes de selle. « Mais attention, il n'est pas spécialisé dans ce domaine. Il peut avoir des notions mais il n'a pas forcément les compétences pour dire si la selle est adaptée ou pas, prévient Céline Balcer. C'est très complexe : il faut connaître les différents matériaux et la manière dont la selle a été montée. On ne regarde pas une selle avec un arçon bois comme une selle avec un arçon flexible. Il faut donc connaître les marques, savoir ce qu'il y a dans leurs selles pour poser un diagnostic juste. » Attention aussi à ce que vous trouverez sur Internet et notamment sur les forums et réseaux sociaux. « On lit beaucoup de fausses informations, comme une selle adaptée doit reposer parfaitement sur le dos du cheval. Or certains équidés prennent la forme de la selle parce que justement elle ne va pas et cela peut nous faire penser qu'elle est adaptée alors qu'elle ne l'est pas, explique Céline Balcer. De même certains conseillent de regarder les marques de transpiration et disent que si le cheval a des traces sèches, c'est que la selle n'est pas adaptée. C'est faux, cela dépend des matériaux. Avec une selle qui a des panneaux en laine, un courant d'air se forme et fait sécher le cheval. » Quant à savoir s'il faut trois doigts entre le pommeau et le garrot du cheval, là aussi, ça dépend ! « Ce n'est pas toujours vrai, selon la forme de la selle et sa marque », poursuit Allison Imbert.

L'idéal est donc d'appeler un professionnel, formé en saddle fitting, qui va prendre des informations sur le cavalier et le cheval, des mesures sur le cheval, le cavalier et la selle, va palper le dos du cheval et enfin va faire un test de la selle en statique et en dynamique. « Je regarde le cavalier monter aux trois allures, aux deux mains, au trot assis... Puis une fois la selle enlevée, j'étudie les poussières de selle, c'est-à-dire les poussières que la selle a déplacées quand le cavalier est monté dessus, raconte Céline Balcer. Je vérifie si la selle avance, recule, tourne, crée des zones de frottements. Si besoin, j'ai également un tapis capteur de pression qui permet de mesurer les points

de pression en action. » Le but ? Savoir si la selle est adaptée au cheval et au cavalier, grâce à des outils scientifiques.

Ma selle ne convient pas, quelles solutions s'offrent à moi ?

Le verdict tombe : la selle n'est pas adaptée à votre cheval. Que faire alors ? « Ça dépend du souci, explique Céline Balcer. Dans certains cas, il est possible de rééquilibrer une selle, dans d'autres non. Par exemple, si la selle a une arcade trop large, il est possible de la réajuster avec un pad correcteur. Idem pour une selle adaptée en termes d'ouverture mais mal équilibrée : par le biais du pad correcteur, on va pouvoir rééquilibrer l'ensemble pour répartir le poids de manière optimale. Mais quand une selle présente des conflits majeurs avec le cheval (arçon trop étroit, trop courbe ou trop plat, selle trop longue...), il n'y a pas d'autre choix que de la changer. » Équilibrer une selle, c'est d'abord vérifier que le centre de gravité de la selle est au bon endroit.



En rouge, l'homoplate, en bleu, la jonction de la dernière côte. La selle doit donc venir dans l'espace disponible (hachuré en noir). En vert : la largeur pour la colonne, les ligaments et les nerfs qui passent juste à côté qu'il faut préserver.

Photo: Allison Imbert

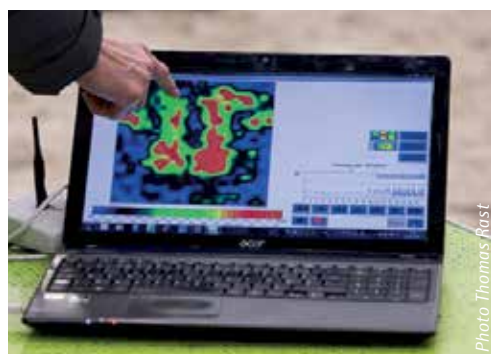


Photo: Thomas Rost

Grâce au tapis capteur de pression (photo à gauche), Céline Balcer va voir, sur son ordinateur (ci-dessus) les points de pression mais aussi comment fonctionne la cavalière. Ici, elle découvrira que la cavalière s'appuie plus à droite.

« Selon le type de selle – mixte, endurance, obstacle, dressage – le centre de gravité n'est pas au même endroit, souligne Céline Balcer. Sur une selle de dressage, il est plus en arrière que sur une selle de CSO par exemple. Et ce centre de gravité va permettre de placer le cavalier. S'il n'est pas respecté, cela signifie que la selle est trop en avant, trop en arrière, trop basse devant ou derrière, trop haute devant ou derrière... Cela dépend de la discipline et de la monture car une même selle n'aura pas le même centre de gravité si le cheval est fait plutôt en montant ou en descendant. »

Lorsqu'il est possible de rééquilibrer la selle, le spécialiste utilise donc un pad correcteur. Ce dernier comporte des poches et est divisé en trois tiers. « En fonction de l'équilibre général de la selle, j'ajoute des inserts dans le pad, dans le premier tiers pour les épaules, au milieu pour la partie qui fait pont ou dans le dernier tiers pour la matelassure arrière. Par exemple, si je me rends compte que la matelassure appuie fortement, je vais venir mettre des inserts dans le dernier tiers du pad, souligne Céline Balcer. Je travaille avec plusieurs types de mousse, des feutres, et je vais choisir le matériau qui a la meilleure réponse au test de tapis capteur de pression électronique. Je vais faire des essais jusqu'à trouver la solution optimale qui apporte du confort

au cheval. » Mais dans certains cas, même si la spécialiste pensait pouvoir rééquilibrer la selle avec un pad, elle n'y parvient pas : « Il m'est arrivé de corriger beaucoup de choses mais d'entraîner d'autres soucis, par exemple la selle était alors trop coincée au niveau des épaules. Je ne veux pas remplacer un problème par un autre », explique Céline Balcer. Il faut donc parfois se rendre à l'évidence : la selle doit être remplacée.

Comment choisir une nouvelle selle ?

Votre selle ne convient pas, vous voulez vous en acheter une nouvelle ou alors vous venez de vous acheter une nouvelle monture et vous avez besoin d'une selle. Ne courez pas dans le premier magasin ou salon du cheval près de chez vous. Une selle ne se choisit pas sur un présentoir. Comme nous venons de le voir : elle doit être adaptée à votre compagnon. Et le prix ne fait pas tout ! « Il donne une indication sur la qualité de la selle, sur les matériaux. Le prix garantit la qualité mais pas l'adaptation parfaite. Une selle à 3000 € qui ne correspond

LE PLUS IMPORTANT, CE N'EST PAS LE PRIX DE LA SELLE. ELLE DOIT AVANT TOUT ALLER AU CHEVAL.

pas au cheval va être aussi nuisible qu'une selle à 500 € qui ne va pas non plus, insiste Allison Imbert. Il existe donc deux qualités pour une selle. Premièrement, sa qualité de base : j'ai vu des selles avec des clous qui dépassaient ou des matelassures qui au lieu d'être en bonne laine, sont faites avec des restes de tissus venus d'Inde, ce sont donc des déchets qu'on met dedans et ça explique pourquoi elles ne sont pas chères. Vous montez trois fois dessus et les matelassures seront aplaties et votre cheval aura l'arçon en contact avec le dos. Deuxièmement, sa qualité par rapport au cheval : donc le fait qu'elle soit bien adaptée, qu'elle lui aille. Et là ce n'est pas le prix qui compte. » Un avis partagé par Céline Balcer : « J'ai eu le cas d'une cliente qui avait acheté une Fouganza synthétique (marque de Décathlon, ndr) à 250 € qui allait parfaitement à son cheval et dans laquelle elle se sentait bien. » Un coup de chance, si on peut dire, car les selles bon marché ne sont en général pas adaptables et soit elles vont au cheval, soit non. « Il existe plusieurs types de selles : celles qui existent en trois tailles d'arçon, trois ou quatre tailles de siège, trois longueurs de quartier. C'est ce que j'appelle le prêt à porter, poursuit Céline Balcer. C'est le cas de marques comme Wintec, Bates, Fairfax, etc. Il faut compter entre 800 et 1 500 €. Puis il y a les selles sur mesure, mais attention, le vrai sur

Comment entretenir sa selle ?

La durée de vie de la selle va dépendre de sa qualité mais aussi de l'entretien. « Si vous ne la graissez jamais, si vous jetez vos étriers plein de sable dessus, si vous l'entrez dans une sellerie où elle moisit... elle ne va pas rester en bon état longtemps, insiste Allison Imbert. L'entretien, c'est important pour l'esthétique mais aussi pour la sécurité – si vous avez des contre-sanglons complètement secs qui craquent alors que vous êtes au grand galop dans un champ, cela peut être dangereux – et le confort du cheval qui n'aimera pas avoir une selle raide sur le dos. »

L'entretien dépend de la fréquence de monte. Céline Balcer conseille de nettoyer rapidement la selle après chaque séance : « au moins, passez un coup de chiffon, dépoussiérez-la. » Puis une fois par semaine, et à chaque fois que la selle est sale ou a pris l'eau, « passez un baume. J'utilise du lait démaquillant ou du lait pour bébé car cela nettoie les pores du cuir et hydrate ». Un deux en un en quelque sorte qui ne prend pas trop de temps. Car il faut nettoyer les pores du cuir qui se bouchent puis le nourrir. Vous ne vous verriez pas vous mettre de la crème sur le corps si vous êtes sale ? C'est pareil pour votre selle ! Céline Balcer recommande ensuite un grand nettoyage une fois par an, avec savon de Marseille et éponge. Pour Allison Imbert, il faudrait laver sa selle une fois par mois avec du savon glycérolé. « Savonnez bien puis rincez. Il faut rincer ! Pas à grande eau mais avec une éponge humide, pour bien enlever la poussière, la transpiration du cheval, les grains de sable... Puis passez de l'huile, laissez-la s'imprégner et passez un coup de graisse qui va protéger la selle des intempéries, des frottements. Enfin polissez avec un chiffon. Il y a une vieille légende qui dit que l'huile ronge les coutures, c'est faux. Mais il faut bien savonner avant car c'est l'huile mélangée à la poussière qui crée une espèce de pâte abrasive qui abîme les coutures. Pour moi, il faut huiler, car cela nourrit, puis graisser, car cela protège. » Céline Balcer, elle, estime que cela dépend du cuir et ne conseille pas d'huiler le veau ou la vachette mais plutôt d'utiliser des crèmes de soin.

Veillez aussi à ne pas entreposer votre selle dans une pièce trop humide (car il y a un risque de moisissure) ou dans une pièce trop sèche (vous allez devoir huiler tout le temps). « Idéalement la pièce doit être aérée, pas trop dans le noir, pas en plein soleil, pas trop humide... Une pièce à 20 °C, c'est bien, explique Allison Imbert. Concernant le porte-selle, je ne trouve pas que ceux ayant la forme de la selle soient les meilleurs car ils ont tendance à marquer les matelassures. N'hésitez pas alors à mettre une couverture épaisse entre les deux. L'idéal est d'avoir un tube et de faire reposer la selle sur la gouttière. Si vous avez une housse de selle pour la protéger c'est bien, sinon posez un tapis dessus. »

Enfin, lorsque vous transportez votre selle, ne la posez pas n'importe comment. « Évitez de la mettre à plat, comme si vous la mettiez sur le dos du cheval, cela va abîmer les matelassures, prévient Allison Imbert. Posez-la sur l'avant, avec le trousséquin en l'air, comme on le voit dans les clubs, à côté des box. Bien sûr, faites attention à ne pas la racler par terre quand vous la posez. Dans votre voiture, c'est pareil, ne la mettez pas à plat ou complètement retournée sur le dos. Posez-la de la même façon, contre le siège de votre voiture par exemple. »



Céline Balcer en train de prendre des mesures.

mesure, pas comme certains selliers font : « envoyez-moi trois photos de votre cheval ». Moi, je n'achète pas une paire de chaussures en montrant une photo de mon pied. J'essaye. C'est pareil pour votre cheval. Nous avons aujourd'hui des outils scientifiques qui permettent de prendre des mesures très précises pour

avoir une selle parfaitement adaptée au cheval et à son cavalier. Les selles sur-mesure commencent à 2000 € mais comptez en général entre 2 500 € et 3 000 € avec les options. » Rassurez-vous, si vous n'avez pas ce budget, Céline Balcer comme Allison Imbert se veulent rassurantes : elles obtiennent



Allison Imbert en train de prendre des mesures.

généralement de bons résultats avec des selles adaptables, comme avec les Wintec par exemple. « Elles peuvent coûter dans les 550€. Vous pouvez changer l'arcade pour avoir des ouvertures différentes, vous pouvez mettre des inserts en mousse pour adapter. C'est un excellent rapport qualité-prix », explique Allison Imbert. Il peut aussi être intéressant, si vous avez peu de budget, de prendre une bonne selle d'occasion plutôt qu'une neuve au même prix qui sera de moins bonne qualité. À condition, bien sûr, qu'elle soit adaptée à votre cheval.

L'avantage de passer par un spécialiste en saddle-fitting ? Il travaille en général avec plusieurs marques et peut même travailler avec un sellier à votre demande. Mais heureusement, de nombreux selliers sont aussi très consciencieux, conseillent bien et proposent des selles vraiment sur-mesure.

Ca vaut vraiment le coup d'investir ?

Oui ! Car une selle mal adaptée à votre cheval a des répercussions qui peuvent aussi vous coûter cher :

Un amortisseur, c'est bien ?

Mettre un amortisseur est devenu une habitude pour de nombreuses cavalières, qui imaginent offrir du confort à leur cheval. Pourtant, c'est rarement le cas. « Si la selle va bien au cheval, alors l'amortisseur va la rendre trop étroite, prévient Allison Imbert. Les cavaliers se disent : c'est mou donc c'est confortable. Mais imaginez vos chaussures. Vous faites du 37 et vos chaussures sont pile-poil. Si vous mettez une paire de chaussettes plus une paire de chaussettes de ski, ça va être moelleux mais vous ne serez pas bien du tout. Alors imaginez maintenant que vos chaussures sont en 36 et que vous avez ces deux paires de chaussettes, vous allez être très mal ! C'est pareil pour la selle, ce n'est pas le moelleux qui fait que c'est confortable, c'est la taille de la selle. Votre monture se fiche d'avoir une moumouterose sur le dos, elle veut pouvoir bouger sans avoir mal. Donc l'amortisseur ne sert que si la selle est légèrement trop large. Si la gouttière est à la bonne taille et que vous ajoutez un amortisseur, cela va pincer le dos de votre cheval. » Une bonne selle doit se suffire à elle-même. « Surtout que les gens achètent de plus en plus de selles avec des panneaux close-contact, pour être près de leur monture puis ils ajoutent de l'épaisseur avec un amortisseur. Cela n'a pas de sens, déplore Céline Balcer. Vous pouvez empirer une selle avec un amortisseur et c'est très souvent le cas. » N'oubliez pas : souvent, lorsque nous voulons trop bien faire, nous faisons mal.

une consultation ostéopathique coûte au moins 70€ à chaque fois. « Si vous n'arrivez pas à obtenir tel mouvement lorsque vous montez votre cheval, vous allez peut-être prendre plus de cours, souligne Allison Imbert. S'il a mal quelque part ou est blessé, vous n'allez peut-être pas pouvoir le monter pendant 15 jours... Et puis, si vous avez un budget de 1500€, que la selle ne convient pas et que vous la revendez 1200€, votre budget est moins élevé et si vous recommencez la même erreur, vous allez avoir de moins en moins d'argent pour une selle adaptée. » Le prix dépensé dans la consultation (dans les 75€) est donc minime comparé aux dépenses qui peuvent être liées à un défaut de selle. Et Céline Balcer comme Allison Imbert insistent sur la possibilité de s'adapter au budget du cavalier. Et puis une selle, bien entretenue (voir encadré), peut être utilisée pendant des années ! Les deux professionnelles ont vu des selles de 15 ans en parfait état. « Après, il faut aussi être attentif aux variations morphologiques du cheval, explique Allison Imbert. S'il ne faisait rien et était gras et est désormais monté régulièrement et musclé, la selle qu'il avait avant peut ne plus lui convenir. » La selle peut être adaptée dès le déboufrage du cheval. « Nous sommes à même de définir dans les grandes lignes la physique du cheval, rassure Céline Balcer. Il y a des constantes physiques liées à la race,

à la génétique : un Frison aura toujours un garrot noyé, un Pur-sang un garrot haut et long, un poney un dos court... Il faut bien choisir sa selle au début et après, nous pouvons jouer sur les panneaux en laine et sur l'arcade sans trop de risque. » Allison Imbert conseille quant à elle d'attendre les 8 ans du cheval pour une selle sur-mesure. « Il reste toujours la variation de morphologie entre l'hiver et l'été mais cela se compense en général assez facilement. »

La durée de la selle dépend aussi bien sûr de son utilisation (si vous montez deux heures chaque jour ou une fois par semaine, sa durée de vie sera différente) et des matériaux. « Les selliers français font de très belles selles, insiste Céline Balcer. Mais le cuir de veau est plus sensible que le cuir de taureau par exemple. »

Et pour moi, c'est quoi une selle qui me convient ?

« C'est très important que la selle aille aussi au cavalier car si ce dernier cherche son équilibre sur la selle, même si elle va au cheval, il va apporter des mouvements parasites à sa monture et la gêner, explique Céline Balcer. Il peut reporter son poids d'un côté ou de l'autre de la selle, ne pas avoir son centre de gravité au centre de la selle... » La taille du siège a son importance : une cavalière qui



Photos Allison Imbert

Sur la première photo, la selle est trop étroite (pommeau bien trop haut, siège déséquilibré à l'arrière). Sur la deuxième photo, la selle va bien au cheval. Sur la troisième photo, la selle est trop large (les matelassures se soulèvent à l'arrière, le siège plonge à l'avant).



fait 40 kg ne va pas être à l'aise sur une 18'. « De même, un cavalier trop fort dans une selle trop petite va reporter son poids sur le troussequin, et cela va créer des déséquilibres de selle et des soucis de dos au cheval, poursuit Céline Balcer. Autre exemple : une enfourchure trop large va faire basculer les cavalières sur les fesses. Elles vont avoir les jambes qui avancent et le bassin ne sera plus dans sa position optimale. Elles auront alors du mal à s'extraire de la selle, elles vont pousser et se faire mal aux lombaires. » Mais ce n'est pas qu'une histoire de taille. « C'est beaucoup plus complexe que cela et surtout pour les filles, précise Céline Balcer. Elles ont des dispositions physiques différentes des hommes. Or, la majeure partie des selles disponibles dans le commerce aujourd'hui sont faites pour les hommes. La différence est surtout au niveau du bassin. Celui de la femme n'a pas le même angle que celui d'un homme. Ce dernier doit être plus assis sur ses ischioles. La femme doit avoir un équilibre triangulaire. Ses ischioles sont plus écartés et tournés vers l'extérieur donc le siège doit être plus large mais l'enfourchure plus étroite. La zone qui va accueillir la symphyse pubienne doit être plus large pour la femme. La différence doit être plus reculé, car en général, la femme a la partie de la jambe qui va de la hanche au genou plus longue que la partie qui va du pied au genou. Le couteau devra être reculé pour permettre d'avoir la bonne angulation et le parfait alignement nuque-hanche-cheville. » Chaque partie de la selle peut être adaptée. Avec une cavalière qui a des cuisses épaisses, le quartier peut être avancé sinon les taquets vont la gêner.

« Il est important aussi de ne pas rester figer sur ses croyances, comme "ha non, tel type de selle, je n'aime pas du tout". Peut-être que le cheval n'était pas bien en dessous, avance Allison Imbert. La majorité des défauts de posture que je vois sur les cavaliers ont été pris par une selle mal adaptée à leur monture. Et si la selle va au cheval, ils peuvent d'un coup se sentir bien dans un type de selle qu'ils n'aiment pas avant. Je vais donc proposer plusieurs selles qui vont au cheval et parmi cette sélection, le cavalier pourra choisir celle qui lui convient. Ou nous pourrions l'adapter à lui si elle est faite sur-mesure. »

Comment choisir une selle ?

Première étape : choisir son arçon. « Cela dépend du dos du cheval, de la discipline, du cavalier. Si ce dernier est léger et qu'on met un arçon trop rigide, il ne va pas sentir les mouvements de sa monture, explique Céline Balcer. Mais s'il reste longtemps en selle, car il pratique la randonnée ou l'endurance, on va se diriger vers un arçon plus rigide. Il faut trouver le bon équilibre : pour un cavalier léger qui fait du dressage, on peut aller vers un arçon très dynamique par exemple. »

Deuxième étape : la longueur de la selle. « Nous avons un gros souci d'élevage en France : nous avons de plus en plus de chevaux avec des dos très courts, remarque Céline Balcer. Bien sûr, cela dépend des races : les Barbes, les Arabes, les poneys, les chevaux ibériques et les Pur-sang anglais ont un dos court. Mais les autres équidés sont de plus en plus nombreux à avoir un dos court. De plus, ce qui est recherché en élevage, c'est un garrot haut et long et une épaule très oblique. La selle doit être placée derrière l'épaule et avant la dernière vertèbre thoracique. Donc plus l'épaule est oblique, et donc reculée, moins on aura de place pour la selle. Donc soit les selliers créent des selles courtes, comme certains le font désormais, soit il va falloir changer quelque chose dans l'élevage car bientôt nous ne trouverons plus de selles pour nos chevaux. » Que faire si un cheval a un dos court ? Choisir une selle avec des panneaux courts car si la selle dépasse au niveau de la charnière thoraco-lombaire, cela va créer des soucis dans cette zone. « Le cheval deviendra rétif ou plus grave développera des problèmes ostéo-articulaires ou dans sa locomotion. Il peut notamment avoir du mal à se plier vers la droite ou la gauche, précise Céline Balcer. Une selle trop longue repose dans la zone la plus mobile du dos du cheval. Donc quand ce dernier va tourner, la gouttière va passer d'un côté ou de l'autre du ligament supra-épineux et il y a un risque d'œdème, de gonfle ou d'usure anormale du poil... »

Puis, viennent plein d'autres critères, que le professionnel va pouvoir juger : « Une selle qui va bien à votre cheval lui procure du confort, lui dégage la colonne vertébrale, ne le sert pas au niveau des épaules, est bien équilibrée, n'a pas le troussequin beaucoup plus haut que le pommeau ou l'inverse. Elle ne doit pas s'écraser sur le garrot lorsque le cheval est en mouvement. Ce dernier ne doit pas se sentir restreint dans ses mouvements... », liste Allison Imbert.

Une fois que la selle convient au cheval, il faut maintenant l'adapter au cavalier. Et là aussi, il est possible de la concevoir parfaitement. Le quartier se choisit en fonction de la jambe du cavalier. « Il est fait pour protéger le cheval et le cavalier, c'est pour ça qu'il y en a deux, celui du dessous pour le cheval, celui du dessus pour le cavalier, souligne Céline Balcer. Je ne suis pas fan du monoquartier car les mouvements parasites du cheval et du cavalier se confondent et cela peut créer des soucis. »

Le taquet aussi se choisit par rapport à la morphologie du cavalier. « Certains aiment être davantage contraints, ou en ont besoin au niveau du genou ou de la cuisse. Mais si le taquet est trop long, le genou remonte et se verrouille dans le taquet, poursuit Céline Balcer. Je regarde donc le cavalier monter,

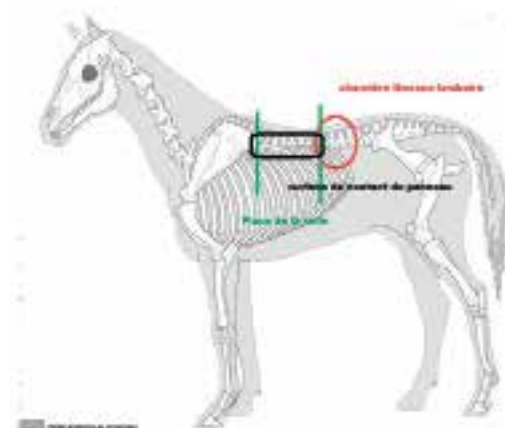
je le conseille et j'ai avec moi, pendant les consultations, une dizaine de taquets pour voir avec lequel il se sent le mieux. »

La forme du siège dépend aussi du ressenti du cavalier, de son fonctionnement : certains préfèrent un siège creux, d'autres plat. « Nous conseillons le cavalier, en fonction de son cheval et de son fonctionnement mais nous devons aussi prendre en compte son ressenti », insiste Céline Balcer. Et une fois que vous avez trouvé la bonne selle, pour votre cheval et vous, vous serez sûrement surpris du résultat : aussi bien pour votre équilibre à vous et votre confort à cheval que pour celui de votre monture. Mais rassurez-vous, même si cela est complexe, les professionnels sont là pour vous aider, et ce, quel que soit votre budget. ■

1 : Allison Imbert est spécialiste en saddle fitting. La consultation coûte entre 70 et 85€ en fonction des frais de déplacement. Elle se déplace sur toute la région Rhône-Alpes, en Suisse ou partout en France si la demande est suffisamment importante. Son site : www.ai-saddlefitting.com

2 : Céline Balcer est ergonome équin. Elle se déplace dans toute la région Picardie et ses départements limitrophes et dans d'autres régions de France à l'occasion de concours notamment. La première visite conseil coûte 75€. Caval-fitting est sa sellerie en ligne. Vous y trouverez de nombreux conseils : www.cavalfitting.fr

On voit ici aussi la place de la selle (en vert ci-dessous et en bleu sur la photo ci-contre). Sur le schéma, en noir, vous pouvez voir la surface de contact des panneaux. Et en rouge sur les deux visuels, la charnière thoraco-lombaire.



Photos Céline Balcer

Et pour une selle western ?

« Nous devons appréhender les selles western différemment des selles à arçon de type anglais, explique Céline Balcer, qui espère se former bientôt aux États-Unis. Ce sont avant tout des selles de travail, construites dans ce but. Leur surface de portance est répartie jusqu'aux barres de la selle. Souvent elles sont trop longues pour la morphologie des chevaux qui les portent, avec une garniture importante qui rallonge encore visuellement la taille de la selle. » Un avis partagé par Allison Imbert : « Les chevaux américains sont très trapus et larges, ce sont des chevaux de travail. En France et en Europe, nous avons surtout des chevaux de sport, beaucoup plus affinés par la sélection. Donc si nous utilisons des selles standards américaines, elles sont quasiment toujours trop larges et c'est souvent la catastrophe. » Les deux spécialistes peuvent conseiller pour ce type de selles mais avouent ne pas être des spécialistes. Elles vérifient les bases : la taille de la selle, son ouverture, son équilibre, sa longueur, l'inclinaison des barres... « Mais cela reste très complexe et ce n'est pas notre culture de base. Alors, pour les détails, je renvoie mes clients vers une collègue fabricante de selles western et passionnée », explique Allison Imbert. Là aussi, il faut être vigilant car la selle, mal adaptée, peut avoir des conséquences.