



PREPARATION DU GALOP 2 évoluer aux 3 allures

Votre programme cette année :

A CHEVAL

- Monter, ressangler et régler mes étriers seul en selle,
- Respecter les règles de circulation,
- Lâcher, reprendre et ajuster mes rênes au trot,
- Trotter et galoper assis en cherchant une bonne posture,
- Se mettre en équilibre au pas, au trot et au galop,
- Partir au galop et maintenir le galop,
- Changer d'allure par des transitions simples : du trot au pas, du trot au galop...
- Effectuer des figures (volte, diagonale, doubler...) au pas et au trot.

A L'OBSTACLE

Sauter un petit obstacle sur la piste au trot et au galop.

A PIED

- Faire reculer mon cheval de deux pas,
- Mener mon cheval sur un tracé précis alternant des lignes droites et des courbes,
- Mener mon cheval au trot quelques foulées,
- Déplacer les épaules et les hanches d'un pas à partir de l'arrêt,
- Déplacer la tête de mon cheval à gauche, à droite, en haut et en bas.

LES SOINS

- Mettre un filet et une selle ,
- Entretenir le matériel du cheval,
- Aborder mon cheval au pré ou au paddock,
- Lâcher mon cheval au box ou au pré,
- Faire un pansage simple (étrille, bouchon, brosse douce, curer les pieds),
- Faire un nœud d'attache,
- Distribuer à manger.

LES CONNAISSANCES

- Les aides pour avancer,
- Les parties de la selle et du filet,
- Les figures de manège (cercle, volte, diagonale...),
- Le comportement du cheval (les sens, l'alimentation),
- La bouche du cheval et comment il s'alimente,
- Les aliments de base : herbe, foin, paille...
- Les robes simples et composées (couleurs des chevaux),
- Les parties des membres des chevaux : boulet, sabot, jarret...
- Les règles de circulation dans un manège ou une carrière,
- Les différentes brosses,
- Les différents types de logement des chevaux,
- Les différentes disciplines équestres: saut d'obstacles, dressage, voltige...