

PRESENTATION DE 30 SEANCES

Niveau de départ des cavaliers : galop 1.

Séance	Equitation
1	Conduite du cheval au montoir. Conduite en main dans un couloir. Travail du montoir à gauche. Au pas, slalom de 5 piquets (intervalle 6m). Au pas, passage de branches basses. Au trot, passage sur 4 barres au sol.
2	Conduite du cheval au montoir. Montoir. Au pas, plan incliné ascendant et descendant. Au pas, couloir en Z. Au pas, arrêt. Au trot, plan incliné ascendant. Travail de la descente de cheval.
3	Révision des séances précédentes. Début de travail au galop. Petit parcours de type Galop 1 de pleine nature.
4	En main, plan incliné ascendant et descendant. Au pas et au trot, plan incliné ascendant et descendant. Travail de la position en équilibre. Travail de la position en équilibre. Travail au galop.
5	Passage du Galop 1 de pleine nature.
6	Conduite en main : couloir en Z. Montoir à droite. Au pas, slalom de 5 piquets (intervalle 5m). Au trot, slalom de 5 piquets (intervalle 6m). Galop en ligne droite. Arrêt dans un cercle, immobilité. Travail de la position assise.
7	En main : passage d'un tronc d'arbre. Au pas, bordure maraîchère et arrêt à l'extrémité de la bordure. Au trot, passage d'un tronc. Au trot, bordure maraîchère.
8	En main, plan incliné. Au trot, plan incliné ascendant, en équilibre. Galop en ligne droite avec 2 Passages Obligatoires. Travail de la position en équilibre.
9	Révisions selon difficultés rencontrées.
10	Passage du Galop 2 de pleine nature.

11	En main, contre-bas et contre-haut. Trotter sur le bon diagonal. Transitions pas-trot. Passage d'un contre-bas.
12	Trot assis : bordure maraîchère et slalom. Au pas, déplacer un fanion. Arrêt dans un cercle. Travail des départs au galop.
13	En main, plans inclinés. Travail de la position en équilibre. Au galop, passage d'un tronc.
14	Trot assis. Galop assis. Montoir à gauche et à droite. Au pas, déplacer un fanion.
15	Au trot, passer des barres au sol. Trotter sur le bon diagonal. Obstacle.
16	Parcours de type Galop 3 de pleine nature.
17	Révisions selon difficultés rencontrées à la dernière séance.
18	Travail assis : bordures maraîchères et slalom au trot. départ au galop, maintenir le galop sur une ligne droite.
19	En équilibre : mise en selle. Branches basses au pas, au trot et au galop.
20	Si possible, sortie en promenade. Lecture d'une carte topographique à cheval.
21	Conduite en main sur un parcours. Conduite à cheval, les 2 rênes dans une main. Cercle au galop.
22	Arrêt : en main, à cheval, dans un cercle, dans une bordure maraîchère. Slalom en changeant de bipède diagonal. P.O. au galop.
23	Sortie sur le terrain de cross : passage de troncs, de plans inclinés et travail en terrain varié.
24	Parcours de type galop 3 de pleine nature.
25	Travail des difficultés rencontrées dans le travail assis lors du parcours.

26	Travail des difficultés rencontrées à l'obstacle lors du parcours.
27	Sortie sur terrain de cross.
28	Passage du galop 3 de pleine nature.
29	Promenade avec lecture de carte topographique.
30	Parcours d'orientation, par équipe.