

PRÉPARATION DU GALOP 3 conduite, contrôle et saut

Votre programme cette année :

 <u>A CHEVAL</u>	<u>A PIED</u>	<u>LES CONNAISSANCES</u>
<ul style="list-style-type: none">• Trotter enlevé sur le bon diagonal,• Déchausser et rechausser mes étriers au trot et au galop,• Me maintenir en équilibre sur mon cheval au pas, au trot et au galop,• Galoper et trotter assis en conservant une bonne posture,• Changer d'allure : du trot au galop, du pas au trot,• Partir au galop sur le bon pied,• Accélérer et ralentir aux trois allures,• Diriger mon cheval au trot sur un tracé précis et au galop sur un tracé simple,• Maîtriser et adapter sa vitesse. <p> <u>A L'OBSTACLE</u></p> <ul style="list-style-type: none">• Sauter un petit obstacle en contrôlant la vitesse à l'abord et à la réception,• Enchaîner des obstacles sur un tracé simple,• Aller en extérieur et en terrain varié .	<ul style="list-style-type: none">• Mener mon cheval en main en enchaînant des courbes serrées au pas,• Reculer avec mon cheval quelques foulées ,• Déplacer les épaules et les hanches de mon cheval sur plusieurs pas. <p><u>LES SOINS</u></p> <ul style="list-style-type: none">• Ajuster le harnachement,• Démonter, remonter et entretenir un filet,• Effectuer un pansage complet de mon cheval (graisser les pieds, doucher les membres),• Entretenir la litière et l'abreuvoir.	<ul style="list-style-type: none">• Les aides pour tourner,• Les aides pour partir au galop,• Les conditions pour bien aborder un obstacle,• Les figures de manège : demi-volte, demi-volte renversée,• L'assiette,• La raison du changement de diagonal au trot enlevé,• Les instincts du cheval à l'état naturel,• Les différentes litières,• Les parties extérieures du cheval,• Le sabot, l'entretien du pied et de la ferrure,• Le mécanisme du pas et du trot,• Les différentes couleurs et marques blanches des chevaux,• Quelques races de chevaux et poneys,• Les aides : agir, céder et résister,• Les différentes disciplines équestres.