

## **ANCORA SULLA CORRETTA POSIZIONE DELLA SELLA WESTERN**

Abbiamo visto nell'altro articolo relativo alla corretta posizione della sella che posizionare la sella troppo avanti, sopra le spalle, fa sì che il legno della Barra finisca sopra l'osso della Scapola del cavallo ed abbiamo detto che, una volta serrata la sella, questo può nuocere al cavallo.

Ripeto che la ragione di questo fatto è puramente FISICA e, a mio avviso, difficilmente contestabile: **un corpo molle (il muscolo sopra la Scapola) compresso tra due corpi rigidi (l'osso della Scapola ed il materiale della Barra) subisce dei danneggiamenti.**

Quello che, ragionevolmente, può succedere al cavallo va da un fastidio nel migliore dei casi ad un danneggiamento vero e proprio nei casi in cui la sella sia piuttosto piccola o peggio stretta per quel certo cavallo.

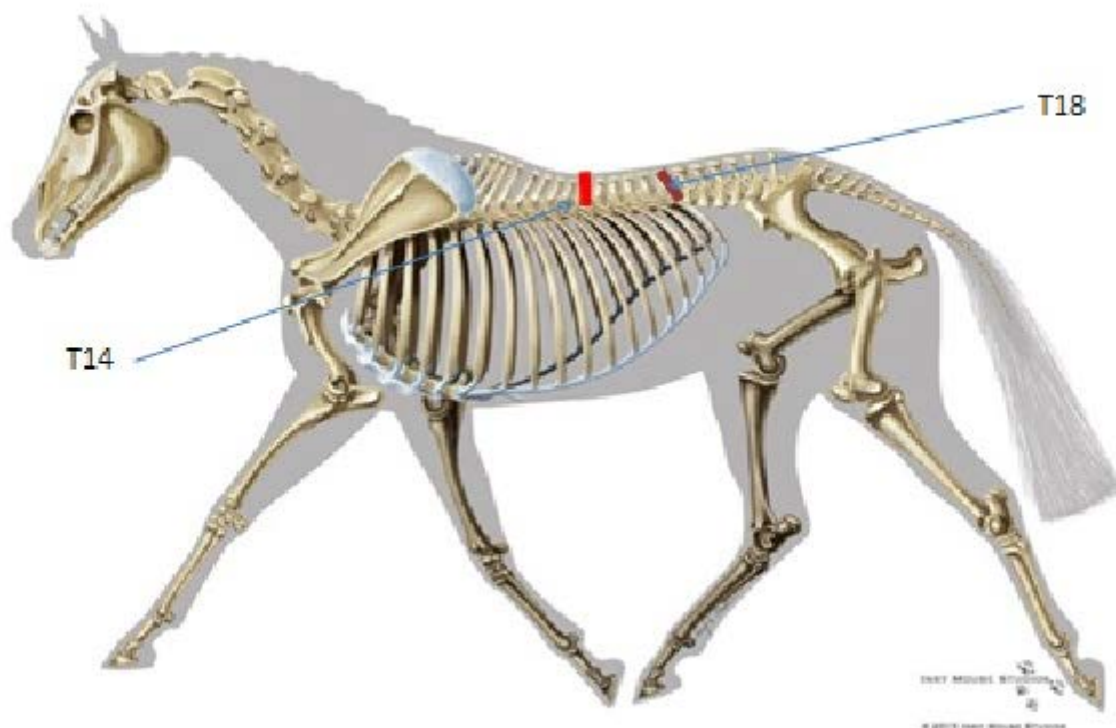
Quindi la sella va spostata più indietro evitando la sovrapposizione di Barra e scapola!

**Ma cosa succede se spostato indietro la sella? Non metto a rischio la parte lombare del cavallo?**

Credo che il tema meriti qualche considerazione relativamente ai seguenti argomenti:

- Struttura del cavallo nella zona lombare
- Allenamento del cavallo
- Assetto più o meno corretto del cavaliere e relativa distribuzione del suo peso sulla schiena del cavallo
- Dimensioni e fattura della Selle Western

## **STRUTTURA DEL CAVALLO NELLA ZONA LOMBARE**



In questa immagine sono evidenziate la 14° e la 18° vertebra toracica (T14 E T18). Tralasciamo la 14° di cui si potrà parlare in altra sede e concentriamoci sulla 18°.

T18 è l'ultima Vertebra Toracica, l'ultima ad avere una Costa, dopo ci sono le 6 Vertebre Lombari che sono sprovviste di Coste e quindi apparentemente più deboli.

Apparentemente, perché in realtà quella è la zona più muscolosa del cavallo, ci sono i Lombi che hanno uno spessore ben maggiore del muscolo che si trova lungo le 18 Vertebre Toraciche, questo proprio per compensare la mancanza delle Coste.

E qui arriviamo al secondo punto di quelli sopra esposti.

### **ALLENAMENTO DEL CAVALLO**

La natura è stata previdente, ha munito il cavallo di una muscolatura molto forte nella zona Lombare in quanto quella zona è, abbiamo visto, priva del sostegno delle Coste. Tuttavia la natura ha pensato al cavallo senza il cavaliere.

Se ci mettiamo il cavaliere questi deve prendersi cura del cavallo in ogni suo aspetto e con particolare attenzione alla cura della zona Lombare.

Infatti, a differenza di un osso, il muscolo deve essere allenato e quindi bisogna fare attenzione nel lavoro con il cavallo ad applicare tutte quelle tecniche atte a sviluppare la zona Lombare. Quando si parla di "impegno dei posteriori", di "esercizi al trotto", del "ponte" (una sorta di struttura ad arco) che il tronco del cavallo deve fare tra gli arti anteriori e posteriori... si parla di attività di ginnastica equina finalizzate alla cura ed allo sviluppo proprio di quella zona Lombare molto muscolosa e per questo bisognosa di attenzioni. È una ginnastica che si può fare in campo piano ma anche durante le uscite in passeggiate più o meno lunghe a cavallo.

Quante volte si legge o si sente dire "faccio **solo** passeggiate" come se quel *solo* ci legittimasse a trascurare il buon lavoro di allenamento, ed è così che si vedono quei poveri cavalli a testa alta, col collo muscolato nella parte inferiore anziché nella parte superiore (collo rovesciato), insellato in maniera innaturale... tutti fenomeni che evidenziano un cattivo allenamento del cavallo e, in sostanza quindi, un cattivo cavaliere (aggettivo che potrà peggiorare ancora quando si parlerà di assetto).

### **ASSETTO PIU' O MENO CORRETTO DEL CAVALIERE E DISTRIBUZIONE DEL SUO PESO SULLA SCHIENA DEL CAVALLO**

L'Assetto è determinante, non mi dilungherò sul corretto allineamento Spalle-Anche-Tallone, sulla necessità di evitare lo stare stravaccati sulla sella come se fossimo sul divano di casa, sulla necessità di evitare di stare con i piedi avanti e le spalle indietro come dei sacchi di patate ormai marce e quindi da buttare...

**Mi permetterei soltanto di suggerire, nell'era imperante delle immagini, di "guardare" cosa si pubblica sui social, "vedere" come stiamo a cavallo, "sapere" se il nostro assetto è corretto o meno, ed invece di pubblicare approfittare della consapevolezza che dovrebbero darci certe immagini inguardabili e lavorare per correggerci ed avere in futuro immagini migliori da pubblicare... il cavallo ce ne sarà grato!**

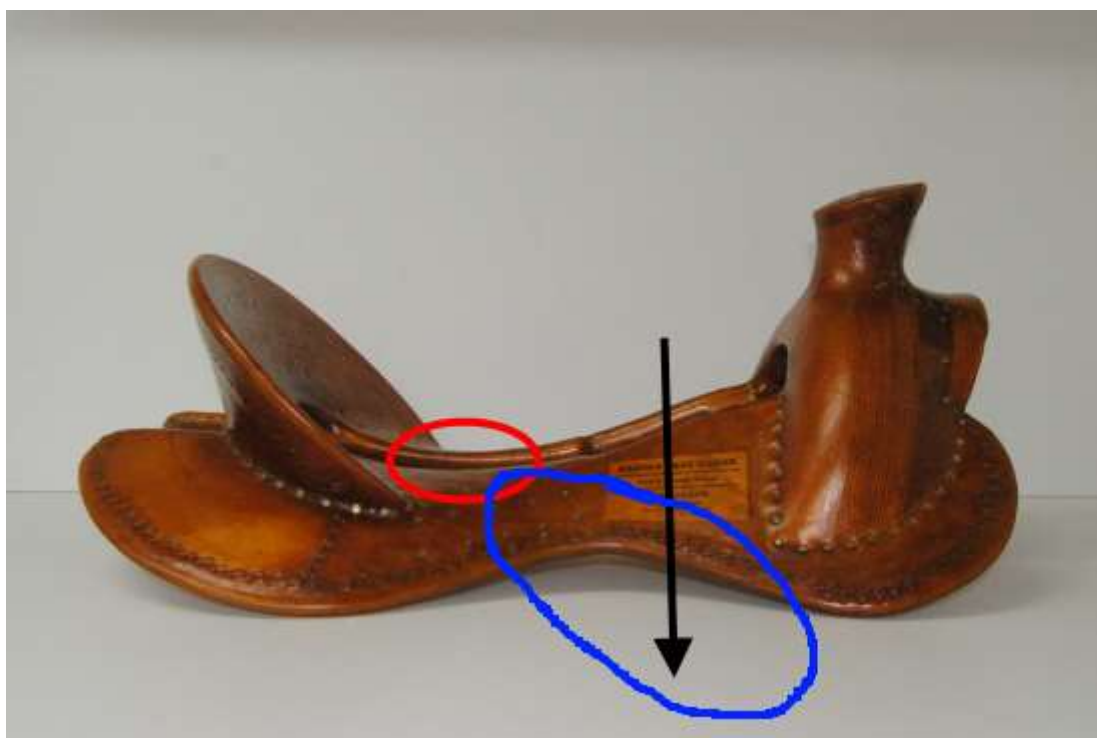
Voglio invece soffermarmi su delle prove che **Rod e Denise Nikkel** hanno fatto per valutare come si distribuisce il peso del cavaliere (con un assetto corretto e con la sella nella giusta posizione) sulla schiena del cavallo. I risultati di queste prove sono disponibili nel loro blog, qui:

<http://www.rodnikkel.com/content/saddle-tree-blog-from-shop-and-desk/center-pressure-under-saddle/>

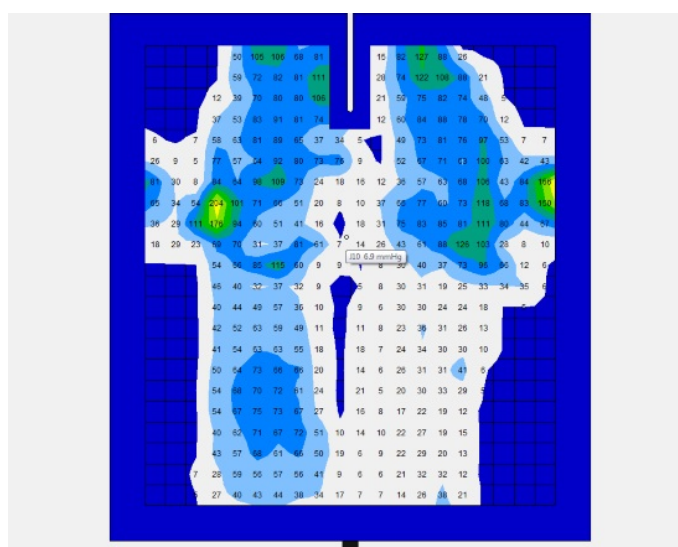
Per approfondimenti rimando al loro sito, qui riassumerò dicendo che nella distribuzione del peso conta molto l'assetto del cavaliere e la sua "fisicità".

Per "fisicità" intendo la distribuzione del peso tra le varie parti del corpo del cavaliere, ed il peso delle cosce contribuisce in maniera determinante a spostare in avanti il centro di pressione.

Rod e Denise hanno utilizzato un tappetino di pressione (una sorta di misuratore elettronico di pressione) come sottosella e hanno misurato la diversa distribuzione del peso. Riporto qualche loro foto che riassumono il concetto:



Questa è una delle prime foto che mi ha mandato Denise, la coscia "pesa" e sposta in avanti il baricentro...



Una foto di come il computer rende la distribuzione del peso sul tappetino di pressione



Ancora una foto in cui si evidenzia che, anche con il braccio indietro, il tappetino misurava il centro di pressione in corrispondenza della freccia: ben lontano dalla zona lombare!

Per ulteriori considerazioni rimando al loro articolo.

Però questa cosa mi fa venire in mente che, a parità di assetto corretto del cavaliere, **dal punto di vista del cavallo** ci sono probabilmente cavalieri strutturalmente “più comodi” ed altri “meno comodi”, proprio per le diverse misure tra una persona e l’altra (cosce più o meno grosse ecc. ecc.). dovrò confrontarmi su questo tema.

### **DIMENSIONI E FATTURA DI UNA SELLA WESTERN**

L’ultimo tema importante ai fini della discussione è quello relativo alla **dimensione** della sella ed alla sua **fattura**.

Vediamo la **dimensione**. In Italia, mediamente, per la mia esperienza, si monta con selle sovradimensionate rispetto alla struttura del cavaliere. Per quello che può valere la misura del seggio (rimando al mio articolo in merito), in Italia si pensa che minimo l’uomo deve avere una 16”, la 15” è da donna. Niente di più sbagliato!

Una sella sovradimensionata porta il cavaliere naturalmente a premere sulla Paletta, specie nelle partenze veloci del cavallo e con cavalieri che montano solo poche volte nella settimana, e magari sempre con lo stesso cavallo e che quindi fanno fatica a trovare naturalmente e velocemente l’assetto giusto (come accade invece – o dovrebbe accadere – al professionista che monta diversi cavalli al giorno). Queste continue pressioni legate al disallineamento del cavaliere, non giovano certo alla zona lombare del cavallo.

Veniamo ora alla **fattura** della sella. Spesso il Fusto della sella, specie nelle selle economiche, ma non solo, ha l’innesto della paletta nelle barre troppo ad angolo vivo, troppo netto. Per capire cosa intendo ecco qualche foto di Fusti con questa caratteristica.

Questo è il Fusto di una sella di marca, di quelle ritenute buone per tutti i cavalli (sic):



Questo è invece un fusto sintetico, la freccia indica il problema



Ora questa caratteristica è molto diffusa, sulla sella finita si vede il seggio che in quella zona fa una piega abbastanza netta, nei casi più evidenti si vede addirittura il cuoio dell'imbottitura del seggio che fa delle grinze.

Per capire le differenze una foto che fa bene al cuore, un Fusto di Rod Nikkel



Le differenze mi sembrano evidenti.

Ma perché è così importante quel punto (e difficile da realizzare per il Tree Maker)? È importante perché la struttura ben arrotondata da “sostegno” al posteriore del cavaliere, evita che gravi in misura eccessiva sulla paletta, sul cantele.

Nei casi in cui questo collegamento non è così arrotondato come lo vorremmo il Saddle Maker può intervenire con strati di cuoio opportunamente disposti restituendo l'andamento voluto, la costruzione di tutto il seggio fa poi il resto per aiutare il cavaliere a tenere una corretta posizione.

Ma nei casi di Fusti molto basilari non c'è nulla da fare, o meglio ci sarebbe da non comprare quelle selle, ma questo è un altro discorso...

Bene, per finire sulla corretta posizione della sella si può fare la seguente sintesi:

- Si deve avere cura di evitare la sovrapposizione delle barre con l'osso della scapola!
- Questo non posiziona la sella troppo indietro in quanto:
  - La zona Lombare è la parte più muscolosa della schiena del cavallo, basta allenarla opportunamente;
  - L'assetto è fondamentale, lavorare consapevolmente sul proprio assetto dovrebbe essere una Missione di ogni cavaliere;
  - Le prove di Rod Nikkel col tappetino termico dimostrano che il centro di pressione di un cavaliere con assetto corretto e con la sella messa nella giusta posizione è ben più avanti della zona lombare;
  - Selle della giusta dimensione e ben costruite aiutano notevolmente il cavaliere ad avere una corretta posizione in sella.

Quindi, mettiamo bene la sella, lavoriamo bene il nostro cavallo, teniamo un buon assetto, utilizziamo selle ben fatte, della giusta dimensione per noi e per la schiena del nostro cavallo e non ci saranno problemi.

**Quando ci sono problemi una o più delle cose dette sopra non sono come sarebbero idealmente auspicabili!**