


## PROGRAMME PÉDAGOGIQUE 2018 / 2019

### Votre programme cette année :

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



### **Informations supplémentaires :**

- Le cours dure **environ 50 minutes** à cheval.
- **La théorie** sera abordée pendant le cours par votre moniteur, vous pouvez compléter votre apprentissage en consultant les questionnaires des galops disponibles sur le site du Haras de Jardy : [www.jardy.fr](http://www.jardy.fr) ou en faisant des stages pour progresser.
- Le **galop 3 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 (n° professionnel et adresse mail disponible sur notre site) [www.jardy.fr](http://www.jardy.fr)

### **Je peux m'inscrire :**

- Au **challenge d'hiver** qui débute en novembre. Des épreuves adaptées à votre niveau sont organisées afin de lui faire découvrir la compétition (4 étapes et 1 grande finale !),
- A des **perfectionnements ou des animations** . C'est l'occasion de découvrir ou d'approfondir une discipline. (tous les dimanches après midi et jours fériés),
- A des **stages** durant les vacances scolaires avec possibilité de passage de galop.

**Le programme est disponible à l'accueil et sur notre site internet ([www.jardy.fr](http://www.jardy.fr))**