

S'OCCUPER DU CHEVAL

J'effectue un pansage complet de mon cheval ou de mon poney.			
Je cure les pieds postérieurs.			
Je douche les membres.			
Je graisse les pieds.			
J'entretiens la litière.			
J'entretiens l'abreuvoir ou le lieu d'abreuvement et la mangeoire.			
J'ajuste le harnachement.			
Je démonte, remonte et entretiens un filet.			

PRATIQUE ÉQUESTRE À PIED

Je mène mon cheval ou mon poney en main en enchaînant des courbes serrées au pas des deux côtés.			
En main, je recule avec lui droit sur quelques foulées.			
En main, je fais pivoter ses épaules ou ses hanches sur plusieurs pas.			

PRATIQUE ÉQUESTRE À CHEVAL

Je trotte enlevé sur un diagonal défini et j'en change à volonté.			
Je déchausse et recharge mes étriers au trot et au galop.			
Je suis stable en équilibre sur mes étriers au trot.			
Je maintiens mon équilibre sur mes étriers au pas et au galop.			
Je suis assis au trot et au galop en cherchant à conserver une bonne posture.			
Je change d'allure sur des transitions simples en un point précis : arrêt ↔ pas ; pas ↔ trot ; trot ↔ galop.			
Je pars au galop sur le bon pied du pas ou du trot sur une courbe.			
J'accélère et je ralentis aux trois allures.			
J'obtiens une vitesse adaptée dans chaque allure.			
Je dirige au trot sur un tracé précis comprenant des courbes serrées et au galop sur un tracé défini.			
Je saute un obstacle isolé de 60 cm environ en contrôlant l'allure et la direction à l'abord et à la réception.			
J'enchaîne des obstacles isolés de 50 cm environ sur un tracé simple.			
Je saute sur la piste des dispositifs simples de cavalettis d'environ 60 cm dans une bonne posture.			
Je vais en extérieur et en terrain varié.			
Je présente une reprise type Galop®3.			
Je réalise un parcours type Galop®3.			



6 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.
- ▶ Avoir la référence de son niveau sur sa licence.



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®3 approche !