


# GALOP 2

## PROGRAMME PÉDAGOGIQUE 2020/2021

### VOTRE PROGRAMME CETTE ANNEE :

A CHEVAL	A PIED	LES CONNAISSANCES
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Monter, ressangler et régler mes étriers seul en selle,</li> <li>• Respecter les règles de circulation,</li> <li>• Lâcher, reprendre et ajuster mes rênes au trot,</li> <li>• Trotter et galoper assis en recherchant sa position assise,</li> <li>• Se mettre en équilibre au pas, au trot et au galop,</li> <li>• Partir au galop et maintenir le galop,</li> <li>• Changer d'allure par des transitions simples : du trot au pas, du trot au galop...</li> <li>• Effectuer des figures (volte, diagonale, doubler...) au pas et au trot.</li> </ul>  <p><b>A L'OBSTACLE</b> Sauter un petit obstacle sur la piste au trot et au galop.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Faire reculer mon cheval de deux pas,</li> <li>• Mener mon cheval sur un tracé précis alternant des lignes droites et des courbes,</li> <li>• Mener mon cheval au trot quelques foulées,</li> <li>• Déplacer les épaules et les hanches d'un pas à partir de l'arrêt,</li> <li>• Déplacer la tête de mon cheval à gauche, à droite, en haut et en bas.</li> </ul> <p><b>LES SOINS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mettre un filet et une selle ,</li> <li>• Entretien du matériel du cheval,</li> <li>• Aborder mon cheval au pré ou au paddock,</li> <li>• Lâcher mon cheval au box ou au pré,</li> <li>• Faire un pansage simple (étrille, bouchon, brosse douce, curer les pieds),</li> <li>• Faire un nœud d'attache,</li> <li>• Distribuer à manger.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Les aides pour avancer,</li> <li>• Les parties de la selle et du filet,</li> <li>• Les figures de manège (cercle, volte, diagonale...),</li> <li>• Le comportement du cheval (les sens, l'alimentation),</li> <li>• Les aliments de base : herbe, foin, paille, granulés...</li> <li>• Les robes simples et composées (couleurs des chevaux),</li> <li>• Les parties des membres des chevaux : boulet, sabot, jarret...</li> <li>• Les règles de circulation dans un manège ou une carrière,</li> <li>• Les différentes brosses,</li> <li>• Les différents types de logement des chevaux,</li> <li>• Les différentes disciplines équestres: saut d'obstacles, dressage, voltige...</li> </ul>

### Information supplémentaire :

- Le cours dure **environ 60 minutes** à cheval. • **La théorie** sera abordée pendant le cours par votre moniteur. Le **galop 2 se passe dans le cadre des cours** lorsque celui-ci est programmé par l'enseignant... •Vous avez une question, vous voulez **discuter avec l'enseignant**, n'hésitez pas à le contacter par mail, par téléphone.

### Je peux m'inscrire :

- A des **stages** durant les vacances scolaires avec possibilité de passage de galop. **Le programme est disponible à l'accueil ou sur notre site internet** [montgeron-equitation.fr](http://montgeron-equitation.fr)