

Sports

Philippe Colombet

Ski joëring

1928 à Saint Moritz



Plaisir pour amoureux de chevaux, comme novices, observer le spectacle de l'animal évoluant, proche de lui.

Vous empruntez des chemins, longez de hauts sapins revêtus de blanc, "Ski joëring" sur les plateaux du Jura.

Sous un angle inédit. Vous empruntez des chemins damés qui traversent des champs de neige, longez de hauts sapins revêtus de manteaux blancs, une balade en ski joëring sur les plateaux du Jura. Moments purs à partager en famille ou entre amis. Sensations, plaisir, cet hiver le ski joëring est la discipline à découvrir en station. Nouvelle glisse ludique et nature.

C'est facile

Dix bonnes raisons de s'y mettre? Seul ou encadré par un moniteur qualifié, vous glissez sur la neige, tracté par un cheval. Aucun niveau requis, absence de

pente, présence rassurante d'un accompagnateur et proximité ludique du cheval permettent d'oublier toute appréhension. Plaisir, plein d'adrénaline, le ski joëring, les sensations de la glisse, slalom, vitesse, longues courbes et arrêts maîtrisés... De bonnes sessions de ride en perspective. Plus, le fun se prolonge sur des kilomètres de piste, sans frustration et passages par la case "remonte-pente". Aux Arcs, douze kilomètres d'itinéraires.

C'est une communion

Quel plaisir pour les amoureux des chevaux comme pour les novices de pouvoir observer le spectacle de

Certaines stations proposent un "Joëring park" accessible dès cinq ans. Tractés par des poneys, shetlands ou des chevaux de sang, enfants et ados s'initient dans une infrastructure adaptée.

l'animal évoluant sous un angle inédit, tout en étant proche de lui. Un bon relationnel avec les chevaux permet une meilleure aisance dans la pratique de la discipline. Complicité et adrénaline. Qui dit mieux ? 100 % nature. Forêt ou sous-bois, les itinéraires traversent les montagnes, magnifiés par la neige. Sérénité garantie. En témoignent les grands espaces nordiques d'où est originaire la discipline. **Ski joëring** vient du mot **Shërekjoring** qui signifie **ski tracté**, **joëring** signifiant **tracté** en finnois. Cette saison, le dépaysement se prolonge aux Gêts avec des sorties nocturnes. Les enfants adorent. Un moment privilégié avec son animal préféré, mêlé aux joies des sports d'hiver. Certaines stations proposent un "joëring park" accessible dès cinq ans. Tractés par des poneys, des shetlands, des doubles poneys ou carrément des chevaux de sang, enfants ou ados peuvent s'initier à la discipline dans une infrastructure adaptée à leur taille. Et pourquoi pas s'initier en famille ? C'est sécurisé. Un encadrement expérimenté et un matériel breveté fourni, conçu par Jacques Fillietroz, ponté du ski joëring, sont les clefs d'une bonne découverte. Avant une première sortie, les skieurs se familiarisent avec le cheval mais aussi la gestuelle, l'équilibre et matériel lors de séances découvertes en carrière. Le réseau skijoering.com est garant de la charte de sécurité développée avec l'association française.

C'est vieux comme le monde

Cette pratique aurait vu le jour dans les pays scandinaves en 2500 avant Jésus-Christ. Depuis, le cheval a remplacé le renne et l'activité initialement agricole a évolué vers le loisir. 1928, lors des Jeux olympiques de Saint Moritz, la discipline faisait parti des sports de démonstration, avant de quasiment disparaître pour mieux revenir aujourd'hui. Une session peut durer jusqu'à deux heures. Facile de l'intégrer dans le programme de la journée, en relais avec d'autres sports alpins lors de séjour en station. Pourquoi se priver ? Les Arcs, Avoriaz, les Gêts, Samoëns, château des Près, la vallée d'Aulps, dans les Alpes comme dans le Jura, les stations l'ont adopté. C'est aussi une compétition. Les championnats ont lieu chaque hiver. La discipline est reconnue officiellement par la Fédération française d'équitation et les trophées sont organisés, en partenariat avec le Comité national de tourisme



1928, Jeux olympiques de Saint Moritz, la discipline faisait partie des démonstrations, avant de disparaître, pour revenir.

équestre. Préparez-vous un peu. En plus de la souplesse et de la coordination, comme le ski classique, effectuez un petit renforcement musculaire garant d'une endurance sur pistes. Fluidité, glisse et équilibre dans le mouvement, chaque skieur sait qu'il tourne mieux d'un côté face à la pente. Certains matériels de salle comme [moove] grâce à son mouvement sphérique, rétablissent l'équilibre des appuis du skieur et permet de travailler en dissociation les parties hautes et basses du corps. Les mouvements parasites qui perturbent le centre de gravité sont limités et ces entraînements apportent une fluidité sous une tête stabilisée dans l'espace. Le travail réalisé permet d'expliquer la qualité du skieur qui chute rarement.

Photos : <http://www.skijoering.com>