S'OCCUPER DU CHEVAL			
Je prends le temps de m'occuper de mon cheval, avant et après l'avoir monté.			
Je capte l'attention du cheval ou du poney au boxe et à l'attache.			
J'aborde le cheval ou le poney au boxe et à l'attache, je change de côté en sécurité.			
Je mets le licol.			
Je reproduis un nœud d'attache.			
J'utilise une brosse sur l'ensemble du corps du cheval et j'utilise une étrille			
J'éloigne mon cheval de moi.			
Je desselle, j'enlève le filet, je lave le mors et je range le matériel dans la sellerie.			
Je caresse mon cheval.			
PRATIQUE ÉQUESTRE À PIED			
Je mène en main au pas sur un tracé simple et connu alternant lignes droites et courbes des deux côtés.			
J'arrête le cheval en main.			
Je me positionne à côté de mon cheval ou de mon poney.			
J'éloigne mon cheval ou mon poney de moi.			
PRATIQUE ÉQUESTRE À CHEVAL			
Je me mets en selle avec l'aide d'un montoir.			
Je ressangle en selle avec une aide éventuelle.			
Je chausse et déchausse mes étriers au pas.			
Je prends et j'ajuste mes rênes. Je les tiens correctement. Je les allonge, les lâche et les reprends.			
Je suis assis dans une bonne posture au pas.			
Je reste en équilibre sur mes étriers quelques foulées au pas et au trot.			
Je trotte enlevé en rythme sur un tracé simple.			
J'effectue des transitions simples et espacées entre l'arrêt, le pas et le trot.			
Je dirige au pas.			
Je galope quelques foulées.			
Je descends en autonomie.			
Je réalise un parcours type Galop®1 de cavalier			

5 bonnes raisons de préparer un Galop®

- Apprendre à connaître le cheval et à bien s'en occuper.
- Acquérir les connaissances qui permettent de devenir autonome.
- Rythmer son apprentissage par des étapes logiques.
- Situer son niveau pour constater ses progrès et rester motivé.
- Se préparer à la compétition.

Bonne évaluation !

Parlez-en avec votre moniteur ou votre monitrice. Demandez-lui ce que vous allez faire lors des prochaines séances et n'hésitez pas à échanger avec lui sur vos auto évaluations, pour savoir si votre évaluation correspond aussi à la sienne et comment il vous situe. C'est très instructif et très motivant de voir tout ce que l'on apprend, les progrès que l'on fait et que le Galop®1 approche !