






# GALOP 7

## PROGRAMME PÉDAGOGIQUE 2020/2021

### VOTRE PROGRAMME CETTE ANNEE :

A CHEVAL	A PIED	LES CONNAISSANCES
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Avoir mon cheval sur la main aux trois allures,</li> <li>• Pouvoir le mettre rond et bas au pas et au trot,</li> <li>• Incurver mon cheval sur des courbes et des inversions de courbes,</li> <li>• Varier l'amplitude aux 3 allures et enchaîner des transitions,</li> <li>• Effectuer de manière autonome la détente de mon cheval.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Longer aux trois allures mon cheval,</li> <li>• Utiliser les longues rênes au pas et au trot en cercle et en ligne droite,</li> <li>• Marcher et trotter en main avec mon cheval.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Le rôle et l'effet de la bride,</li> <li>• La rectitude,</li> <li>• L'épaule en dedans,</li> <li>• Les principaux défauts d'aplombs des membres,</li> <li>• Lire un livret et vérifier le signallement d'un cheval,</li> <li>• L'impact des transports sur la santé des chevaux,</li> <li>• Les principes de rationnement pour respecter la santé et le bien être des chevaux,</li> <li>• Les principaux enrênements du travail en longe : but, effets.</li> </ul>
 <h4>EN DRESSAGE</h4> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Etre assis dans une bonne position juste et dynamique adaptée aux exercices,</li> <li>• Réaliser des cercles et des serpentines dans l'incurvation au trot,</li> <li>• Réaliser des cercles de 10 à 15m au galop dans l'incurvation,</li> <li>• Effectuer des transitions galop-pas-galop,</li> <li>• Partir au contre galop du pas et faire des courbes de 20m,</li> <li>• Effectuer une épaule en dedans au pas et au trot,</li> <li>• Reculer de 3 à 5 pas,</li> <li>• Enchaîner des mouvements en gardant une cadence régulière,</li> <li>• Diriger sur un tracé précis,</li> <li>• Pouvoir monter en bride,</li> <li>• Réaliser une reprise de dressage niveau galop 7.</li> </ul> 	 <h4>EN CROSS</h4> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Etre stable et adapter mon équilibre sur des sauts rapprochés,</li> <li>• Galoper dans une cadence régulière, une vitesse et un équilibre adapté,</li> <li>• Diriger pour enchaîner des obstacles directionnels ou de biais,</li> <li>• Enchaîner un parcours de cross.</li> </ul>	<h4>LES SOINS</h4> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Démonter, remonter et ajuster une bride,</li> <li>• Poser des bandes de polo.</li> </ul> 
 <h4>A L'OBSTACLE</h4> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Etre stable en enchaînant des sauts rapprochés de 1,10m environ,</li> <li>• Galoper dans une cadence régulière, une vitesse et un équilibre adapté,</li> <li>• Adapté l'amplitude des foulées en fonction de l'enchaînement du tracé,</li> <li>• Changer de pied dans le mouvement,</li> <li>• Enchaîner un parcours avec des distances et des combinaisons variées</li> </ul>		

### Information supplémentaire :

• Le cours dure **environ 60 minutes** à cheval. • **La théorie** sera abordée pendant le cours par votre moniteur. Le **galop 7 se passe en stage ou en session d'examen** (voir programme des animations)

• 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)

