

REVISTA
+ GUIA HÍPICA

27
ANYS!

hipica
atalana
i Balear



P.V.P. 3'80 € Península y Baleares (4'90€ Italia)
Nº 147 Junio - Julio 2019 Año XXVII
www.guiahipica.cat



NOTICIAS Y CALENDARIO:

**FEDERACIÓ
CATALANA
D'HÍPICA**

SALUD:

**BIENESTAR
DEL CABALLO**

CABALLOS ÁRABES:

EL "SHOW"

XXIII FERIA Y XXIX CONCURSO MORFOLÓGICO DE
**CABALLOS DE RAZA
MENORQUINA**





el nou cavall EXPRESS

BUTLLETÍ DE L'ASSOCIACIÓ DE MARXES DE CAVALL DE CATALUNYA

JUNY - JULIOL 2019

AMAC. Rambla Guipúscoa, 23-24, 4t. 08018 Barcelona. Telèfon 667 717 979

EDITORIAL

Hola companys i companyes,

En la darrera editorial us feia saber que estàvem treballant amb L'Erik que, pels qui no ho sabeu, és la persona que ens va organitzar la ruta del 2018 al Parc Nacional des Pyrénées i de la que, tots el que hi vàrem participar, en tenim un molt bon record. Doncs bé, fa uns 15 dies l'Erik ens va comunicar que li era del tot impossible organitzar la ruta per aquest any.

Com podeu imaginar, ens vàrem quedar bastant sorpresos i com es diu col·loquialment amb el "cul a l'aire". A partir d'aquí, la Junta es va posar a treballar per buscar una solució i poder oferir una ruta que fos atractiva, amb bones vistes, segura, on no fes gaire calor, que l'allotjament i el menjar fossin correctes etc. etc...

*Després de valorar diferents opcions que es varen posar damunt la taula, ens vàrem decidir per la **Vall de Benasque** i per l'equip "**d'Anima Equi**" per que ens organitzes la **ruta d'estiu del 2019**.*

*La proposta és de 6 dies de ruta d'alta muntanya (7 nits) del **3 al 10 d'Agost**. Rebreu tota la informació per e-mail. El nombre de participants serà de 20 socis a cavall i es respectarà l'ordre d'inscripció.*

Us esperem, segur que ens ho passarem molt bé, com sempre.



Joan Martí Pozzi
President

CALENDARI D'ACTIVITATS AMAC 2019

MES	DATA	ACTIVITAT	ORGANITZA
Juny	8 i 9	El Ripollés	Ramon Saumell
Juliol	6 i 7	La Cerdanya	Esteve Costa
Agost	3 al 11	Benasque/Pirineu	AMAC
Agost/Set.	31/8 i 1/9	Autonomia	AMAC
Setembre	14 i 15	La Garrotxa	Llampecs del Llémena
Setembre	28 i 29	Autonomia	AMAC
Octubre	12 i 13	La Noguera	Xavi Farràs
Novembre	1,2 i 3	XXXI Cavall de Ferro	Monik/Manolo
Novembre	30	Assemblea General de socis	AMAC

VOLTAR PER CATALUNYA

LA LLACUNA, COMARCA DE L'ANOIA

Inicialment, teníem previst fer aquesta sortida amb una durada de dos dies, però amb motiu de les eleccions vàrem preferir només fer-la d'un dia, dissabte.



El terme de La Llacuna, gaudeix d'una climatologia diferenciada, amb nits fresques a l'estiu, aïllada de llocs molt habitats i amb un bonic paisatge, fa que sigui escollida per estiuejar i fer-hi escapades de "relax". Per això compta amb un càmping i varies cases de turisme rural.

Dia:
27 abril

La ruta va estar organitzada pels nostres amfitrions llacunenses, en aquesta ocasió amb en **Pere Segura** al front, que també va muntar l'esmorzar, tema important abans de començar, per agafar forces.

Vàrem fer 26 quilòmetres per pistes i corriols divertits sense cap part difícil ni complicada, ni per a nosaltres ni per a les nostres muntures, llevat del imprevist d'una cursa de BTT amb 200 participants, amb els que vàrem coincidir en una part del camí i que anaven venint en direcció contrària a la nostra, cosa que va provocar una mica d'ensurt i que, afortunadament, va quedar només en anècdota.

Una cosa que haurem de tenir en compte per properes sortides, demanant informació prèvia als Consistoris dels termes municipals per on vulguem circular. Al mateix per si es fan batudes de senglars per la zona.

Vàrem ser invitats pels nostres amics de La Llacuna, que formen una bona penya i també fan bones sortides a cavall. De la gent de l'AMAC érem 23 genets i d'ells en van venir 18. Per tant, **41 cavalls en total**. Tres més a peu amb dos rucs i una mula. I al dinar, que vàrem fer al local de la zona esportiva de Rofes, vam ser 55 comensals, entre ells, la Montse Romanyà i el Celes, l'Esther i el Jaume de Valls, que varen deixar aquell dia els cavalls a casa, però ens va fer molta il·lusió que ens acompanyessin a taula.

La Rosa i el Magí varen venir muntats des de La Bleda, el dia abans i ja ens esperaven a La Llacuna.

L'Ajuntament de La Llacuna va col·laborar-hi també i estaran encantats de que hi tornem un altre dia.

La ruta, com he dit al començament, va ser molt tranquil·la, fent els primers 20 quilòmetres abans de seure a taula i deixar als cavalls descansant, lligats amb cordades que vàrem deixar ja preparades el dia anterior.

A l'acabar el dinar, es va improvisar un petit campionat de "futbol·lí", molt igualat i renyit, entre els representants de l'AMAC i els dels amics de La Llacuna.

Tot seguit, vàrem completar la diada amb 6 km més a cavall, passant per la Font del Teix i la font dels Horts, visitant el Castell de Vilademàger, ja a prop dels remolcs.

Una jornada més de molt bon rotllo i gaudint de la nostra afició.

Ramon Saumell

EL MOIANÉS: L'ESTANY

Dies
30-31 març i
13 i 14 d'abril

Amb l'arribada del bon temps comencem la temporada de sortides d'autonomia. Per qui no sàpiga que són les rutes d'autonomia, són aquelles en les quals portem tot allò que necessitem per passar els dos dies sobre el cavall, des de la tenda per dormir fins al menjar per nosaltres i pel nostre company de fatigues, el cavall.

Aquesta vegada hem triat el **Moianès**, una comarca amb molta diversitat de paisatges i amb molts camins per gaudir amb el cavall.

Degut a la gran participació dels socis, la sortida es va fer, primerament, l'**últim cap de setmana de març** i, posteriorment, es va repetir el **segon cap de setmana d'abril**.

Vam triar la localitat de **L'Estany** per trobar-nos i deixar els remolcs i iniciar la ruta que ens portà cap a Collsuspina, passant pel centre del poble i deixant els motoristes, que feien el cafè a la terrassa del bar, bocabadats!

Al km 15 arribem a **Santa Coloma de Sasserra**, on hi ha una església del S. XI, un arbre monumental, el Roure de Giol, i una masia que dona nom al roure. En definitiva, un racó tranquil i bonic.

Després de fer les pertinents fotos, retornem al camí fins arribar a **Les Esplugues**, un altre paratge digne de veure's. Les Esplugues és una masia que aprofita com a sostre una balma troglodítica. Es troba en un lloc idíl·lic amb abundància d'aigua, bosc i fauna, on la gent que vivia del que dona la terra va construir una masia que

seria habitada durant 1000 anys. El mas va ser habitat fins a l'any 2002. L'any 2014, una vegada rehabilitat, va ser obert al públic com a radial de l'**Ecomuseu del Moianès**.

Reprenem la marxa, fins l'hora de dinar. A l'arribar a la zona on pernoctarem, al costat dels **"Gorgs Blaus" de Monistrol de Calders**, haurem vist una poua de vapor, una de glaç i masies com el Gironès, el Molí de la Fàbrega i la Coma.

Fets 38 km arribem als gorgs, preparem les cordades per deixar els cavalls lligats i muntem les tendes per passar la nit.

El dia s'aixeca ben d'hora, tots els cavalls i genets hem descansat i, ja esmorzats, preparem cavalls per reprendre la sortida per tornar a L'Estany. Seran 30 km per pistes forestals passant per **Calders i la Ruca**.

Han estat dues jornades llargues, però distretes i ben amenitzades pels genets.

A tots moltes gràcies per venir. I fins la propera a finals de maig. Podeu trobar els "tracks" a la web!

Montse Llongueras



VOLTAR PER CATALUNYA: L-ESTANY



XXXIII TROBADA

Dies
11 i 12 maig

POSTIUS I LES 1001 PORTES

Heu de saber aquells que no conegueu l'AMAC que les seves trobades són talment com si un rei medieval hagués convocat a tots els seus cavallers per una creuada, perquè en venen de tot arreu: de les muntanyes nevades del nord, dels aiguamolls del sud, de la bora del mar i de la terra ferma.

El tots venen amb cavalls de races diferents, amb selles i capçades diferents i parlen dialectes diferents i vesteixen de manera diferent, però, això sí, amb el vermell que predomina i tots units sota l'escut de la ferradura que portem al cor.

El Cavaller Toni del Regiment de Sant Jordi i jo vam acudir a la crida del Rei Joan Martí. De bon matí vam deixar enrere les nostre muntanyes, Montserrat i Sant Llorenç i ens vam endinsar al nostre país petit. Passant per masos i granges de bestiar vam enfilear una carretereta per arribar a un **món màgic** de tanta bellesa que desbordava qualsevol mirada.

Semblava que un gegant hagués agafat la terra com una catifa i l'hagués espolsat, fent-ne brotar infinitat d'arbres de totes mides i tons de verd i prats i marges brodats amb flors de tots els colors. La ruta, l'allotjament i les menges van ser dissenyades amb un gust exquisit per uns mestres de cerimònia excepcionals, la Nathalie i el Carlos. "Mas Postius" és una masia preciosa, plena de mobles

que et transporten a una altra època, un lloc per viure-hi històries d'amor entre els llençols dels seus llits dignes de reis i de reines.

En arribar el punt de trobada, vam topar amb aquell moment que sempre em posa la pell de gallina, quan veig tots aquells remolcs

i els cavallers baixant orgullosos els seus cavalls, l'alegria de retrobar tothom i l'emoció de dos dies per endavant de **felicitat completa**. Després d'agafar forces amb una coca que ens endolcia boca i ànima, vam iniciar la marxa que ens va dur per paisatges que canviaven a cada moment, com si fóssim en un teatre gegant i algú canviés el decorat a cada revolt del camí. De tant en tant apareixia algun cap de bestiar que ens observava com un miratge que venia a pertorbar la seva calma.

Vam creuar boscos d'elfs on semblava que les nimfes

haguessin de sorgir d'entre els branquillons per fer-nos un encanteri i vam veure masos curiosament restaurats i d'altres de deshabitats que ens recordaven la duresa de la vida en aquells paratges aparentment idíl·lics. De vegades s'obria de sobte un prat amb



Guanyador del premi Les 1000 portes

una herba verda que onejava amb el vent com un oceà i semblava que d'entre les muntanyes del fons n'hagués de sortir un **drac volador** a planejar sobre els nostres caps.

Després de dinar al Pla del Vilar, sobre un prat que convidava a reposar i envoltats d'immensos arbres, vam retornar, cansats però feliços. A alguns els hi van quedar forces per remullar-se a la piscina abans d'un esplèndid sopar i el **"Rei"** ens va demostrar perquè ho és, fent que la "Martina" perdés la por i pugés tota sola a un remolc que el dia abans li semblava l'entrada de l'infern.

L'endemà el dia es va llevar amb una boira misteriosa que s'estenia per arreu, però obrir els ulls i veure els cavalls per la finestra és un dels despertar més bonics que recordo. La ruta del diumenge va ser d'una bellesa més intensa encara que la del dia anterior. Ens vam esmunyir en boscos creuats per rierols i basses on segur que hi havia més d'un príncep encantat que raucava en alguna riba.

Tot fent camí, vam arribar a l'església romànica de Sant Cugat de Gavadons amb unes vistes precioses. El nostre **petit príncep, en Juanjo**, com a bon aprenent de cavaller, va anar obrint-nos tantes tanques i filats mentre avançàvem pels camins que aquesta gesta cavalleresca va ser premiada amb el **primer premi** d'un concurs a tal fi, que eren uns ous d'oca, com no podia ser d'una altra manera en un indret que sempre abocava a pensar en un altre temps. Quan tornàvem, vaig tancar els ulls un moment i vaig pensar en com volia que s'acabés aquell conte, i diu així: **"I aquella filera de cavallers va desaparèixer entre aquells arbres i cavalcaren un darrere l'altre sobre aquelles bèsties magnífiques per sempre més."**

Que Déu us guardi cavallers de la ferradura, fins a la propera aventura !!

Glòria Gómez Puig



Boscos encantats



Mas Postius

Els socis fan coses...

La volta a Sierra Nevada pel "Sendero del Sulayr"



Àlex Alom, Esteve Costa, Francesc Rabat
i Josep Serra "Sefas"

Els Ports de Beséit per Setmana Santa



Júlia, Josep, Lluís i Esteve amb Joan i
Montse Cubinçà

ELS SOCIS FAN COSES...

País Basc "Parc Natural de Gorbeia"



Montse Llongueras, Laia Serra i Joan Pi

Camí de Santiago: Cervelló-Puente la Reina-Burgos



Jorge Aznaz, Francisco Casado, Francisco Moya i Pedro Sánchez i els cavalls "Cantiner", "Llamp" i "Ashlam", acompanyats per la mula "Matilde"

NOTÍCIES

"COACHING" AMB CAVALLS EN L'ÀMBIT EMPRESARIAL

Cavalls per treballar aspectes de lideratge? De treball en equip? D'empoderament personal? Els que estem acostumats a gaudir dels beneficis d'interactuar amb aquests nobles companys no tenim cap dubte de la seva influència i intervenció alhora de desenvolupar tots aquests processos d'aprenentatge individual, però també grupal.

Coneixem sobradament que tot aquest potencial de desenvolupament personal i d'equip sorgeix precisament de les sinèrgies que emanen del binomi humà-cavall quan ambdós interactuen en relacions d'igualtat, col·laboració i respecte mutu. Interaccions que poc tenen a veure amb el sotmetiment, i molt més amb les complexitats que busquen el benefici i la satisfacció compartida.

L'efecte terapèutic, sinó catàrtic d'aquesta complicitat és el que es busca en el "coaching" amb cavalls aplicat a l'àmbit empresarial, on mitjançant els cavalls es fan aflorar les vertaderes fonts del lideratge que tenen més a veure amb el convèncer i no pas el vèncer, amb l'autoritat moral més que no pas l'autoritat imposada. Mitjançant la col·laboració amb els cavalls es busca identificar aquests comportaments i actituds que aconsegueixen, d'una manera natural, generar dinàmiques positives de treball que es sustenten en la voluntat de desenvolupament conjunt.

Per entendre com els cavalls poden ajudar-nos a millorar les nostres estratègies de relació i comunicació entre humans caldrà explicar breument que és el "coaching" més enllà d'una moda passatgera i com s'aplica aquest procés d'aprenentatge per adults en l'àmbit empresarial i mitjançant el protagonisme del cavall.

El "coaching", que etimològicament prové de la paraula anglesa "coach", en català entrenador, fa referència a l'assoliment d'objectius mitjançant el desenvolupament personal i professional. És una manera d'actuar que t'ajuda a aproximar-te a les situacions d'una manera diferent, millorant la capacitat de comunicar-te i alhora aprofundir en les pròpies capacitats. Aquest "coach" (o entrenador) facilita la presa de consciència de les diferents situacions o problemàtiques alhora que promou el descobriment sobre les capacitats individuals i col·lectives dels professionals impulsant que s'estableixin compromisos i accions concretes per millorar i assolir els objectius.

I com és fa això amb els cavalls? Primer de tot garantint el benestar dels animals. Per aquest motiu, per garantir aquest benestar dels cavalls, la seguretat dels assistents, així com el rigor professional del treball conjunt és imprescindible que el "coach" sigui un expert tant en el treball amb equins com en la gestió dels recursos humans. Per tant un primer requisit és que el treball sigui dirigit per un professional expert i acreditat en el mètode de "coaching" amb cavalls.

Partint d'aquesta premissa professional i com a expert en la gestió dels recursos humans, el "coach" ha de conèixer la realitat de l'empresa i dels professionals que la componen i per tal d'ajudar a definir els objectius que es volen treballar, ja sigui millorar la comunicació interna, la cohesió de l'equip o l'efectivitat de les accions comercials,

per exemple. A partir de la definició adhoc d'aquests objectius empresarials, el "coach" definirà l'estratègia a seguir i prepararà una sèrie d'exercicis, sempre peu a terra, que no requeriran de cap d'experiència prèvia amb cavalls per part dels participants.

Un cop establerts objectius i al igual que en altres tipus d'actuacions amb equins, al cavall se li atribueix un significat metafòric (per exemple vers l'objectiu "augmentar les vendes" l'animal podria representar al client, o un nou mercat), i és realitzen un conjunt d'exercicis seguint una seqüència: desenvolupament de l'exercici-reflexió-recursos i compromisos. Seguint aquest mètode contrastat, el cavall esdevé el mestre i els participants els que observant i interpretant les seves reaccions, amb el guiatge del "coach", poden donar un significat apreciatiu traslladable a la seva pròpia realitat quotidiana com a equip professional.

Cal esmentar que la col·laboració amb el cavall per a crear metàfores és una eina prou contrastada en l'aprenentatge per crear coneixement, esdevenint de gran utilitat per a treballar situacions complexes de forma sintetitzada i amb una forta connexió emocional de les persones. Sabem que el cavall no té una resposta condicionada en la relació amb els

humans el que facilita les reaccions més netes i per tant els missatges més autèntics segons les actituds i els comportaments dels participants. Sabem, també que el nivell de desenvolupament sensorial dels cavalls, especialment de l'oïda i l'olfacte, però també de percepció i resposta davant les nostres conductes verbals i no verbals, el fan percebre de manera instintiva la coherència interna i externa de les accions que prenem.

Per tots aquests motius, el treball amb cavalls per al desenvolupament professional esdevé una eina única per a apropar les persones a una potent font d'aprenentatge que lluny de ser nova, és intrínseca a l' ésser humà. Percepcions com el respecte, la noblesa, la força, la paciència, la resiliència, la bellesa, esdevenen valors fonamentals per a les relacions professionals, i de tot això ningú en sap més que els cavalls.

El Turó del Cavalls juntament amb l'empresa de formació ERGO, donen aquest servei de Coaching per empreses, en un entorn rural, catalogat Reserva de la Biosfera, on els cavalls viuen en semi-llibertat en ramat en una finca de 7 hectàrees a la població de La Garriga. Formadors amb experiència contrastada en la direcció d'empreses i certificats en processos de "Coaching".

El Turó del Cavalls juntament amb l'empresa de formació ERGO, donen aquest servei de Coaching per empreses, en un entorn rural, catalogat Reserva de la Biosfera, on els cavalls viuen en semi-llibertat en ramat en una finca de 7 hectàrees a la població de La Garriga. Formadors amb experiència contrastada en la direcció d'empreses i certificats en processos de "Coaching".

El Turó del Cavalls juntament amb l'empresa de formació ERGO, donen aquest servei de Coaching per empreses, en un entorn rural, catalogat Reserva de la Biosfera, on els cavalls viuen en semi-llibertat en ramat en una finca de 7 hectàrees a la població de La Garriga. Formadors amb experiència contrastada en la direcció d'empreses i certificats en processos de "Coaching".



Sergi Serrano
Mòbil: 629 791 888



Cèsar Torelló
www.ergo-consultores.com