

# Armonia a cavallo®

metodo ALFONSO BEATRICE



# In harmony with the horse

The ALFONSO BEATRICE Method



## Indice... / Index...

- pag. 7* › **PREFAZIONE** / › *PREFACE*  
*pag. 9* › **INTRODUZIONE** / › *INTRODUCTION*  
*pag. 11* › **IL CAVALLO** / › *THE HORSE*  
*pag. 17* › **IL METODO** / › *THE METHOD*

### › **CAPITOLI:** / › **CHAPTERS:**

- pag. 21* · **Il cavallo sempre...ad ogni età**  
· The horse always...at any age
- pag. 31* · **Reportage fotografico delle fasi più significative "Armonia a cavallo" metodo Alfonso Beatrice**  
· Picture story of the most significant phases of "In harmony with the horse"  
The Alfonso Beatrice Method
- pag. 41* · **In groppa oltre gli "anta"**  
· On the horseback over forties
- pag. 49* · **Ora parla il dottore.**  
· And now the doctor speaks out...
- pag. 58* · **Gruppo di lavoro**  
· Group of work

***Dedicato a mio padre che mi ha donato  
l'amore per l'equitazione***

*Dedicated to my father who has given to me the love for horsemanship*



**cav. ALDO BEATRICE**

*Persano 1954*



### **Etimologia**

**Equitazione:** dal latino *equitatio-onis*  
l'atto di montare e star bene a cavallo

### **Etymology in italian:**

**Horsemanship = Equitazione:** from latin: *equitatio-onis*  
*The act of riding and feeling good on the horse.*

## › **PREFAZIONE**

**L**a promozione della salute si fonda sul concetto che essa costituisce un patrimonio da salvaguardare per l'individuo e per la collettività, e non potersi demandare soltanto al settore sanitario, ma ad una politica pubblica come già ribadito nel novembre del 1986 alla prima conferenza internazionale di OTTAWA. Con "La carta di Ottawa" si intendeva condurre un'azione mirante alla salute di tutti e nell'ambito dell'Assemblea Mondiale della Sanità, offrire contesti esperienziali e formativi per realizzare pienamente nella coscienza delle giovani generazioni i presupposti fondamentali di controllo e di prevenzione. Tali presupposti si possono identificare innanzitutto nella conoscenza dei meccanismi che presiedono al funzionamento del nostro corpo e diventano così gli elementi essenziali di ciò che gli esperti definiscono educazione alla salute. Già l'organizzazione Mondiale della Sanità nel 1969 aveva sancito l'idea che la salute delle persone anziane, per esempio, non potesse soltanto rilevarsi da analisi di laboratorio, ma soprattutto dalle loro capacità d'autonomia.

Nel passato esisteva il convincimento generale che l'attività fisica usurasse l'organismo ed il riposo, al contrario, ne conservasse l'integrità. Tuttavia le più avanzate scienze umane e neu-

## › *PREFACE*

**H**ealth promotion is based on the simple idea that it is a heritage to protect for a single person and for the community, it can't be submitted only to the health sector, but to a public politic as it has been told in November 1986 at the 1st international conference on health promotion in Ottawa.

With "The Ottawa Charter for Health Promotion" they meant to lead an action aiming to the health of everyone and within the World Health Assembly (WHA) they meant to organize experiential learning and formative courses to give to the young generation the complete awareness of what the words Control and Prevention really mean. These presuppositions can be identified first of all in the knowledge of the processes that control the good working of our body, becoming that way, the main elements of what the experts call "education to health". In 1969 the WHO (World Health Organization) ratified the idea that elder people, for example, could not just be controlled by laboratory analysis, but mainly be controlled by their faculty of being self-sufficient.

In the past there was the general belief that the physical activity might damage the system, on the contrary, they believed that the rest might maintain its integrity. However, the most advanced hu-

rosienze hanno dimostrato che bisogna operare nel rispetto di quell'unità bio-psicosociale che è l'uomo.

Ancora oggi si tende a limitare l'attività fisica ed esperenziale del bambino, compromettendone lo sviluppo intellettuale, emozionale e psichico; provocando così difficoltà relazionali ed affettive che da adulto non consentono un facile inserimento sociale.

Per favorire una risposta a tutto ciò, l'associazione Anankè presenta e intende far conoscere il metodo del Maestro Alfonso Beatrice che, utilizzando la sua pluriennale esperienza, ha messo a punto un'articolata serie di esercizi ed attività finalizzate allo scopo; ha così dato vita a questo opuscolo in cui si presenta una nuova tecnica che favorisce il riequilibrio psicofisico, utilizzando un approccio olistico nella relazione tra l'uomo e il cavallo.

Il Presidente dell'Associazione  
"ANANKÈ"  
Arch. Francesco Santoro

*man science and neuro science have proved that we need to operate respecting that biopsycosocial unit called man.*

*Today someone still tends to limit the physical and experiential activity of the child, compromising his intellectual, emotional and physical development; causing affective and relational problems that in adult age can cause difficulties in the social life. To give an answer to all this and to clarify any doubt the Anankè Association wants to introduce you and show you The Alfonso Beatrice Method. The Master Alfonso Beatrice, using his long experience, has tweaked an articulated series of exercises and activities, to help in the process we told you before. That's the reason why we created this brochure in which we show you this new technique that helps in the psychophysical rebalancing, using a holistic approach in the relationship between the horse and the man.*

*The president of the Association  
ANANKÈ  
Arch. Francesco Santoro*

## › INTRODUZIONE

**L**'uomo oggi è sottoposto ad eccessivo stress causato dai vari ambiti nei quali si trova ad operare, per cui sente fortemente il bisogno di ritrovare se stesso. A tale scopo vengono utilizzate tecniche di rilassamento e di riequilibrio emozionale, fisico e cognitivo.

Nasce così la proposta operativa di realizzare incontri privilegiati tra l'uomo e il cavallo in ambiente naturale che permettano di evadere dalla routine quotidiana.

Il cavallo con i suoi potenti fasci muscolari sviluppa una calda relazione corporea con il cavaliere. Questa biunivoca sensibilità si trasforma in una sintonia perfetta che genera leggerezza di movimento per l'uomo e avanzamento evolutivo per il cavallo: così inizia lo straordinario connubio.

Oggi l'uso del cavallo è ancora limitato prevalentemente al mondo sportivo ed alla cura e recupero dei diversamente abili. La nuova proposta, ampiamente sperimentata, si propone di utilizzare il rapporto uomo-cavallo come terapia posturale, fisica e psichica poiché si è dimostrato che anche con il solo contatto e pochi esercizi preliminari si producono effetti benefici significativi.

Una profonda e sperimentata conoscenza del mondo del cavallo ha consentito al maestro Alfonso Beatrice di mettere in atto questa tecnica

## › INTRODUCTION

**N**owadays the man is subjected to excessive stress, caused by the different fields in which he operates, so he strongly needs to find himself. To help the man in this process are used series of physical and cognitive relaxing and emotive rebalancing techniques. So, it has birth the operative proposal to create favored meetings between the man and the horse in a natural environment that might allow escaping from daily routine. The horse with its powerful muscle builds up a warm physical relationship with the rider. This one-to-one sensitivity becomes deep sympathy that generates lightness of movement for the man and evolutionary progress for the horse: that's the beginning of the extraordinary union. Today the use of the horse is still mainly bound to sports and to the care and recovery of disabled. The new proposal, widely tested, means to use the human-horse relationship as postural, physical and psychic therapy, since it has been demonstrated that just with the contact or with few preliminary exercises it has produced some good and revealing effects. A deep and experienced knowledge of the world of horses has allowed the master Alfonso Beatrice to carry out this technique of interior harmonization and physical rebalancing. The horse with its continuous movement encourages in the man

di armonizzazione interiore e di riequilibrio fisico.

Il cavallo, con il suo continuo movimento, favorisce nell'uomo la coscienza di un equilibrio dinamico, contro l'innaturale bisogno di sicurezza e stabilità che egli cerca continuamente.

La tecnica "ARMONIA A CAVALLO" è indirizzata a tutti, senza limiti di età e in special modo a coloro che vogliono:

- Vivere un'esperienza nuova e gratificante;
- Ritrovare una dimensione d'equilibrio, un ..."centro di gravità permanente"...
- Recuperare la propria identità percettiva;
- Mantenere e rafforzare la salute e prevenire la malattia;
- Cambiare il punto di vista;
- Stimolare la creatività.

*the awareness of a dynamic stability, against the unnatural need of confidence and stability that he always seeks.*

*The technique "In Harmony with the Horses" is for everyone, without limit of age and in particular for the ones who want to:*

- *Live a new and gratifying experience;*
- *Find a balance dimension again;*
- *Regain perceptive identity;*
- *To keep good health or to strengthen it and to prevent disease;*
- *Change point of view;*
- *Excite creativity.*

## › IL CAVALLO

### › IL CAVALLO NELLA STORIA

Ogni epoca ha avuto il suo cavallo, ci ha tramandato un'immagine propria, mostrando uno specifico gusto, un carattere inconfondibile, il sapore dei tempi: cavalli rozzi e primitivi fatti ad immagine e somiglianza di popolazioni sanguinarie di predoni, cavalli dalle proporzioni classiche e perfette come per i Greci, dalle forme geometricamente studiate e teorizzate come per gli Arabi, cavalli per popolazioni sedentarie o per popolazioni nomadi, cavalli pieni del soffio potente di una nuova vita e di nuova vitalità, come quelli del Rinascimento, cavalli spagnoleschi e barocchi, impiegati in complicatissime corse e in mille ritmi di danza, dove il più abile era colui che riusciva ad arrivare ultimo, ed infine cavalli romantici, confusi di un alone di mistero, cavalli dal destino imponderabile e drammatico, emblemi di invincibili nostalgie, espressione di sogni irrealizzabili e segreti, di mete indefinibili ed irreali...

Il cavallo, quando è nato circa sessanta milioni di anni fa, non era più grande di un fox-terrier. Gli studiosi lo hanno chiamato Eohippus, il cavallo dell'aurora: l'aurora dell'era terziaria. E tale veramente esso appare, con la sua spalla non più alta di ventotto centimetri da terra, con la testa

## › THE HORSE

### › THE HORSE IN HISTORY

*Every age has its horse, and every age has handed down its own image, showing its specific flavour, an unmistakable nature, the taste of times: rough and primitive horses made in own image of the bloody people of raiders; horses made by classical and perfect proportion as for Greeks; horses made using geometrical shapes, the same shapes studied and theorized by the Arabs; horses for sedentary populations or for nomads; horses full of the powerful blow of a new life and vitality, like the ones of the Renaissance; Spanish and Baroque horses, used for very difficult races and in thousands dancing rhythms, where the most skilful was the one who arrived last, and finally romantic horses, enshrouded by an air of mystery, horses with imponderable and dramatic destiny, emblem of invisible nostalgia, expression of unattainable dreams and of secrets of indefinable and unreal destinations....*

*The horse was born about sixty millions years ago, and it wasn't bigger than a fox terrier. Scholars have called it Eohippus, in Greek literally means the little horse of the aurora: the aurora of the tertiary age.*

*And it really looks that way, with its shoulder at twenty eight centimeters from the ground, with*

che ha già un portamento inconfondibile quando corre via spedito con le zampe anteriori che terminano con quattro piccoli zoccoli, le posteriori con tre: un dito davanti e due dita dietro che non toccano più terra e sono in via di atrofizzazione. Tale processo di riduzione è irreversibile e durerà finché esso si reggerà su un solo dito con zoccolo.

Tutti i generi che hanno scelto le foreste come stabile sede si estinguono e in venti milioni di anni si passa all'Epihippus grande come una volpe, al Miohippus grande come un pony e già poggiate su tre dita.

Altri venti milioni di anni e le foreste vengono definitivamente abbandonate per l'aperta pianura più propizia alla fuga e alla salvezza. Con l'adattamento al nuovo alimento, le graminacee, la tavola dentaria continua a trasformarsi e si modifica. Bruscamente, passando dal Merychippus al genere Pliohippus, circa dieci milioni di anni fa, il cavallo poggia sul solo dito medio e abbastanza celermente assume la forma equus, il cavallo così come oggi noi lo conosciamo e che giunge e sopravvive in Asia, poi anche in Europa.

Il meraviglioso romanzo del cavallo, dopo quasi sessanta milioni di anni è forse solo agli inizi.

Oggi è un animale resistente ed equilibrato che sa adattarsi come pochi ai climi più vari, provvedere alle più mutevoli necessità, rimanendo press'a poco lo stesso.

*its head that has already an unmistakable posture when it runs quick with the forelegs that end with four small hooves, and the hind legs that end with three: one finger ahead and two behind that don't touch the ground anymore which are destined to atrophy. This process of reduction is irreversible and it will last until the horse will stand on one finger with hoof. All the genus that have chosen the forest as permanent site, extinguish, and after twenty million years they turn from Epihippus, as big as a fox, to the Miohippus, as big as a pony and standing on three fingers.*

*Others twenty millions years after, they permanently leave the forest, to live the open level countryside, more propitious for escapes and for safety. With the adaptation to the new feed, the grass family, the set of teeth starts a transformation and changes. Sharply, turning from Merychippus to Pliohippus, about ten million years ago, the horse stands on just one finger, the middle finger, and rather quickly takes the form of equus, the horse as we know today, that arrives and survives in Asia and than in Europe as well.*

*The great novel of the horse, after about sixty millions years, is probably just at the beginning. Today it is a strong and stable animal that knows how to adapt to different climate conditions, just as a few animals can do, and meet a range of different needs, without changing.*

## › IL CAVALLO IN LIBERTÀ

Attualmente il cavallo in libertà vive in gruppo, ama giocare, correre e cercare sempre un contatto con gli altri. Il primo contatto fra madre e figlio avviene con il morso e l'olfatto, e si crea così la prima forma di relazione e comunicazione. La sua attività principale è mangiare, perciò cerca continuamente campi ricchi di erba nel rispetto dell'organizzazione dei cavalli in libertà secondo cui le cavalle decidono dove andare, i cavalli difendono, gli stalloni si accoppiano.

Anche in cattività il cavallo conserva sempre la sua indole di cavallo libero.

## › IL CAVALLO E L'UOMO

Se l'uomo, in generale, fosse meno vanitoso e meno orgoglioso della sua incontrastata superiorità su tutte le creature in terra, potrebbe accorgersi come agli animali non facciano difetto alcune qualità che egli crede di sua esclusiva spettanza.

"Hanno anima ed intelligenza" come asserì il saggio Confucio circa 2500 anni fa.

Aristotile più esplicitamente scriveva: "nella maggior parte degli animali si trovano certe tracce di quelle affezioni dell'anima che in maniera più evidente si trovano nell'uomo...".

In alcuni si scorge persino qualche cosa che rassomiglia alla prudenza riflessiva dell'uomo".

Ancora più in là andò forse San Francesco di Assisi, fondendo in un mondo di ideale fraternità uomini ed animali.

## › THE HORSE ON THE LOOSE

*At the present time the horse on the loose lives in group, loves playing, running, and always looks for a contact with the others. The first contact between mother and foal happens with the bite or with the smell, this way they create a first form of communication and connection. Its primary activity is eating, that is the reason why it always looks for fields rich in grass, respecting the rules of the organization of the loose horses in which the mares decide where to go, the horses defend from enemies and stallions couple. Also in captivity the horse always keeps alive its wild nature.*

## › THE HORSE AND THE MAN

*If the man, in general, would be less vain and less proud of his unchallenged superiority over every creature on earth, it might notice how animals are endowed with the same characteristics as the man, but he wrongly thinks that this features are just an exclusive of the mankind.*

*"They have soul and intelligence" as Confucius asserted about 2500 years ago. Aristotle more explicitly wrote: "between the most part of the animals can be found trails of those affections of the soul that you can find, more visible, in the humanity... In some animals you can even find something that might appear like that reflective caution of the man". Probably the one who believed the most in this theory was St.*

È dunque ormai inconfutabile che fra gli uomini e gli animali vi sono facoltà comuni ed affini.

Inoltre la convivenza con l'uomo sviluppa negli animali la capacità di capirne la parola e di interpretarne le espressioni del viso.

Gli uomini pregiudizialmente definiscono dallo sguardo molti animali e li chiamano stupidi o, meno severamente, mansueti come il bue, mitissimi come la gazzella, sinceri come il cane, timidi come la pecora, superbi come il leone, e così via.

Non esiste tuttavia un aggettivo per lo sguardo del cavallo, forse perché il suo sguardo interpreta tutte le espressioni a secondo dell'indole e delle circostanze.

Non è frequente avere l'opportunità di vivere intensamente con il cavallo, perciò pochissimi sanno per esperienza che il nobile quadrupede ha memoria, intelligenza, bontà, riconoscenza e carattere ben definito.

Oggi che finalmente il cavallo non è più solo un essere da sfruttare, ma anzi un essere capace di creare un'alleanza che non ha pari con nessun altro essere vivente, ora possiamo dire che "... ha una struttura di animale carnivoro e cioè da predatore, ma essendo erbivoro, non conosce aggressività e rimanda ad una forza impetuosa ed istintuale".

L'alleanza con il cavallo ha permesso all'uomo di crescere e svilupparsi così da accelerare la sua evoluzione ma anche il cavallo ha tratto dall'uomo la

*Francis of Assisi, who joined together man and animals in a world of perfect fraternity. By now it is irrefutable evidence that between man and animals there are common and similar faculties. Furthermore living together with the man, the animal develops its skill to understand the talk and the facial expressions.*

*Men often define, with prejudice, some animals just from their look, and they call them stupid, or less harshly, tame as the ox, meek as the gazelle, loyal as the dog, shy as the sheep, proud as the lion, and so on. Nevertheless it doesn't exist an adjective to define the look of the horse, probably because it performs every expression depending on its nature and on the circumstances.*

*It is not frequent to have the opportunity to live with a horse, so, just few people know that this noble quadruped has got memory, intelligence, kindness, gratitude and a well defined character.*

*Today the horse is no more a creature that has to be exploited; on the contrary it is a creature that has the capability to create alliances that have no equal with any other living being. Now we can say that "... the horse has a structure like a carnivorous animal that is a predatory, but it is herbivorous, it doesn't know aggressiveness, and recalls to an impetuous and instinctual strength".*

*The alliance with the horse has allowed the man to grow and develop so that the man can accelerate his evolution; but the horse too has gained the chance*

possibilità di evolversi, difatti, come è noto, "fra il cavallo selvatico delle praterie e dei boschi e quello che sta a contatto con l'uomo, si registra per il primo l'istinto più sviluppato atto a garantirne la sopravvivenza, per il secondo un'intelligenza più pronta e più comprensiva, tale da migliorare progressivamente il rapporto con l'essere umano.

In sintesi "l'uomo contatta la forza priva di cattiveria, il cavallo assimila l'intraprendenza".

#### › IL CAVALLO NELLA TERAPIA

L'uso del cavallo ai fini della riabilitazione psicomotoria ha trovato attuazione fin dall'antica Grecia con Ippocrate (458 – 370 a.c.) che "nel libro delle diete" lo consigliava per rigenerare la salute del corpo, più tardi Giorgio E. Stahl (1660 – 1734) affermò che le fibre muscolari divenivano meno eccitabili praticando lo sport equestre, ragion per cui diminuivano gli episodi d'ipocondria e isteria. Goethe riconobbe il particolare valore salutare delle oscillazioni che il corpo compie seguendo il movimento del cavallo.

Oggi il cavallo viene utilizzato quasi esclusivamente nella cura e nel recupero dei diversamente abili.

Da qui la proposta ampiamente sperimentata, di ampliarne l'utilizzo poiché si è dimostrato che, anche con il solo contatto e pochi esercizi preliminari, si producono effetti benefici significativi.

*to evolve, in fact as it is known "between the wild horses living the prairie and the woods and the ones who live in contact with the man, can be noticed that, the first one has developed the instinct of guarantee the survival, for the second can be noticed that has developed a testing and a sympathetic intelligence, to progressively improve the relationship with the man". In brief "the man contacts the strength deprived of wickedness, the horse absorbs the initiative".*

#### › THE HORSE IN THERAPY

*The use of the horse for the psychomotor rehabilitation has started since Ancient Greek thanks to Hippocrates (458 – 370 b.C.) who in "the book of diets" recommended this technique to regenerate the good health of the system, later George E. Stahl (1660 – 1734) stated that the muscle fibre becomes less excitable playing equestrian sports, that is the reason why there was a decrease in the number of episodes of hypochondria and hysteria. Goethe recognized the special healthy value of the oscillations that the body does following the horse movement. Today the horse is used almost exclusively in the care and rehabilitation of the people with disabilities. Hence, it is been decided to put forward a proposal, widely tried out, to open this technique to a wider range of people because, it is been demonstrated that, with just a simple and brief contact and few preparatory exercises can be noticed good and revealing effects.*



## › IL METODO

### “ARMONIA A CAVALLO”

Il metodo “Armonia a cavallo” è la sintesi di varie discipline come equitazione, volteggio equestre, riabilitazione equestre, yoga, ginnastica dolce, acrobatica, massaggio, con particolare attenzione alla sfera psichica, ma anche a quella fisica e posturale.

Il metodo, scientifico, nasce da una lunga esperienza formativa e pratica del maestro Alfonso Beatrice con gruppi di lavoro formati da tecnici provenienti da varie discipline.

Nel corso della sperimentazione sono emersi elementi che caratterizzano il lavoro:

- L'esercizio a cavallo, richiedendo maggiore impegno e attenzione, necessita di un tempo inferiore rispetto al medesimo esercizio eseguito a terra;
- Il cavallo è un animale da preda, sempre vigile e incline a movimenti improvvisi, per cui, durante tutta la durata dell'esercizio rilassante, bisogna mantenere viva l'attenzione e ciò amplifica la potenza e l'efficacia dell'esercizio stesso;
- A cavallo tutti gli apparati del nostro organismo sono attivati contemporaneamente;
- Per poter avere un equilibrio dinamico sul cavallo si mettono in gioco una serie di sinergie muscolari, per la ricerca della postura più idonea ai

## › THE METHOD

### “IN HARMONY WITH THE HORSE”

The method “In harmony with the horse” is the synthesis of different disciplines like horse-riding, equestrian vaulting, equestrian rehabilitation, yoga, sweet exercises, acrobatics, and massage, all this with a special attention to the psychic sphere, but also the physical and postural sphere. The method, which is scientific, takes life from a long and formative experience and practice of the master Alfonso Beatrice with groups of work made by technicians of different disciplines. During the experimentation have emerged some elements that characterize the work:

- The exercises made on the horseback require more attention and application: to do the exercises it is necessary to spend less time than on the ground;
- The horse is a predator, always vigilant and it is prone to make sudden movements so during all the relaxing exercise, it is necessary to keep the attention alive, this amplifies the power and the effectiveness of the exercise itself;
- On the horse every system of our body is activated at the same time;
- To keep dynamic balance on the horse come into play a series of muscle synergies to find the most appropriate posture to face the repeated movements of the horse itself, and for a synchronic

ripetuti spostamenti del cavallo stesso, e per una coordinazione sincronica tra i muscoli agonisti ed antagonisti anteriori e posteriori (parte destra e sinistra), del nostro corpo;

- Gli esercizi vengono svolti in relazione con il cavallo e in gruppo, stimolando la capacità di contatto che aiuta a migliorare i rapporti con se stesso e con il mondo esterno;
- Il calore del cavallo stimola la sensazione di benessere sia fisico che mentale.

#### › GLI OBIETTIVI DEL METODO

- Avere una percezione consapevole di ogni parte del proprio corpo;
- Recuperare patologie a carico del sistema muscolare e scheletrico;
- Riorganizzare il sistema neuro muscolare analogico e tonificare i muscoli;
- Riattivare i chakra;
- Stimolare i recettori;
- Trovare l'allineamento posturale, riequilibrando e stimolando la mobilità articolare e l'elasticità muscolare;
- Ritrovare il proprio ritmo ed equilibrio per rinforzare la propria autostima e la capacità di rappresentarsi al mondo esterno;
- Incoraggiare la capacità di correre rischi e vivere la sconfitta come risorsa;
- Imparare a gestire l'emotività riconoscendo gli

*coordination between the antagonist muscle and the anterior and posterior antagonists (right and left side) of our body;*

- *The exercises are carried out in connection with the horse and the group, stimulating the contact skills, help to improve the relationship with the others and with yourself ;*
- *The warmth of the horse stimulates the physic and mental sense of well-being.*

#### › THE GOALS OF THE METHOD

- *To have an aware perception of every part of your own body;*
- *To recover from pathologies that have caused damage to the muscular and skeletal system;*
- *Reorganize the neuromuscular analogue system and invigorate the muscles;*
- *To reopen your chakra;*
- *Stimulate the receptors;*
- *Find the postural alignment, restoring the balance and stimulating the articular mobility and the muscular elasticity;*
- *Find again your own rate and balance to strengthen your own self-esteem and the ability to introduce yourself to the others;*
- *Encourage the ability to take the risk and leave the defeat as resort;*
- *Learn how to manage emotionality recognizing the others negative moods, practice listening and*

stati d'animo negativi, esercitare l'ascolto, la pazienza per superare la tendenza all'isolamento e all'aggressività;

- Rispettare gli animali e la natura;
- Superare gli stati d'animo negativi.

*practice the patience to get through the inclination to isolation and to aggressiveness;*

- *Respect nature and animals;*
- *Get over the negative states of mind.*

#### “BIBLIOGRAPHY”

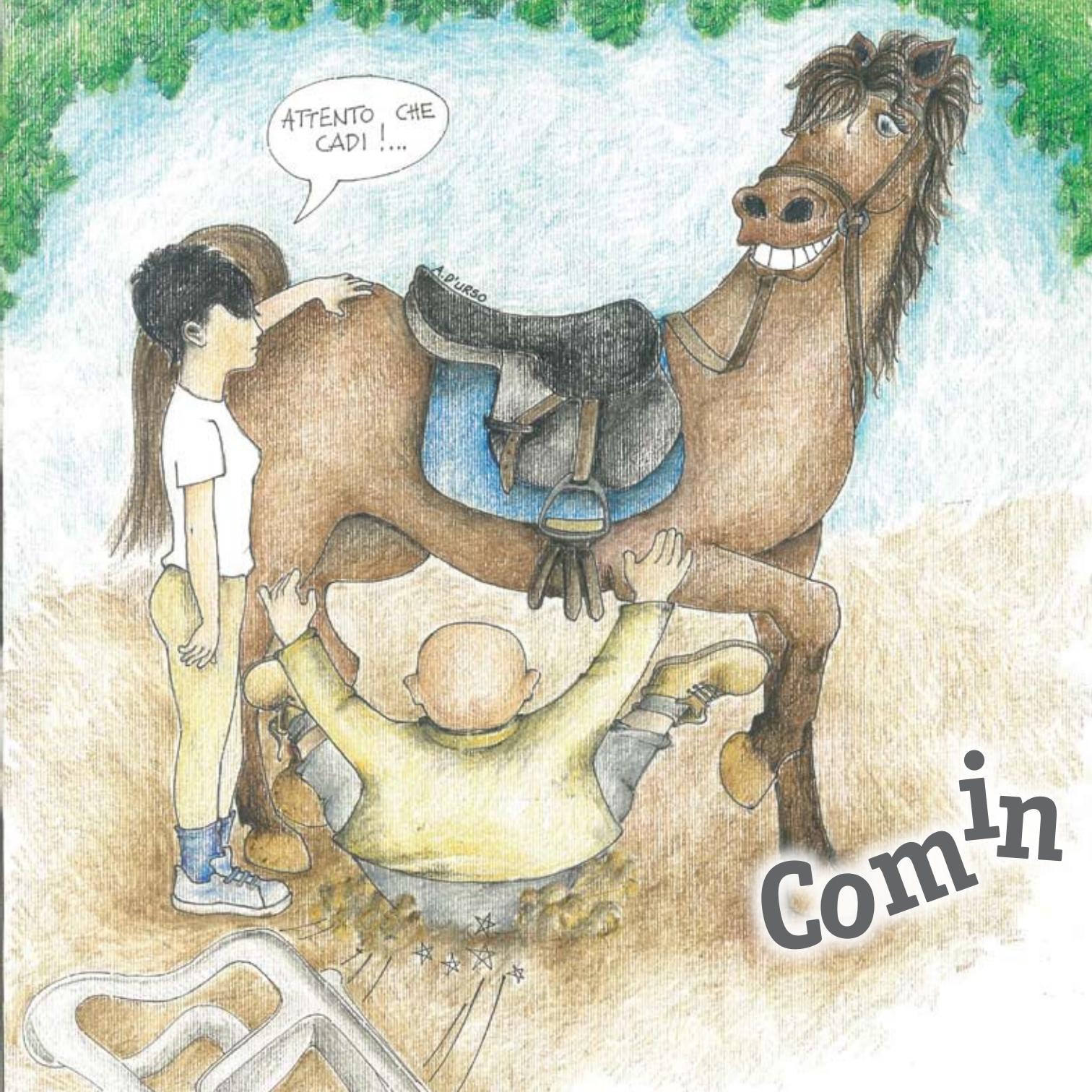
##### “BIBLIOGRAFIA”

- **Il Romanzo del cavallo:** Nereo Lugli  
edizione ippiche Nereo Lugli IV edizione
- **Ricerca e formazione sportiva:** Alfonso Beatrice  
scuola regionale dello sport CONI Campania
- **Guarire con l'antiginastica:** Therese Bertherat  
Oscar guide Mondadori
- **I cinque esercizi tibetani:** Christopher S. Kilham  
edizioni TEA
- **Yoga Therap:** Jayadev Jaerschky  
edizioni Giunti Demetra
- **Fisioterapia spirituale per la schiena:** Tanja Aeckersberg  
edizioni Il punto d'incontro

**disegno di pagina 6:** *Cavalieri greci al galoppo raccolto (“canter”). Cratere attico proveniente da Gela, 570-560 a.C., Gela, Museo Archeologico (Azzaroli A., An Early History of Horsemanship, Leiden 1985, p.56).*

- **Il Romanzo del cavallo:** Nereo Lugli  
edizione ippiche Nereo Lugli, 4th edition
- **Ricerca e formazione sportiva:** Alfonso Beatrice  
scuola regionale dello sport CONI Campania
- **Le corps a ses raisons, auto-guérison et anti-gymnastique:**  
Therese Bertherat  
SEUIL
- **The Five Tibetans: Five Dynamic Exercises for Health, Energy, and Personal Power:** Christopher S. Kilham  
Softcover, Inner Traditions International, Limited
- **Yoga Therapy:** Jayadev Jaerschky  
editions Giunti Demetra
- **Sprituelle Rückenschule:** Tanja Aeckersberg  
FITMIT-Verlag Ingrid Aeckersberg, Limbug Germany

**printing at page 6:** *Greek knights cantering. Attic crater coming from Gela, 570-560 b.C., Gela, Archeology Museum (Azzaroli A., An Early History of Horsemanship, Leiden 1985, page 56).*



ATTENTO CHE CADI !...

A. PIRSO

Comin  
ciamo  
bene

› IL CAVALLO SEMPRE...  
AD OGNI ETÀ

› THE HORSE ALWAYS...AT ANY AGE

CARTOON: "WATCH OUT!! YOU MIGHT FALL!"

A good start

## I PICCOLI DAI 4 AI 10 ANNI: GIOCARE CON IL CAVALLO

LITTLE KIDS FROM 4 TO 10 YEARS OLD: PLAY WITH THE HORSE



### IL TUNNEL

Cava dei Tirreni anno 2000

### THE TUNNEL

Cava dei Tirreni year 2000



### LA DEA CALÌ

San Giorgio a Cremano a Napoli anno 2006

### THE GODDESS KALÌ

San Giorgio a Cremano (Naples) year 2006

### L'AMICO A CAVALLO

Negli anni 2000/2007 da Cava dei Tirreni a Cosenza a Portogruaro a Napoli avveniva l'incontro bambini-cavallo che, attraverso un'attività ludica, mostrano un progressivo miglioramento dello sviluppo fisico, emozionale e psichico.

### THE FRIEND ON THE HORSE

In the years 2000/2007 in Cava dei Tirreni, Cosenza, Portogruaro and Naples took place a series of meetings children-horse that showed a progressive improvement of the physical, emotional and psychic development, through a recreational activity.



Ippodromo di Agnano a Napoli anno 2006

Hippodrome of Agnano in Naples year 2006



### COSÌ SI SALE

Ippodromo di Agnano a Napoli anno 2006

### THAT'S HOW TO CLIMB ON

Hippodrome of Agnano (Naples) year 2006

**ORA SI FA SUL SERIO**  
NOW LET'S TAKE IT SERIOUSLY



**CONCORSO NAZIONALE  
DI VOLTEGGIO  
EQUESTRE: PREMIAZIONE**

Ippodromo di Agnano a Napoli  
anno 2006

**NATIONAL CONTEST OF EQUESTRIAN  
VAULTING: PRIZE-GIVING**

Hippodrome of Agnano (Naples) year 2006

**CONCORSO NAZIONALE  
DI VOLTEGGIO**  
Coppa delle Regioni  
in rappresentanza della  
regione Campania

Portogruaro Venezia anno 2007

**NATIONAL VAULTING CONTEST**  
Regions' CUP in representation  
of the region Campania

Portogruaro (Venice) year 2007



**I RAGAZZI DAGLI 11 AI 16 ANNI  
CONCORSO NAZIONALE DI VOLTEGGIO**

Ippodromo di Agnano a Napoli anno 2006

**KIDS FROM 11 TO 16 YEARS OLD NATIONAL VAULTING CONTEST**

Hippodrome of Agnano (Naples) year 2006



Cosenza anno 2005

Cosenza year 2005



“LAVORI DI FRONTIERA” Quartiere Sanità a Napoli anno 2005

“FRONTIER WORKS” ASL NA 1 Quarter Sanità in Naples



Nel contempo si sperimenta anche l'uso del cavallo nelle aree di periferia urbana con i bambini/ragazzi in difficoltà d'inserimento: i risultati registrati hanno favorito prova di facilitazione e miglioramenti dei rapporti interpersonali e di collaborazione.

At the same time it has been experimented the use of the horse also in the urban suburb areas with children/kids that have difficulty in the integration: the recorded results have given evidence of facilitation and improvements in the interpersonal and collaborative relationships.

Depressione e sbalzi umorali rappresentano oggi "il male del nostro tempo"...ma l'approccio e la continuità di contatto con il cavallo ha fornito prova di significativi successi nella riappropriazione dell'equilibrio psichico ed emotivo.

Depression and mood swings represent today "the Evils of our Times"... but the approach and the continuity of contact with the horse has given proof of significant achievements that take to the regain of psychic and emotional stability.

### ASL NA 1 Quartiere Sanità a Napoli: Donne e uomini a rischio anno 2005

ASL NA 1 Quarter Sanità in Naples: Men and women at risk year 2005





## PRIMI APPROCCI AT THE BEGINNING



### IN GROPPA A VENT'ANNI!

La salita è il primo esercizio di equilibrio, soprattutto per chi sale a cavallo per la prima volta.

### ON THE HORSEBACK AT TWENTIES!

The climb on the horse is the first exercise of balance, mainly for the ones who climb for the first time.

## POSIZIONE BASE BASE POSITION



### DA FERMO / STANDING STILL

Da fermi, braccia lungo il corpo, colonna vertebrale allineata, gambe divaricate e rilassate. Sentire il corpo, sia la parte destra che sinistra permette alla mente di acquisire il nuovo schema corporeo e la giusta postura. In movimento, con la ricerca e acquisizione dell'equilibrio dinamico, si potenzia il tono muscolare.



### IN MOVIMENTO / ON THE GO

Standing still, arms beside the body, vertebral column lined up, legs splayed and relaxed. Feel the body, the right and left part, allows to your mind to acquire the new body scheme and the right posture. On the go, with the search and acquisition of the dynamic balance, the muscle tone is strengthened.



## SIMBIOSI

È un esercizio di rilassamento e di equilibrio. L'abbraccio col cavallo dà una sensazione di calore e benessere.

## SYMBIOSIS

It is an exercise of relaxation and equilibrium. The hug with the horse gives a feeling of warmth and comfort.



## SQUADRA

Lavorano i muscoli addominali, vertebrali e degli arti inferiori.

## SET SQUARE

Abdominal muscles, vertebral muscles, and bottom limbs working.



## IL MONDO SOTTOSOPRA

Si rilassano i muscoli posteriori, si allungano i muscoli anteriori, mentre, lo sguardo rivolto verso il cielo, favorisce la continua ricerca dell'equilibrio.

## THE WORLD UPSIDE DOWN

It relaxes the posterior muscles, stretches anterior muscles, while directing the look to the sky. It favours the continuous search of the equilibrium.



## ARCO CHIUSO

Iperestensione dei muscoli anteriori.

## CLOSED ARCH

Hyperextension of the anterior muscles.



## BILANCIAMENTO

È un esercizio impegnativo per l'equilibrio dinamico. Sviluppa forza ed elasticità muscolare.

### TRADE-OFF

It is a difficult exercise for the dynamic balance. It develops strength and muscle elasticity.



## IL CIELO È TUTTO MIO

Iperestensione di tutti i muscoli anteriori del corpo.

### WHOLE SKY IS MINE

Hyperextension of the anterior muscles of the body.

## ARCO LATERALE IN EQUILIBRIO

È la continua ricerca di staticità attraverso l'equilibrio dinamico.

### LATERAL ARCH IN EQUILIBRIUM

It is the continuous search of stability through the dynamic balance.





## ANTIGRAVITÀ

Posizione in appoggio precario; si potenziano attenzione ed impegno muscolare.

## ANTIGRAVITY

Position in precarious support; it strengthens attention and muscle commitment.

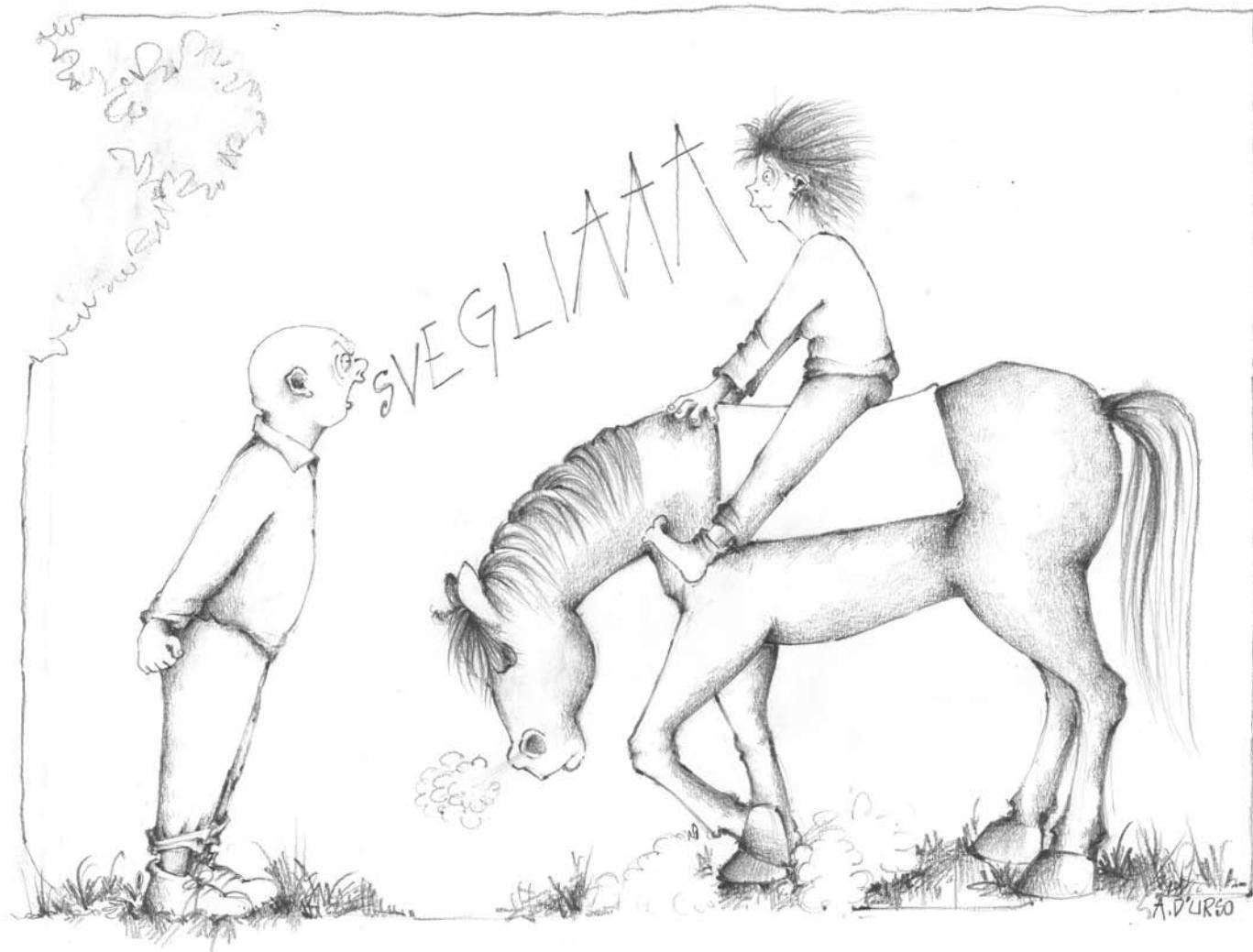


## LO SCIVOLO

Dopo tanto sforzo per rimanere in groppa...lasciarsi andare al piacere dello scivolo.

## THE SLIDE

After the effort to stand on the horseback... let yourself go and enjoy the slide.



› **IN GROPPA  
OLTRE GLI "ANTA"**

› **ON THE HORSEBACK OVER FORTIES**

CARTOON: WAKE UUUP!!!

## L'importante è salire!

The important is to climb on!



### IN GINOCCHIO

Contrazione dei muscoli posteriori ed allungamento dei muscoli anteriori.

### ON THE KNEES

Contraction of the posterior muscles and stretch of the anterior ones.



### IL CESTINO

Esercizio impegnativo d'equilibrio e tensione muscolare.

### THE BASKET

It is a difficult exercise of balancing and muscle tension.

### IL PONTE

Contrazione impegnativa di tutti i muscoli posteriori; attenzione ed equilibrio sono i protagonisti.

### THE BRIDGE

Difficult contraction of all the posterior muscles; attention and equilibrium are the protagonists.





## IL CORVO

Equilibrio in punta di piedi.

### THE CROW

Balancing on the tiptoe.



## UN TUFFO NEL BLÙ

Equilibrio, coraggio, forza, elasticità  
...c'è tutto.

### A DIVE IN THE BLUE

Balancing, courage, strength, agility...  
everything.



## L'ARCO

Iperestensione dei muscoli anteriori.

### THE ARCH

Hyperextension of the anterior muscles.



## ANTIGRAVITÀ

Posizione in appoggio precario; si  
potenziano attenzione ed impegno  
muscolare.

### ANTIGRAVITY

Position in precarious support; it strengthens  
attention and muscle commitment.

## ESERCIZI A COPPIE

EXERCISES IN PAIRS



### AFFIDARSI "tienimi che ti tengo"

L'equilibrio viene condiviso.

### TO TRUST "to hold each other"

The equilibrium is something that has to be shared.



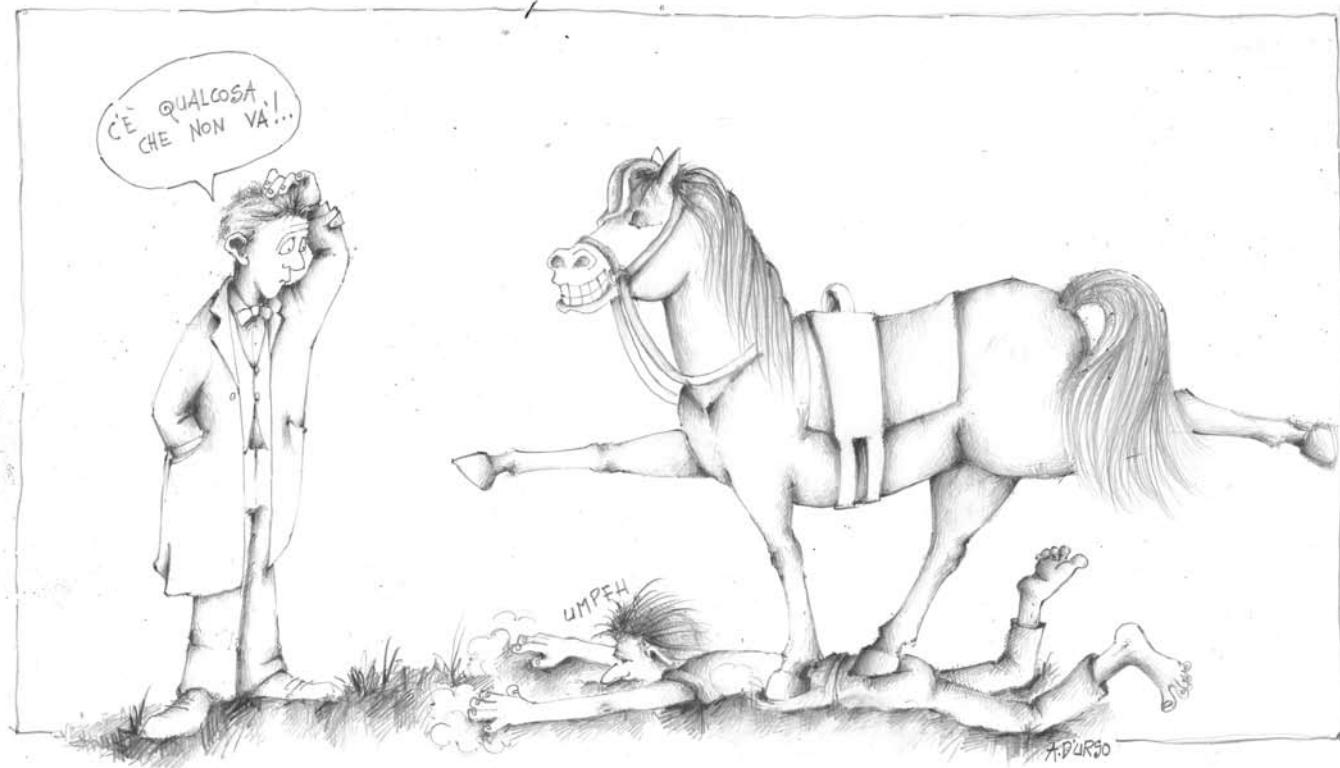
### LA VELA

Equilibrio su un solo piede con reciproco sostegno.

### THE SAIL

Balancing on just one foot thanks to the mutual support.





**> ORA PARLA  
IL DOTTORE...**

**> AND NOW  
THE DOCTOR SPEAKS OUT...**

CARTOON: There is something wrong here!

## › LA POSTUROLOGIA

**P**er posturologia si intende l'insieme di studi rivolti ai processi fisiologici che permettono all'uomo la postura eretta in opposizione alla forza di gravità. La maturazione neurologica che osserviamo nell'essere umano dalla nascita all'età adulta permette di studiare le strategie che l'organismo attua nel realizzare un equilibrio antigravitario ed operativo grazie a molteplici strutture integrate che vengono indicate con il termine Sistema Tónico Posturale.

Quindi, dal movimento degli occhi alla posizione della testa fino all'alzarsi per camminare, in appoggio sui piedi intorno al primo anno di età inizia l'opera e la maturazione del sistema tonico posturale. Le strutture ossee e legamentose che accolgono e sostengono organi, i muscoli che realizzano azioni e movimenti sono parte integrante di un UNICO essere vivente che con il SUO Sistema Nervoso si presenta e si ESPRIME nell'ambiente. Ambiente esterno che per essere esplorato necessita di recettori che ne indagano le caratteristiche e quindi i cinque SENSI così come le sensazioni derivanti dall'ambiente interno (tensione muscolare, dolore ad un legamento, posizione di una parte del corpo nello spazio, volume e peso degli organi ecc..) costituiscono i portatori di una infintà di informazioni che il

## › THE POSTUROLOGY

*P*osturology is the set of studies aimed at physiological processes that allow the man to stand in upright position against force of gravity. The neurological maturation that can be noticed in the man from the birth to the adult age, allows the study of those strategies that the body uses in the realization of that antigravity balance. It is working thanks to the several integrated structures called Tonic Postural System. So, since the eye movement to the position of the head until the act of stand up to walk, standing on the feet around the first year old, starts the maturation of the tonic postural system. The osseous and ligamental structures that shelter and sustain the organs, the muscles that make actions and movements are an integral part of a SINGLE living being that with its own Nervous System has its EXPRESSION in the setting. The outdoor that to be explored needs receptors that might search the characteristics and so the five SENSES that are like the sensation coming from the inside (muscular tension, ligament pain, position of a part of the body in a space volume and weight of the organs, etc..) they are the carrier of a big amount of information that the Tonic Postural System constantly analyzes and integrates to succeed in standing on the feet, allow us to walk or to run, to adopt a position to make some works

Sistema Tónico Posturale esamina ed integra continuamente per riuscire nell'intento di mantenerci in piedi, permetterci di camminare come di correre, posizionarci per realizzare lavori od attività sportive ecc..

La funzione visiva, compreso il tono dei muscoli che muovono gli occhi, insieme ai piedi con le loro strutture articolari, muscolari e sensoriali costituiscono dei recettori prioritari nello studio della postura. Seguono poi le cicatrici, la funzionalità degli organi e dei visceri, l'occlusione dentale con la deglutizione, i traumi ecc..

Tutto il lavoro del Sistema Tónico Posturale si concretizza al massimo grado quando vi è Equilibrio (ortostatismo) Confort (assenza di dolore), Economia (assenza di stanchezza).

La postura dell'uomo è il risultato di uno sforzo adattativo che in ogni istante della vita può manifestare segni di deviazione dal risultato ottimale. Possono osservarsi segni di alterazione delle CURVE attraverso le quali la colonna vertebrale permette l'equilibrio ortostatico ed ortodinamico, oppure segni di alterazioni del dispendio energetico come stanchezza, senso di affaticamento, dolori ecc..

La complessità dello studio della postura coinvolge tanti studiosi e specialisti delle più svariate discipline tutti con l'obiettivo di realizzare il massimo grado di Equilibrio, Confort ed Economia.

*or sportive activities etc.. The visual function, together with the tone of the muscle that move eyes, and with the feet with its articular, muscular and sensory structures: constitute overriding receptors in the study of posture.*

*Then there are scars; the functionality of the organs and of the viscera, the dental occlusion and the swallow, the traumas etc...*

*All the Tonic Postural System work, realizes itself at the highest degree when there is Equilibrium (ortostatism) Comfort (absence of pain) Economy (absence of tiredness).*

*The posture of the man is the result of an additive effort that, in every moment of a human life, can show signs of a deviation from the optimal result. Can be observed signs of an alteration of the CURVES that help the spinal column to keep the orthostatic and ortho dynamic stability, or signs in the alteration of the expenditure of energy as weariness, sense of fatigue, pains, etc...*

*The complexity of the study of the posture involves many experts and specialists of the most various disciplines, everyone with the purpose of realize the highest level of Equilibrium, Comfort and Economy. Between these disciplines the sportive activities too contribute to the development of the Posturology. In this work we have measured the following postural parameters in 8 volunteers before and after 10 meetings of "In harmony with horses" Alfonso*

Tra queste discipline anche le attività sportive contribuiscono allo sviluppo della Posturologia.

In questo lavoro abbiamo misurato i seguenti parametri posturali in 8 soggetti volontari prima e dopo 10 incontri di "Armonia a cavallo" metodo Alfonso Beatrice: esame baropodometrico statico e dinamico per la valutazione del recettore podalico e la misura delle frecce rachidee per la valutazione delle curve della colonna vertebrale sul piano frontale. I risultati della baropodometria hanno mostrato una modifica dei parametri indagati nel senso di una migliore distribuzione dei carichi tra piede dx e sx, una maggior simmetria delle superfici d'appoggio ed una esecuzione dinamica del passo maggiormente accurata.

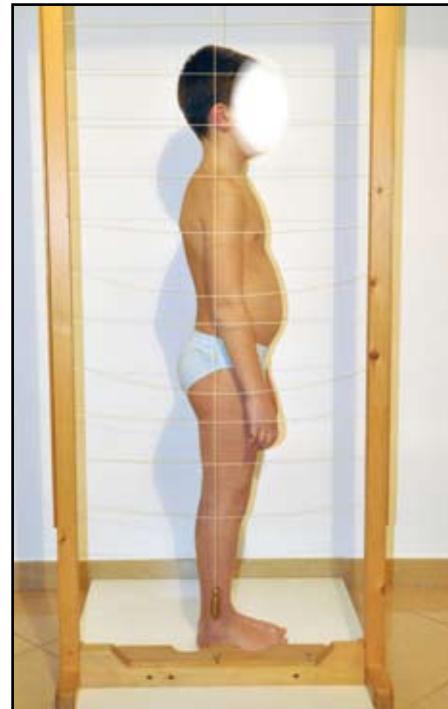
Le figure riportate sono dei soggetti che hanno mostrato un elevato miglioramento.

Sebbene sia stata una prima esperienza dal valore conoscitivo, i dati osservati invitano a strutturare ricerche più rigorose con una rivalutazione del numero di soggetti, del numero di incontri, della frequenza e durata degli Stessi.

*Beatrice's method: static and dynamic baropodometric examination for the evaluation of the podalic receptor and the measure of the spinal curves on the frontal plan.*

*The results of the baropodometrics have demonstrated a change in the parameters analyzed: a better distribution of the weight between the left and right foot, a better symmetry of the support surfaces and a more careful dynamic execution of the step. The related images are examples of people who have shown big improvements. Although it has been a first experience with cognitive value, the observed data invite to structure more rigorous studies with a revaluation of the number of the people, the number of meetings and the frequency of it.*

## MISURA DELLE FRECCE RACHIDEE MEASURE OF THE SPIRAL CURVES



## ESAME BAROPODOMETRICO BAROPODOMETRIC EXAMINATION

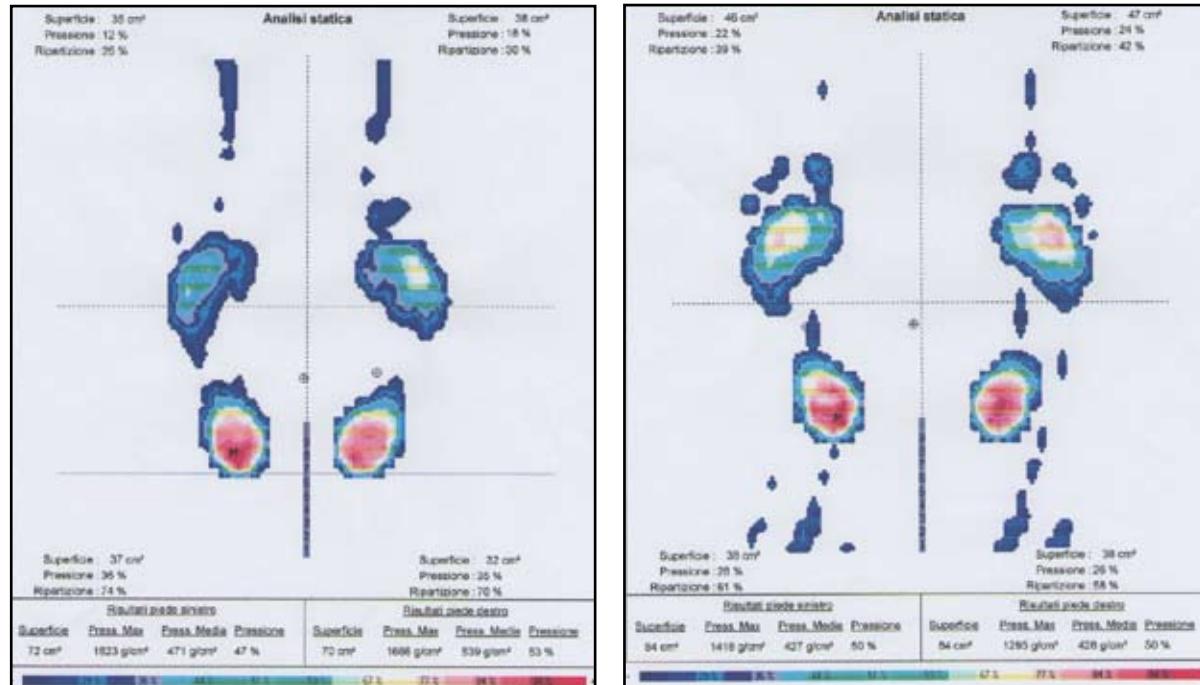


# ESAME BAROPODOMETRICO DI UNO DEI SOGGETTI ESAMINATI

## BAROPODOMETRIC EXAMINATION OF ONE OF THE ANALYZED SUBJECTS

### STATICO STATIC

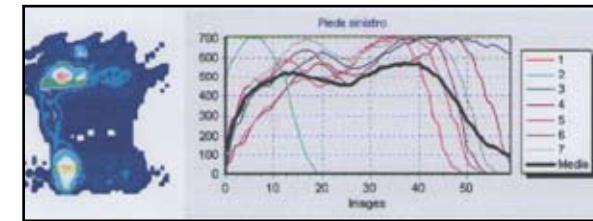
### DINAMICO DINAMIC



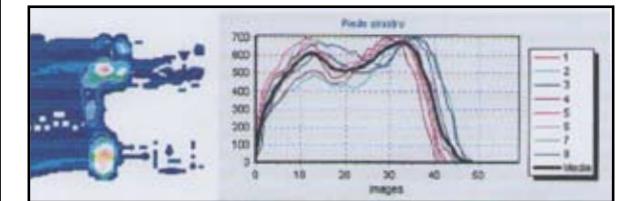
**PRIMA**  
BEFORE

**DOPO**  
AFTER

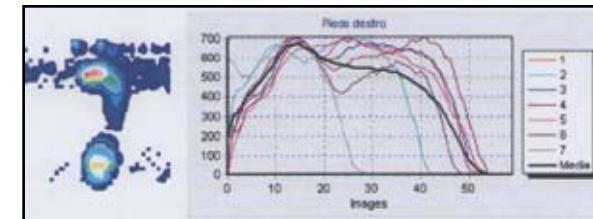
piede sinistro / left foot



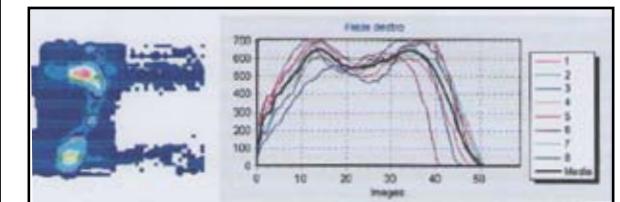
piede sinistro / left foot



piede destro / right foot



piede destro / right foot



**PRIMA**  
BEFORE

**DOPO**  
AFTER



## GRUPPO DI LAVORO / GROUP OF WORK

Nella foto / In the picture: Tiziana, Franca, Simona, "RED", Alfonso, Emma, Rosa.

Ma il gruppo è ovviamente molto più ampio con:

But obviously the group is much wider with:

"BARZINA", "PIPPO", Alessandra, Annamaria, Davide, Francesco, Milena, Noemi, Saverio, Ugo.

**Alfonso Beatrice**

Istruttore federale di equitazione, volteggio, riabilitazione equestre  
Federal Riding Instructor, vaulting instructor, equestrian rehabilitation

**Alessandra Fischetti**

Massiofisioterapista specializzata in ginnastiche dolci metodo Feldenkrais  
Masseur and physiotherapist specialized in sweet gymnastics, Feldenkrais Method

**Annamaria D'Urso**

Pittrice  
Painter

**Davide Mastroianni**

Medico posturologo  
Posturologist

**Emma Rossi**

Insegnante – mediatrice familiare  
Teacher – Familiar mediator

**Franca Perucatti**

Insegnante educazione fisica  
Physical education teacher

**Francesco Santoro**

Architetto  
Architect

**Milena Mero**

Istruttrice equestre alta scuola  
Equestrian instructor (high school)

**Noemi Di Censo**

Graphic designer

**Rosa Di Gaetano**

Architetto  
Architect

**Saverio Sansone**

Scienze infermieristiche – G.E.M.M.E.R.  
Studied Nursing at university – G.E.M.M.E.R.

**Simona Langella**

Studente biologia  
Biology student

**Tiziana Rotolo**

Psicologa  
Psychologis

**Ugo Arnò**

Agricoltore biologico e tutor operatore fattorie biologiche  
Biological farmer and tutor of biological farms

e con i cavalli / and with the horses

**Barzina**

**Pippo**

**Red**

## ALFONSO BEATRICE

NATO A SERRE (SA) IL 26 LUGLIO 1956 / BORN IN SERRE (SA) 26 JULY 1956

RESIDENTE A SCAFATI IN VIA PIZZONE SALICE, 11 / LIVES IN SCAFATI, 11, VIA PIZZONE SALICE

SITO / WEBSITE: [www.ananke-beatrice.it](http://www.ananke-beatrice.it)

E-MAIL: [al.beatrice@libero.it](mailto:al.beatrice@libero.it) · [beatrice.ananke@gmail.com](mailto:beatrice.ananke@gmail.com)

CELL. / MOBILE PHONE: (+39) 338 7440003

**1983** PREPARATORE ATLETICO PER CAVALIERI - FISE ROMA;  
KNIGHT RIDERS COACH - FISE ROME;

**1984** DIPLOMATO ISEF;  
GRADUATED AT ISEF (HIGHER INSTITUTE OF PHYSICAL EDUCATION);

**1988** TECNICO FEDERALE PER EQUITAZIONE DI CAMPAGNA - FISE ROMA;  
FEDERAL TECHNICIAN FOR COUNTRYSIDE HORSERIDING - FISE ROME;

**1989** ISTRUTTORE FEDERALE DI EQUITAZIONE OGGI DI TERZO LIVELLO – FISE ROMA;  
FEDERAL RIDING INSTRUCTOR TODAY AT THE THIRD LEVEL – FISE ROME;

**1992** TECNICO DI VOLTEGGIO EQUESTRE – FISE ROMA;  
EQUESTRIAN VAULTING TECHNICIAN – FISE ROME;

**1992** COSTRUTTORE E DISEGNATORE DI PERCORSI DI CONCORSO COMPLETO D'EQUITAZIONE FISE – ROMA;  
BUILDER AND DRAUGHTSMAN OF TRACKS OF HORSERIDING COMPLETE CONTESTS, FISE – ROME;

**1995** ISTRUTTORE PER I CENTRI DI AVVIAMENTO SPORTIVO CONI – SALERNO;  
SPORTS TRAINING CENTER INSTRUCTOR CONI – SALERNO;

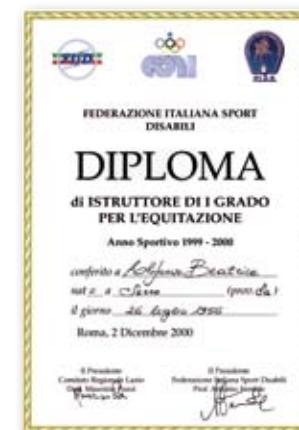
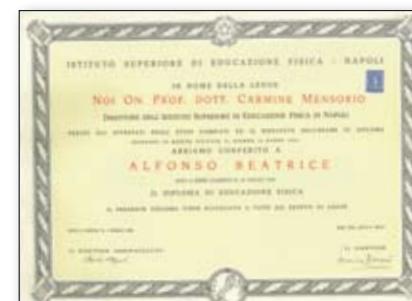
**1999** ISTRUTTORE DI I GRADO DI EQUITAZIONE PER DIVERSAMENTE ABILI CIP – ROMA;  
I DEGREE INSTRUCTOR FOR PEOPLE WITH DISABILITIES CIP – ROME;

**2005** TECNICO FEDERALE DELLA RIABILITAZIONE EQUESTRE FISE – ROMA;  
FEDERAL TECHNICIAN OF EQUESTRIAN REHABILITATION FISE – ROME;

**2009** TECNICO DI EQUITAZIONE PARALIMPICA DI SECONDO LIVELLO FISE- ROMA;  
TECHNICIAN OF II LEVEL PARALYMPIC EQUITATION FISE- ROME;

**2009** EDUCATORE SPORTIVO DI PRIMO LIVELLO CONI – MIUR SALERNO;  
I LEVEL SPORT EDUCATOR SPORTIVO CONI – MIUR SALERNO;

**ATTUALMENTE COMPONENTE DELLA GIUNTA DEL CONI DI SALERNO**  
TODAY MEMBER OF THE CONI COMMITTEE OF SALERNO



**L'**equitazione, questa nobile arte che ho avuto il privilegio di conoscere con mio padre e che da lui ho ereditato, rappresenta oggi per me una profonda passione che coincide con il mio lavoro.

Mi sento fortunato quando, lavorando, riesco ad esprimere la mia creatività attraverso i numerosi eventi che organizzo, in sintonia con tanti collaboratori che, come me, amano porsi in relazione con gli altri e con questi fieri ed eleganti animali che sono i cavalli.

Ho imparato, durante la mia lunga ed accurata formazione a Roma presso la Federazione Italiana Sport Equestri-Pratoni del Vivaro, a vivere compiutamente il mondo del cavallo, dalla pulizia e dalla tenuta in ordine della scuderia, all'ascolto dell'animale con le sue esigenze e le sue comunicazioni.

Ciò mi consente oggi di occuparmi con maggiore padronanza dell'organizzazione di eventi di svariato genere come;

- Sportivi: concorsi di equitazione, di salto ostacoli, completo, dressage, volteggio, per diversamente abili. Fiore all'occhiello il concorso nazionale di salto ostacoli al bosco di Capodimonte a Napoli

*The horsemanship, this noble art that I had the privilege of knowing thanks to my father, and that I have inherited from him; today it represents for me a profound passion that coincides with my work.*

*I feel lucky when, while working, I can express all my creativity throughout the several events that I organize, in tune with many collaborators that, just like me, love put themselves in contact with other people, and with those proud and elegant animals: the horses.*

*During the years of my long and accurate professional formation in Rome, at the Italian Equestrian Federation - Pratoni del Vivaro – I have learned how to completely live the world of the horse, the horse stables, how to keep it clean and tidy; I have learned how to listen to the animal's needs and to understand what it wants to communicate.*

*This allows me to mastery deal with the organization of events of different kind such as;*

*- Sportive events: horse riding contests, hurdler jump, complete, dressage, vaulting, contests for disables, etc... The flagships are the national contest of hurdler jump at the Bosco di Capodimonte in Naples, where the guests of honor are the royals*

con ospiti d'onore i reali di Spagna e, per la prima volta nel sud, concorso nazionale equestre di volteggio, aperto anche ai diversamente abili;

- Preparazione di atleti: partecipazioni con la squadra a vari concorsi internazionali, coppe delle regioni di varie discipline rappresentando la regione Campania.

- Culturali: mostre e spettacoli equestri. Tra i più significativi lo spettacolo teatrale equestre con trama la storia del cavallo di Persano. Questo grande protagonista, le cui origini risalgono a Carlo di Borbone che volle l'allevamento nell'anno 1735 nei pressi di Eboli (Salerno) dove ancora oggi può essere visitata la tenuta, si è esibito in uno spettacolo teatrale con copione, scenografie, giochi di luci, costumi delle diverse epoche, musiche inedite. L'atmosfera di grande impatto emotivo ha riportato gli spettatori alla scoperta emozionale dell'ancestrale memoria del legame tra essere umano e cavallo che è dentro di noi.

Da annoverare la collaborazione con l'artista Kounellis che nel 2006 mi ha procurato successi e soddisfazioni: è stata realizzata un'installazione scenica con 15 cavalli presso il museo di arte contemporanea "Madre" a Napoli. Da qui l'ispirazione dell'artista Mimmo Palladino per la realizzazione

*of Spain, and for the first time in the south of Italy the national contest of equestrian vaulting, in which can take part also disables;*

*- Athletes training: I have taken part with the team to different international contests, cups of the regions in different disciplines, representing the region Campania, etc...*

*- Cultural events like exhibitions and equestrian shows, between the most significant there is the equestrian stage show that deals with the history of the Persano horse. This great protagonist, which origins go back to Carlo di Borbone who wanted, in 1735, a stud farm nearby Eboli (Salerno) where it is still possible to visit the property, performed in a stage show with a script, scenography, play of lights, costumes of the different times, inedited music. This big emotive impact atmosphere has brought the audience back to the emotional discovery of the ancestral remembrance of the connection between the man and the horse, which can still be found, is inside us.*

*Also the collaboration with the artist Kounellis in 2006 has given to me satisfaction and success: it has been realized a scenic installation with 15 horses at the MADRE, the museum of contemporary art of Naples. This inspired the artist Mimmo*

di alcune scene del film artistico “Don Quijote”.

Potrei continuare ancora a lungo, ma rimando alla documentazione illustrativa e video per tutti quelli che fossero interessati a visionarla, sul mio sito.

In conclusione gradirei evidenziare qui un breve chiarimento sul mio approccio all’attività terapeutica con i cavalli: riabilitazione equestre.

Non c’è separazione tra equitazione e riabilitazione equestre in quanto, essendo l’essere umano un’unità e, vivendo in unità con tutti gli altri esseri viventi del pianeta, ha bisogno di essere immerso nel rapporto con il tecnico e con il cavallo a livello relazionale, ritmico, dinamico, di contatto. Tale impostazione terapeutica ha fatto registrare importanti successi come Gaia (nome inventato), ragazza affetta da grave forma di autismo, che, nel 1985, riuscì lentamente ad “aprirsi” al mondo.

Nel 1987 con mio padre fondammo l’associazione Keles, che portammo a livello internazionale dando lustro alla tradizione familiare.

Nel 2000 si è verificato l’incontro con Lino Pirone e Gianni Tarricone con i quali è stata fondata “La Compagnia dei Butteri” da cui è nata l’originale idea dello spettacolo teatrale “Persano, storia di un re, del suo scudiero e dei cavalli più forti del mondo” che ha portato al gemellaggio culturale

*Palladino for the realization of some scenes of the artistic movie “Don Quijote”.*

*I might go on and on about this, but, if you are interested, I prefer you to watch the photographic and video documentation on my website.*

*Finally I would like to pick out here a brief clarification about my approach to the therapeutic activity with horses: equestrian rehabilitation.*

*There is not separation between riding and the equestrian rehabilitation, because the human being is a unit that lives together with all the others living beings on earth and needs to be dipped into the relationship with the technician and with the horse on a relational, rhythmic, dynamic level and also in contact with them.*

*This therapeutic structuring has registered important achievements, my first experience in 1985 with Gaia (fictitious name) a girl suffering from a serious form of autism, she slowly succeeded to “open” herself to the world.*

*In 1987, my father and I founded the Keles organization that we led to international levels giving prestige to our family tradition.*

*In the year 2000 there was the encounter with Lino Pirone and Gianni Tarricone with whom it has been founded “La Compagnia dei Butteri” from*

equestre Italia-Spagna con lo scopo di preservare la memoria storica del cavallo della real razza di Persano che nel 2008 approda al Gambrinus di Napoli con il club nomade “Pecha kucha night” rappresentato in diapositive ed immagini secondo la nuova formula comunicativa giapponese.

Oggi “La Compagnia dei Butteri” ha subito una trasformazione di intendi, dove dal tema del cavallo vuole raggruppare tante altre arti, rinnovando anche il nome in “Anankè – Compagnia dei Butteri”.

*which it was born the original idea of the stage show “Persano: history of a king, of his henchman and of the strongest horses of the world” (original title: “Persano, storia di un re, del suo scudiero e dei cavalli più forti del mondo”) that has kept to the cultural and equestrian twinning between Italy and Spain with the aim of preserve the historical memory of the horse of the royal breed of Persano, that in 2008 arrived at the Gambrinus of Naples with the nomad club “Pecha kucha night” represented in slides and images, following the new Japanese communicative formula.*

*Today “La Compagnia dei Butteri” has undergone a transformation and has changed its aims, beyond the theme of the horse it wants to group together many other arts, changing also its name in “Anankè – Compagnia dei butteri”.*

## Allestimento dell' OPERA D'ARTE CONTEMPORANEA "I CAVALLI" del maestro Kounellis

MUSEO "MADRE" A NAPOLI APRILE 2006

Mounting WORK OF CONTEMPORARY ART "I CAVALLI" of the master Kounellis

"MADRE" MUSEUM IN NAPLES APRIL 2006



66



· "Armonia a cavallo" metodo Alfonso Beatrice ·

67

## PARTECIPAZIONE AL FILM "QUIJOTE" del maestro Mimmo Palladino

APRILE 2006

### PARTICIPATION AT THE MOVIE "QUIJOTE"

of the Master Mimmo Palladino

APRIL 2006

*Festone the Wizard* Alessandro Bergonzoni

*Storyteller* Mimmo Cuticchio

*Cervantes* Daghi Rondanini

*Sancho* Lucio Dalla

*Quixote* Peppe Servillo

*Barber* Angelo Curti

*Curate* Enzo Moscato

*Poet* Edoardo Sanguineti

*Arab* Carlo Alberto Anzuini

*Dulcinea* Ginestra Paladino

*Duchess* Carla Tatò

*Cardinal* Carlo Quartucci

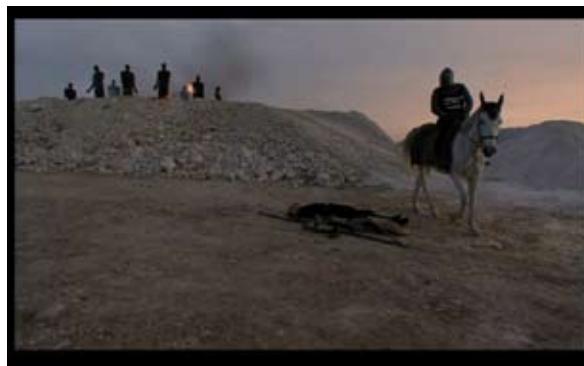
**Horse rider** Alfonso Beatrice

*Turiddu Carnevale* Marco Alemanno

*Marcella* Gabriella Petti

*Merlin the Wizard* Enzo Cucchi

*Acrobat Sancho* Martin Reicht



· "Armonia a cavallo" metodo Alfonso Beatrice ·



Gambrinus di Napoli con il club nomade "Pecha kucha night"

Gambrinus bar in Naples with the nomadic club "Pecha kucha night"

**Autore / Author:** Alfonso Beatrice · *beatrice.ananke@gmail.com*

**Titolo / Title:** ARMONIA A CAVALLO • METODO ALFONSO BEATRICE / IN HARMONY WITH THE HORSE • THE ALFONSO BEATRICE METHOD

**Progetto e realizzazione grafica /** Project and graphic realization: Noemi Di Censo · *noemi.dicenso@gmail.com*

**Traduzione di /** Translated by Maria Francesca Girardi · *mfrancesca.girardi@libero.it*

**Finito di stampare nel gennaio 2011 a cura di Alter Imago NAPOLI** · *alterimago@virgilio.it*

Printed in January 2011 by Alter Imago NAPLES · *alterimago@virgilio.it*

**Edito da Anankè Compagnia dei Butteri associazione sportiva dilettantistica** · [associazioneananke@libero.it](mailto:associazioneananke@libero.it)

Edited by Anankè Compagnia dei Butteri amateur sport association · *associazioneananke@libero.it*

*Tutti i diritti riservati . Nessuna parte di quest'opera può essere riprodotta in alcuna forma senza l'autorizzazione scritta dell'autore, a eccezione di brevi citazioni destinate alle recensioni.*

*All rights reserved. No part of this publication may be reproduced, stored in a retrieval system or transmitted in any form or by any means electronic, mechanical, photocopying, recording or otherwise, without the prior written permission of the author, except for brief quotes meant for reviews.*

*L'autore e l'editore declinano ogni responsabilità in merito a eventuali danni di qualunque natura derivati dall'utilizzo delle informazioni descritte in questo volume.*

*The author and the publisher decline any responsibility about possible injuries of any nature coming from the use of the information described in this volume.*

WITH THE UNIVERSE-BEING ~ WELL ~ JOY ~ LOVE ~ HARMONY  
TRUST AND SELF-ESTEEM ~ CONNECTION WITH YOURSELF...WITH THE OTHERS...WITH THE NATURE...WITH THE ANIMALS...  
REBALANCING ~ ATTENTION AND CONTROL ~ EMOTIONAL REBALANCING ~ MUSCLE TONE ~ ARTICULAR MOBILITY ~ RELAXATION ~ RHYTHM ~ BALANCE ~ POSTURAL ALIGNMENT  
AWAKENING ~ SENSORY CONTACT ~ PROPRICEPTIVE SENSATION ~ PHYSICAL CONTACT



CON L'UNIVERSO ~ BENESSERE ~ GIOIA ~ AMORE ~ ARMONIA  
CON LA NATURA...  
EQUILIBRIO EMOZIONALE ~ FIDUCIA ED AUTOSTIMA ~ RELAZIONE CON SÈ...  
CON GLI ALTRI...  
CON GLI ANIMALI...  
CON LA NATURA...  
EQUILIBRIO EMOZIONALE ~ MOBILITÀ ARTICOLARE ~ RILASSAMENTO ~ RITMO ~ ATTENZIONE E CONTROLLO  
RISVEGLIO SENSORIALE ~ EQUILIBRIO ~ ALLINEAMENTO ~ SENSAZIONI PROPRIOCETTIVE  
CONTATTO FISICO ~ TONO MUSCOLARE ~ POSTURALE

