Les secrets de l'abord parfait

Auteur : propos recueillis par Karine Cante

Éditeur : Ridercom éditions 2010

Comment mettre en place les conditions d'un bon abord et réussir le saut idéal : apprendre à visualiser ses foulées, adopter la bonne position, éliminer le stress, maîtriser ses pensées, trouver le bon galop et s'adapter aux différentes configurations d'obstacles...Voici l'objectif de cet ouvrage d'un genre nouveau, conçu sous la forme d'un recueil de conseils, d'exercices pratiques et d'expériences de grands cavaliers et entraîneurs nationaux et internationaux. Chacun développe son approche personnelle avec son langage, sa sensibilité, sa méthode, des axes de travail bien spécifiques et tous complémentaires.

© http://www.equicleverh.com/bibliographie