



FEDERATION FRANÇAISE
D'EQUITATION



GUIDE FÉDÉRAL

GALOP[®]

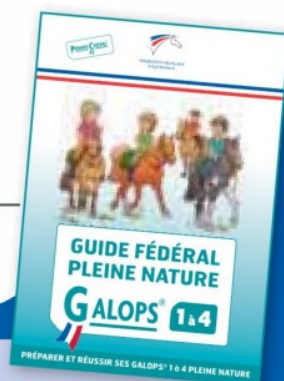
2

PRÉPARER ET RÉUSSIR SON GALOP[®] 2

vos guides fédéraux

Objectif GALOP®

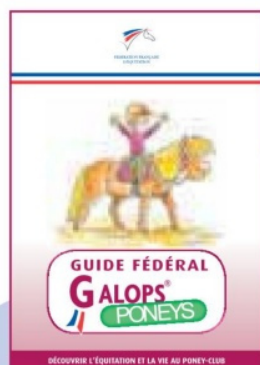
Les Galops® fédéraux proposent au cavalier et à l'enseignant un programme de formation structuré. Les Guides Galops® accompagnent le cavalier et son enseignant dans le parcours de formation qui permet de devenir cavalier et homme ou femme de cheval accompli(e).



LES 7 CHAPITRES :

- ▶ Règles de prudence et de sécurité
- ▶ Connaissance de l'environnement
- ▶ Topographie et orientation
- ▶ S'occuper du cheval et de son matériel
- ▶ Pratique équestre à pied
- ▶ Pratique équestre à cheval
- ▶ Passer ses Galops® 1 à 4 de Pleine Nature

Spécial **ÉQUITATION D'EXTÉRIEUR**



LES 6 CHAPITRES :

- ▶ Poney de Bronze
- ▶ Poney d'Argent
- ▶ Poney d'Or
- ▶ Galop® de Bronze
- ▶ Galop® d'Argent
- ▶ Galop® d'Or

Spécial **ENFANTS**



LES 6 CHAPITRES :

- ▶ Connaissances générales
- ▶ Connaissance du cheval
- ▶ S'occuper du cheval
- ▶ Pratique équestre à pied
- ▶ Pratique équestre à cheval
- ▶ Passer son Galop®

Avec le **PERMIS CHEVAL** dans le Galop®4

collection disciplines



Les Guides fédéraux des disciplines et des activités s'adressent aux cavaliers et aux enseignants qui veulent découvrir une spécialité ou se perfectionner. Ils comportent des outils utiles pour s'approprier facilement l'activité.

LES 5 CHAPITRES :

- ▶ Présentation
- ▶ Débuter l'activité
- ▶ Participer à des compétitions
- ▶ Organiser des compétitions
- ▶ Participer à l'encadrement

Avec des fiches séances

Voir **ffe.com**

Boutique en ligne
pour passer vos commandes.



Sommaire

Sommaire du Guide Fédéral du Galop® 2.....	3
Charte Fédérale du cavalier.....	4
Le projet éducatif de la Fédération Française d'Équitation.....	4
Préface.....	5
Introduction.....	5
Programme officiel du Galop® 2.....	6

1 Connaissances générales..... 7

Les principales activités équestres.....	8
Les différents types de logements des chevaux.....	10
Les règles de circulation dans le manège ou la carrière.....	12
Les figures de manège usuelles.....	13

2 Connaissance du cheval..... 15

Les comportements des chevaux entre eux.....	16
Les principales caractéristiques des 5 sens du cheval.....	18
La bouche du cheval.....	20
Le comportement alimentaire des chevaux et des poneys.....	22
Reconnaître les aliments de base.....	22
Les principales parties des membres du cheval.....	24
Les parties de la tête du cheval.....	25
Le dessous du sabot du cheval.....	25
Les robes : blanc, gris, crème et chocolat.....	26
La présence de taches dans les robes de base.....	27
Les principaux types de chevaux.....	28

3 S'occuper du cheval..... 31

Distribuer les aliments.....	32
Faire un nœud d'attache.....	32
Aborder un cheval ou un poney en liberté.....	33
Franchir une clôture électrique avec son cheval ou son poney en main.....	34
Faire entrer le cheval dans son boxe, son pré ou sa stabulation.....	35
Lâcher le cheval.....	35
Effectuer le pansage du cheval.....	36
Curer les pieds antérieurs.....	38

Prendre un postérieur.....	39
Mettre le filet.....	40
Vérifier le réglage du filet.....	40
Les parties du filet.....	41
Mettre la selle.....	42
Entretien de la selle.....	43

4 Pratique équestre à pied..... 45

Mener le cheval en main.....	46
Déplacer la tête du cheval.....	48
Déplacer les épaules ou les hanches du cheval.....	49

5 Pratique équestre à cheval..... 51

Régler ses étriers, ressangler et se mettre à cheval.....	52
Utiliser les aides pour avancer.....	54
Trotter et galoper assis dans une bonne posture.....	56
Lâcher les rênes, les reprendre et les ajuster au trot.....	57
Diriger au pas et au trot sur un tracé défini.....	58
Partir au galop.....	58
Maintenir le galop.....	58
Alterner l'équilibre assis et sur les étriers au pas, au trot et au galop.....	59
Changer d'allure sur des transitions simples et progressives.....	60
Sauter un petit obstacle sur la piste au trot et au galop.....	61

6 Passer son Galop® 2..... 63

30 objectifs de séances pour évoluer aux 3 allures.....	64
Fiche d'auto-évaluation.....	68
Questionnaires à Choix Multiples.....	70
Réaliser un parcours type Galop® 2.....	78
Exemple de protocole de validation du Galop® 2.....	79
Index.....	80
Références.....	82
Programme officiel du Galop® 3.....	83



CHARTRE FÉDÉRALE DU CAVALIER

JE RESPECTE MON CHEVAL

- ▶ Je cherche à le connaître et à le comprendre.
- ▶ Je prends le temps de m'occuper de lui.
- ▶ J'apprends à le soigner pour sa santé et son bien-être.
- ▶ J'agis avec calme et cohérence.
- ▶ Je respecte son intégrité physique.

JE RESPECTE LES AUTRES ET L'ENVIRONNEMENT

- ▶ Je suis courtois envers mon enseignant, les autres cavaliers, mon entourage et toutes les personnes que je côtoie.
- ▶ Je respecte les règles de mon club, les règles du jeu et les règles de sécurité à pied comme à cheval.
- ▶ Je respecte les autres usagers et les règles de circulation lorsque je me promène à cheval.
- ▶ Je respecte la nature, j'économise l'eau et l'énergie. Je limite et je trie mes déchets.
- ▶ Je respecte le matériel que j'utilise et je le range.

JE RESPECTE LES VALEURS DU SPORT

- ▶ Je prends en compte objectivement mon niveau.
- ▶ Je m'entraîne régulièrement pour progresser.
- ▶ Je respecte le règlement, les arbitres, le jury et les autres concurrents.
- ▶ Je refuse le dopage.
- ▶ Je suis fair-play en toutes circonstances.

PROJET EDUCATIF DE LA FFE

FAVORISER

une vie en société dans le respect des autres, de la vie animale et du milieu naturel.

DONNER

le goût de l'acquisition et de la transmission des savoirs.

PROMOUVOIR

les bienfaits des activités physiques et sportives.

DÉVELOPPER

le goût de l'effort et des satisfactions qu'il donne.

VALORISER

l'engagement et le sens des responsabilités.



Préface

Les Galops® donnent des objectifs successifs, répartis en étapes accessibles.

Ils proposent au cavalier et à l'enseignant un chemin pour devenir homme ou femme de cheval accompli.

Ils sont riches des enseignements que l'on a cherchés et trouvés soi-même.

Passez vos Galops® pour en savoir plus, pour être plus à l'aise à cheval et pour mieux profiter de tous les bons moments que la complicité avec les chevaux peut vous procurer.

En avant !

Serge Lecomte

Président de la Fédération Française d'Équitation

Les 6 chapitres de votre Guide Fédéral Galop®2

Les **Guides fédéraux des Galops®** prennent en compte la formation du cavalier dans sa plénitude technique et culturelle avec toutes les dimensions associées aux usages d'un animal vivant. Ils proposent un chemin d'acquisitions à parcourir par le cavalier, dans sa pratique à cheval, dans sa pratique à pied et la manipulation du cheval ou du poney.

Le chapitre **Connaissances générales** présente les différentes activités équestres et les hébergements des chevaux et des poneys avec un gros plan sur les priorités de circulation à cheval et les figures de manège.

Le chapitre **Connaissance du cheval** approfondit l'anatomie et la physiologie du cheval, ses 5 sens, sa tête, ses membres, les caractéristiques des robes. Il aborde l'organisation sociale des chevaux entre eux et fait un gros plan sur leur comportement alimentaire. S'y ajoute la présentation des principaux types de chevaux et de poneys.

Le chapitre **S'occuper du cheval** fait une large place aux différentes manipulations du cheval pour aller le chercher et le ramener dans son lieu de vie. Il explique comment effectuer le pansage, mettre le filet, entretenir la selle et distribuer les aliments.

Le chapitre **Pratique équestre à pied** explique comment mener le cheval en main, le faire reculer ou lui faire déplacer sa tête, ses épaules ou ses hanches.

Le chapitre **Pratique équestre à cheval** explique comment devenir autonome pour bien maîtriser le montoir, le réglage du matériel et la tenue des rênes. Il détaille la bonne posture au trot et au galop ainsi que les transitions qui permettent de bien maîtriser toutes les allures et d'aborder le saut.

Ce **Guide** se conclut avec les outils qui vous permettent de passer votre Galop®2 et de vous orienter vers le Galop®3.

PROGRAMME OFFICIEL DU GALOP® 2

Évoluer aux 3 allures

Le Galop® 2 se compose de la partie spécifique du Galop® 2 de cavalier, plus la partie commune à tous les Galops® 2.

Dans le respect de la charte du cavalier FFE :

- ▶ Panser son cheval ou son poney, le préparer et le brider.
- ▶ A pied : le mener sur un tracé précis, faire bouger ses épaules, et ses hanches,
- ▶ En selle : • réaliser individuellement des parcours avec des contrats d'allures et de tracé, au pas, au trot et au galop, en alternant l'équilibre assis et sur les étriers,
 - sauter un petit obstacle.

CONNAISSANCES GÉNÉRALES

- ▶ Citer les règles de circulation à mettre en pratique dans un manège ou une carrière.
- ▶ Reconnaître et nommer l'étrille, le bouchon, la brosse douce et le cure-pied.
- ▶ Caractériser les différents types de logements des chevaux : pré, paddock, stabulation, boxe, stalle.
- ▶ Identifier les principales activités équestres de la FFE et les principales activités proposées par son club.
- ▶ Expliquer les aides pour avancer.
- ▶ Nommer les parties du filet et de la selle.
- ▶ Dessiner sur un papier et nommer les figures de manège usuelles : cercle, volte, diagonale, doubler.

S'OCCUPER DU CHEVAL

- ▶ Aborder un cheval en stabulation, au paddock ou au pré.
- ▶ Le lâcher dans son boxe, son pré ou dans la stabulation.
- ▶ Observer les comportements des chevaux ou poneys entre eux.
- ▶ Mettre un filet.
- ▶ Faire un pansage en utilisant l'étrille, le bouchon et la brosse douce.
- ▶ Curer les pieds antérieurs.
- ▶ Prendre un postérieur.
- ▶ Faire un nœud d'attache.
- ▶ Distribuer les aliments.
- ▶ Seller.
- ▶ Entretien de la selle.

CONNAISSANCE DU CHEVAL

- ▶ Décrire les caractéristiques principales des 5 sens du cheval.
- ▶ Décrire les comportements des chevaux entre eux.
- ▶ Connaître les besoins en eau et les modes d'abreuvement.
- ▶ Décrire leur comportement alimentaire.
- ▶ Décrire la bouche du cheval et comment il s'alimente.
- ▶ Reconnaître les aliments de base suivants : herbe, foin, paille, céréales, granulés.
- ▶ Nommer et reconnaître :
 - Le blanc, le gris, le crème et le chocolat : dites autres robes.
 - Les robes tachetées et pie.
- ▶ Décrire et montrer les parties principales des membres : genou, jarret, canon, boulet, paturon, couronne, sabot.
- ▶ Reconnaître les principaux types de chevaux et de poneys.

PRATIQUE ÉQUESTRE À PIED

- ▶ Faire reculer son cheval de 2 pas.
- ▶ Le mener en main sur un tracé précis alternant des lignes droites et des courbes des deux côtés.
- ▶ Le mener en main au trot quelques foulées.
- ▶ Déplacer sa tête à droite et à gauche, en haut et en bas.
- ▶ Déplacer ses épaules ou ses hanches un pas minimum, à partir de l'arrêt.

PRATIQUE ÉQUESTRE À CHEVAL

- ▶ Régler seul ses étriers à pied et à cheval.
- ▶ Se mettre seul en selle.
- ▶ Ressangler seul en selle.
- ▶ Mettre en pratique les règles de circulation.
- ▶ Lâcher les rênes, les reprendre et les ajuster au trot.
- ▶ Trotter assis en cherchant une bonne posture.
- ▶ Galoper assis en cherchant une bonne posture.
- ▶ Alternier l'équilibre assis et sur les étriers au pas, au trot et au galop.
- ▶ Partir au galop et maintenir le galop.
- ▶ Changer d'allure sur des transitions simples et progressives : arrêt ↔ pas ; pas ↔ trot ; trot ↔ galop.
- ▶ Diriger au pas et au trot sur un tracé défini incluant : cercle, volte, diagonale et doubler.
- ▶ Sauter un petit obstacle sur la piste au trot ou au galop.
- ➔ Réaliser un parcours type Galop® 2.



1

Connaissances générales

LEÇONS, PROMENADES, STAGES, RANDONNÉES, COMPÉTITIONS... ON N'A QUE L'EMBARRAS DU CHOIX DES ACTIVITÉS À PARTAGER AVEC SON CHEVAL. CE CHAPITRE COMPORTE AUSSI LES DÉFINITIONS QUI PERMETTENT DE BIEN SE REPÉRER.

Les principales activités équestres.....	8
Les différents types de logements des chevaux.....	10
Les règles de circulation dans le manège ou la carrière.....	12
Les figures de manège usuelles.....	13



Pony-games



Maniabilité western



- ▶ Le site www.ffe.com comporte une rubrique disciplines équestres qui vous permet de découvrir les 30 disciplines équestres codifiées par la FFE.
- ▶ Dans toutes les disciplines pratiquées en club, il existe des championnats départementaux, régionaux et un championnat de France.
- ▶ Tous les championnats de France poney et clubs sont regroupés dans le cadre de deux grands événements qui ont lieu au Parc Equestre Fédéral de Lamotte, au centre de la France, le Grand Tournoi pour les sports équestres collectifs, à la Pentecôte, et l'Open de France pour toutes les autres disciplines, en juillet.

Les principales activités équestres

L'équitation comporte de nombreuses pratiques différentes. Définitions, modalités et atouts des plus courantes.

▶ SÉANCES HEBDOMADAIRES

Les séances hebdomadaires sont l'occasion d'une activité sportive régulière. Elles peuvent avoir lieu en manège, en carrière ou à l'extérieur. Elles permettent de progresser dans sa technique en développant ses capacités physiques et en entretenant sa forme.

▶ STAGES

D'une demi-journée à une semaine, les stages permettent de passer de bons moments entre cavaliers, au rythme des chevaux et de l'équipe qui s'en occupe. Ils peuvent avoir un thème spécifique : randonnée, spectacle, préparation de diplômes fédéraux, entraînement à la compétition, etc.

Ils accélèrent les apprentissages, grâce à une pratique plus intensive. Ils offrent l'opportunité de mieux observer le cheval pour comprendre son comportement et donnent le temps d'apprendre à s'en occuper.



Les carrousels sont souvent costumés

▶ ANIMATIONS

Les animations sont des programmes d'activités spécifiques autour du cheval.

Très variées, elles sont centrées sur des événements : anniversaires, fêtes, portes ouvertes... ou sur des activités collectives : spectacles, carrousels, concours, journées à thème...

Elles offrent un objectif motivant et peuvent associer parents, amis et public.

► PROMENADES

Les promenades permettent de passer un moment agréable avec son cheval dans la nature.

Elles se font sur un parcours d'initiation sécurisé ou dans l'espace public, soit à proximité immédiate des écuries, chemins, forêts, plages... soit avec un transport. Elles permettent de s'oxygéner avec son cheval dans un environnement varié.



Pause bivouac



Compétition de TREC

► RANDONNÉES

Les randonnées sont de grandes promenades à cheval comportant au moins une halte ou un bivouac où l'on s'arrête avec les chevaux pour un repas ou une nuitée.

Elles permettent une découverte d'espaces intéressants sur le plan touristique.

Elles offrent l'opportunité de passer la journée entière avec son cheval, en compagnie d'un groupe qui partage la même passion.

► COMPÉTITIONS

Les compétitions sont des rencontres sportives organisées selon un règlement connu de tous. Chacun recherche la meilleure performance et acquiert le goût du dépassement de soi.

De nombreuses disciplines sont accessibles rapidement. Les plus courantes sont l'équifun, enchaînement de dispositifs variés, l'équifeel, tests ludiques à pied, les épreuves de maniabilité de l'équitation western, le TREC, Technique de Randonnée Equestre de Compétition, ou les pony-games, jeux de relais à poney.

Les disciplines les plus pratiquées en compétition sont le dressage qui consiste à réaliser des figures à allures imposées, le Concours de Saut d'Obstacles, CSO, enchaînement d'obstacles mobiles à sauter dans un ordre donné, et le Concours Complet d'Equitation, CCE, qui associe un test de dressage et un test de CSO à un cross sur des obstacles fixes. Ce sont les trois disciplines olympiques.

L'ambiance amicale et festive est l'un des atouts de la compétition. Faire partie de l'équipe de compétition, c'est intégrer un groupe qui se retrouve régulièrement pour s'entraîner et pour découvrir les terrains de concours de sa région.

À retenir

- ➔ LES PRINCIPALES ACTIVITÉS PROPOSÉES AU CLUB SONT LES SÉANCES HEBDOMADAIRES, LES STAGES, LES PROMENADES, LES RANDONNÉES, LES ANIMATIONS À THÈME ET LES COMPÉTITIONS.
- ➔ LES DISCIPLINES LES PLUS COURANTES POUR COMMENCER LA COMPÉTITION SONT L'ÉQUIFUN, L'ÉQUIFEEL, L'ÉQUITATION WESTERN, LE TREC ET LES PONY-GAMES.
- ➔ LES 3 DISCIPLINES LES PLUS PRATIQUÉES SONT LE DRESSAGE, LE CSO ET LE CCE.



Cheval au paddock

Les différents types de logement des chevaux



► LIEUX DE VIE EXTÉRIEURS

Les chevaux ont une préférence naturelle pour les prés et paddocks qui sont très divers. Certains sont vastes, d'autres moins. Certains sont destinés à accueillir les chevaux en troupeau, d'autres un cheval seul. Certains sont des lieux de vie permanents, d'autres des lieux de passage.

LE PRÉ

Le pré est un vaste terrain en herbe. Il est nécessaire que les chevaux au pré aient à leur disposition en permanence de l'eau propre et qu'ils puissent se mettre à l'abri lors des journées de grande chaleur ou de grand froid.

Il faut toujours surveiller l'état des chevaux au pré. S'ils n'ont pas assez d'herbe, il faut leur apporter une alimentation complémentaire, notamment en foin. S'il gèle, il faut leur apporter à boire autant que de besoin.

LE Paddock

Le paddock est un enclos de dimensions réduites. On met les chevaux ou poneys au paddock le plus souvent pour qu'ils se détendent, surtout lorsqu'ils vivent en boxes. Les chevaux sont souvent mis au paddock en groupe afin qu'ils apprennent à se connaître. Les chevaux peuvent aussi y vivre, mais il faut nécessairement leur donner une alimentation appropriée.

► HÉBERGEMENTS COUVERTS

Les hébergements couverts, stabulations, boxes ou stalles, procurent aux chevaux et aux poneys un environnement propre, protégé des intempéries et de l'humidité, éclairé et rationnel pour l'entretien et les différents soins.

Sécurité



- Je préviens mon moniteur si je remarque des chevaux qui ne laissent pas les autres s'alimenter ou s'abreuver correctement.
- Je ne passe pas au milieu de chevaux ou de poneys groupés dans une stabulation, un paddock ou un pré : il peut toujours y avoir des mouvements d'humeur entre les membres du groupe.
- Je suis particulièrement vigilant si c'est le moment de la distribution des aliments.

LA STABULATION LIBRE



La stabulation libre est un espace couvert et clos assez grand où plusieurs équidés sont regroupés en liberté. On prévoit généralement une surface d'environ 9m² par cheval, 4 à 8m² par poney, des mangeoires et des abreuvoirs.

La stabulation libre correspond bien à la nature des chevaux et des poneys qui apprécient d'être ensemble. On utilise fréquemment ce type d'hébergement pour les poneys ou les chevaux de petite taille et dans les locaux d'élevage.

LE BOXE

Le boxe est un espace où le cheval ou le poney vit seul et en liberté. Sa surface intérieure est généralement de 9 à 12 m². On y trouve une mangeoire facilement accessible de l'extérieur, dans laquelle on met les aliments pour éviter le gaspillage. Le plafond doit être assez haut pour que le cheval ait un volume d'air suffisant. Les litières les plus utilisées sont la paille et les copeaux. La litière s'entretient régulièrement en retirant les crottins et les parties rendues très humides par l'urine pour les remplacer par de la litière propre.

LA STALLE

La stalle est un espace individuel d'hébergement où le cheval ou le poney est attaché. Elle doit être assez large pour permettre au cheval ou au poney de se coucher.

Le cheval y est le plus souvent attaché avec un billot, sorte de contre poids qui garde la longe toujours légèrement tendue.

Ce type d'hébergement occasionnel est fréquent pour rentrer ponctuellement des chevaux qui vivent au pré.



Chevaux dans leurs boxes



Qualité des pâtures

L'herbe a besoin de temps pour repousser. Les chevaux sont régulièrement changés de pré. Parfois les pâtures sont partagées avec des bovins ou des ovins qui ne mangent pas exactement les mêmes plantes. L'entretien régulier, par hersage et fauchage de ce qu'on appelle les refus, c'est-à-dire ce qui n'est pas consommé par les chevaux, permet d'avoir des pâtures de meilleure qualité. Certaines prairies sont ressemées ou améliorées par apport d'engrais pour favoriser la pousse d'une bonne herbe.

À retenir

- ➔ LES PRINCIPAUX TYPES D'HÉBERGEMENT DES CHEVAUX ET DES PONEYS SONT LE PRÉ, LE PADDOCK, LA STABULATION LIBRE ET LE BOXE.
- ➔ IL FAUT VEILLER À APPORTER UNE ALIMENTATION COMPLÉMENTAIRE AU CHEVAL SI LE PRÉ N'A PAS ASSEZ D'HERBE POUR LE NOURRIR.
- ➔ QUEL QUE SOIT L'HÉBERGEMENT, IL FAUT PRÉVOIR UNE DISTRIBUTION RÉGULIÈRE D'EAU PROPRE.



- ▶ Je regarde toujours où sont les autres cavaliers. Cela me permet d'anticiper sur leurs déplacements.

Les règles de circulation dans le manège ou la carrière

Lorsque plusieurs cavaliers évoluent simultanément dans le manège ou la carrière, il est important de bien regarder tout autour de soi pour visualiser les autres chevaux et cavaliers, anticiper leurs déplacements et respecter les règles de priorité. Quelles que soient les circonstances, la politesse et la courtoisie s'imposent.



Les 2 cavaliers qui ont la priorité restent sur la piste. Les 3 qui ne l'ont pas s'écartent en piste intérieure pour les laisser passer.

▶ PRIORITÉS

Dans le manège ou la carrière, les deux règles principales à respecter sont :

- ▶ La priorité est laissée au cavalier qui évolue à l'allure la plus rapide : galop par rapport au trot ou au pas, trot par rapport au pas.
- ▶ A allures égales, la priorité est laissée au cavalier évoluant piste à main gauche, c'est-à-dire au cavalier ayant sa main gauche vers l'intérieur du manège ou de la carrière.

▶ REPÈRES

La longueur du manège ou de la carrière est appelée « grand côté », la largeur « petit côté. » Les lettres situées sur les grands et les petits côtés servent à se repérer.



Les figures de manège décrivent des déplacements codifiés. Elles donnent lieu à des exercices de conduite qui développent la précision dans les tracés. Elles permettent de changer de main facilement et d'être aussi à l'aise à main droite qu'à main gauche.

Lexique

MANÈGE : Le mot vient de l'italien « maneggio » d'un verbe qui signifie manier. A proprement parler, il désigne les exercices de maniabilité que l'on fait effectuer au cheval pour le dresser.

Par extension, il s'est appliqué au lieu où cela se passait.

Le caractère répétitif de l'opération explique l'emploi par image pour les manèges de chevaux de bois et plus généralement pour toutes les attractions mécaniques de fête foraine.

Le mot est de la même famille que manager, au sens premier, celui qui fait tourner les chevaux pour les dresser...

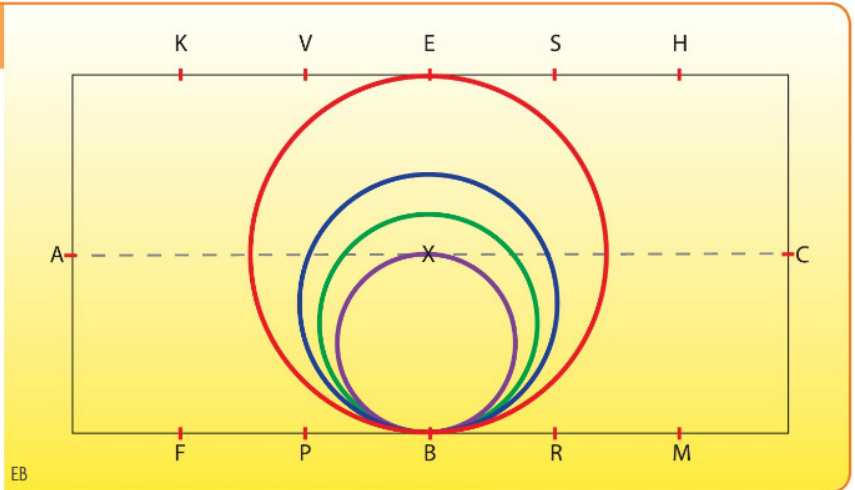
Les figures de manège usuelles

Les figures de manège sont des tracés codifiés. Les principales sont le cercle, le doubler dans la longueur ou dans la largeur, la diagonale et la volte.

LE CERCLE ET LES VOLTES

Le cercle se fait dans toute la largeur et se boucle à son point de départ. Un cercle plus petit s'appelle une volte et peut avoir un diamètre précis de 10, 12 ou 15 m.

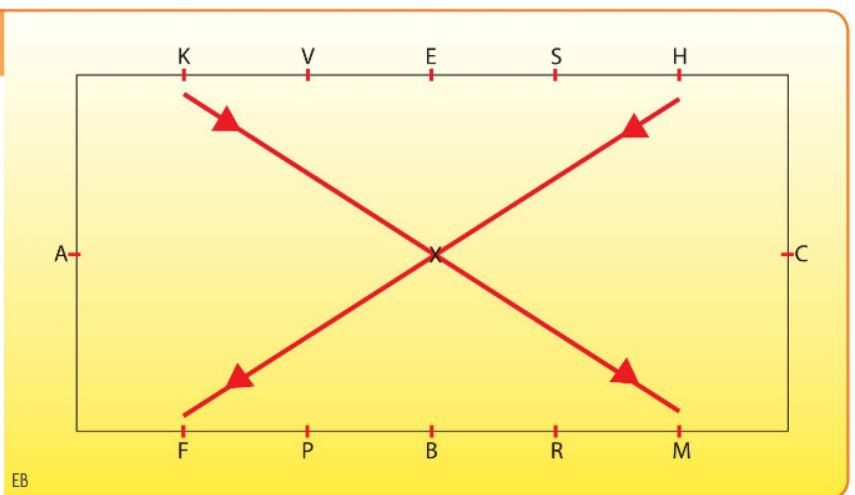
- Cercle de 20m
- Volte de 15m
- Volte de 12m
- Volte de 10m



LES DIAGONALES

La diagonale est une ligne qui part de la piste, à la première lettre du grand côté, quelques mètres après le coin. Elle permet de rejoindre la piste, à l'autre main, quelques mètres avant le coin opposé à la dernière lettre du grand côté.

- Diagonales



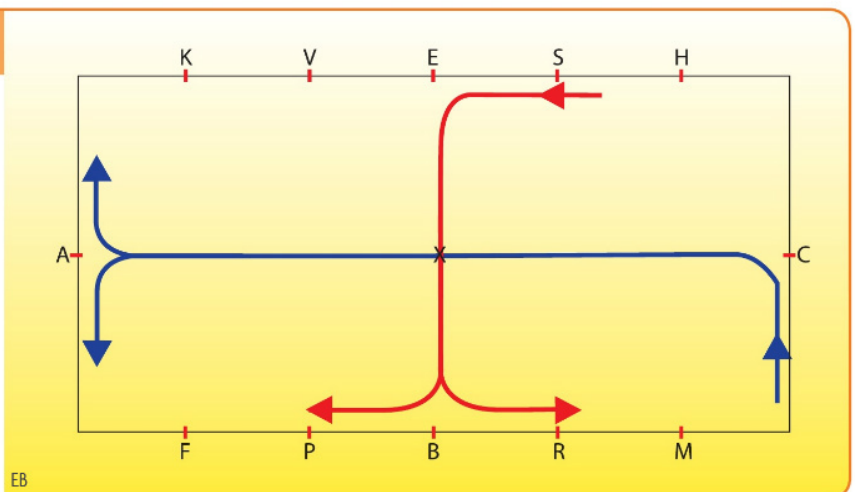
LES DOUBLER

Le doubler dans la longueur est une ligne droite parallèle au grand côté du manège, usuellement sur la ligne du milieu, AC.

Le doubler dans la largeur est une ligne droite perpendiculaire au grand côté du manège.

A l'issue du doubler, le cavalier peut reprendre la piste à la même main ou en changer.

- Doubler dans la largeur
- Doubler dans la longueur



Notes



A series of horizontal dotted lines for writing notes.



2

Connaissance du cheval

LE CHEVAL A-T-IL UN RÉSEAU SOCIAL ? VOIT-IL LES COULEURS ? QUEL EST SON MENU PRÉFÉRÉ ? QUELS SONT LES MOTS JUSTES POUR DIRE LA COULEUR DE SA ROBE OU LES PARTIES DE SON CORPS ? ETHOLOGIE, HIPPOLOGIE ET VOCABULAIRE SONT AU PROGRAMME, AVEC UN APERÇU SUR LES PRINCIPAUX TYPES DE CHEVAUX.

Les comportements des chevaux entre eux.....	16
Les principales caractéristiques des 5 sens du cheval.....	18
La bouche du cheval.....	20
Le comportement alimentaire des chevaux et des poneys.....	22
Reconnaître les aliments de base.....	22
Les principales parties des membres du cheval.....	24
Les parties de la tête du cheval.....	25
Le dessous du sabot du cheval.....	25
Les robes : blanc, gris, crème et chocolat.....	26
La présence de taches dans les robes de base.....	27
Les principaux types de chevaux.....	28



Poneys qui jouent à s'affronter.



- ▶ Lors de la distribution d'eau ou d'aliments, veiller à ne pas encourager les conflits entre les chevaux. Pour cela, prévoir un nombre suffisant de lieux de distribution différents.
- ▶ Éviter aussi les espaces trop réduits qui ne permettent pas au cheval de rang hiérarchique inférieur d'éviter le dominant.
- ▶ Être vigilant quand un nouveau cheval ou poney est introduit dans un groupe.

Lexique

INTERACTIONS : Actions réciproques entre deux individus.

PROTAGONISTES : Chacun de ceux qui interviennent dans une action.

HIÉRARCHIE : Organisation d'un groupe déterminant qui est sous la domination d'un autre.

TÊTE-BÊCHE : Disposition qui alterne l'avant et l'arrière, la tête et la queue.

Les comportements des chevaux entre eux



L'été, les chevaux au repos au pré se mettent tête-bêche pour chasser les mouches de la tête de leurs voisins avec leur queue.

Observer les chevaux, en particulier lorsqu'ils sont au pré, au paddock ou en stabulation, permet d'identifier leurs attitudes, leurs modes de communication et leurs émotions. C'est très utile pour pouvoir donner une signification à leurs comportements et identifier ce qu'ils expriment.

Le cheval est un animal social qui a besoin de la compagnie de ses congénères. Les interactions qui s'instaurent entre les uns et les autres organisent le fonctionnement du groupe.

Les principaux comportements significatifs des relations sociales des équidés en groupe sont ceux liés à la dominance et ceux liés à l'affinité.

▶ LES ENJEUX

Les attitudes que l'on remarque le plus facilement, parce que les plus spectaculaires, sont souvent celles liées à la dominance qui a pour fonction de donner une priorité dans l'accès aux ressources.

Ces ressources peuvent être la nourriture, l'eau, l'ombre, l'abri, l'espace, le partenaire jument ou cheval, ou la proximité appréciée du soigneur ou d'un cavalier bienveillant.

Les positionnements ou repositionnements hiérarchiques permettent d'éviter la répétition des interactions conflictuelles.

Elles sont très visibles lors de l'introduction d'un nouveau membre dans le groupe.

► LA DOMINANCE ET LA SOUMISSION

Les relations dans le groupe sont régulées par la dominance. Un cheval qui revendique sa dominance auprès d'un ou de plusieurs autres se manifeste par des signes de plus en plus agressifs jusqu'à ce que le congénère se soumette.



Les poulains apprennent progressivement à respecter le dominant.



Je t'aime. Moi non plus !

Le cheval va prendre une posture de menace, attitude agressive avec un étirement des naseaux, des plissements autour de la bouche, une crispation des mâchoires et des oreilles en arrière plaquées sur la nuque. Il lève le pied, ou tourne la croupe en direction du ou des congénères à qui s'adresse l'avertissement.

Les interactions agressives cessent le plus souvent dès que l'un des deux protagonistes cède l'espace à l'autre ou manifeste clairement sa volonté d'évitement et se soumet en laissant au dominant la place qu'il revendique.

La dominance n'a pas de rapport avec la force ou la taille et on peut voir un petit poney dominer un groupe de chevaux. Elle est liée à un groupe donné. Un cheval peut être dominant dans un groupe de chevaux et plus bas dans la hiérarchie, dans un autre groupe.

► L'AFFINITÉ

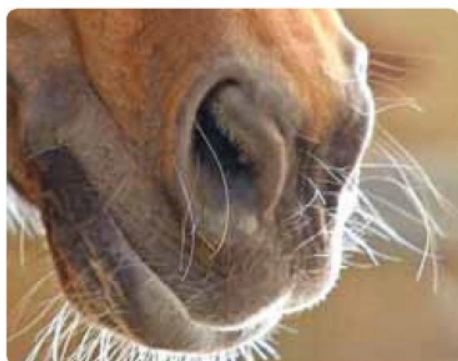
Souvent plus discrète, l'affinité se manifeste par la proximité choisie, le toilettage mutuel, les frottements de tête, les jeux et le partage librement consenti d'aliments.

► AUTRES INTERACTIONS

Il existe d'autres interactions liées à des situations ou à des périodes de la vie, telles que les jeux de la jument avec son poulain ou les parades de séduction entre l'étalon et la jument.

À retenir

- ➔ LA DOMINANCE DONNE LA PRIORITÉ D'ACCÈS À UNE OU DES RESSOURCES.
- ➔ ELLE N'EST PAS LIÉE À LA TAILLE OU À LA FORCE.
- ➔ UN CHEVAL QUI EST DOMINÉ PAR UN AUTRE LUI CÈDE LA PLACE, S'ÉLOIGNE OU L'ÉVITE.
- ➔ LES CHEVAUX OU PONEYS QUI CHOISSENT DE RESTER À PROXIMITÉ OU SE GRATTENT MUTUELLEMENT ONT DES AFFINITÉS.



Les principales caractéristiques des 5 sens du cheval

Le cheval est un animal très sensible qui utilise en permanence ses 5 sens pour identifier son environnement et s'y adapter.

▶ OÛË

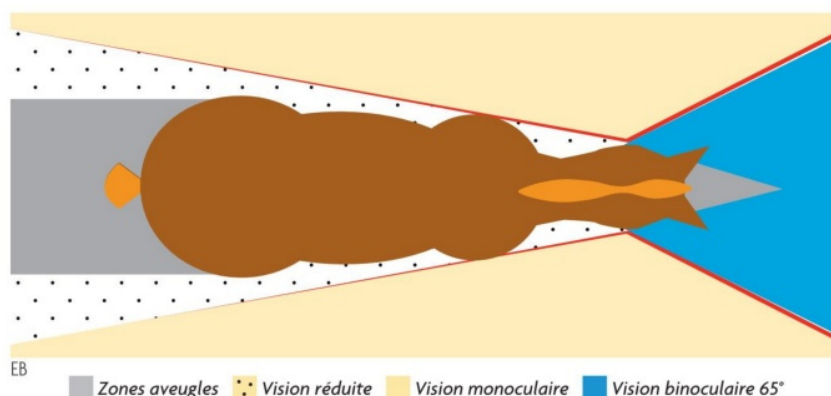
Doté d'une ouïe très sensible, le cheval a des oreilles extrêmement mobiles. Dès qu'il entend un bruit, ses oreilles s'orientent vers celui-ci pour en identifier la source. Il entend certains sons, comme les ultra-sons que l'homme ne perçoit pas, mais dans une gamme moins étendue que le chien.

▶ ODORAT

Le cheval bénéficie d'un odorat très développé. Il sollicite très souvent son odorat pour prendre contact avec son environnement en le flairant. L'odorat lui permet aussi de reconnaître les caractéristiques et la trace de ses congénères ou de choisir son alimentation.

▶ VISION

CHAMP VISUEL



Adaptée à la survie d'un animal qui est une proie, la vision du cheval est très panoramique. Il peut voir loin tout autour de lui. Il dispose des plus gros yeux parmi les mammifères terrestres, 8 fois plus gros en moyenne que ceux de l'homme. Ces grands yeux sont situés sur les côtés avec chacun une vue d'environ 140°. L'addition de ce que voit chacun de ses deux yeux et de la vision binoculaire qu'il a devant lui donne une vue panoramique sur plus de 300°.

ZONES AVEUGLES

Cependant, il a des zones aveugles, en particulier une derrière lui dans le prolongement de la largeur de son corps et une autre juste devant lui. Il tourne ou déplace la tête pour voir dans ces zones. D'où l'intérêt et l'importance de capter préalablement son attention lorsqu'on l'aborde par derrière, afin qu'il tourne légèrement la tête et puisse nous voir.



Lorsqu'on va chercher un cheval ou un poney à l'attache dans une stalle, il faut penser à la zone aveugle qui ne lui permet pas de voir derrière lui. Il faut donc l'aborder en le prévenant clairement de sa présence, et capter son attention pour qu'il ne soit pas surpris.

VISION BINOCULAIRE

L'angle de sa vision binoculaire, celle qui est couverte par la vue combinée de ses deux yeux, est assez faible puisque de 60 à 70° contre le double pour l'homme. C'est seulement dans cette partie que la vue du cheval est très précise, puisque le décalage de l'image de chacun des deux yeux lui donne le relief. Il règle sa vision sur ce qu'il souhaite observer, de près ou de loin, en levant, en baissant ou en tournant la tête.

COULEURS

S'il voit moins bien les couleurs, il est plus sensible que l'homme aux mouvements, aux contrastes et aux reflets.

VISION NOCTURNE

Doté d'une assez bonne vision nocturne, il met cependant beaucoup plus de temps que l'homme pour accommoder sa vision entre ombre et lumière et il peut être gêné et inquiet par des passages contrastés d'une lumière vive à une relative obscurité, par exemple en montant dans un van ou en rentrant dans un bâtiment obscur lors d'une journée très ensoleillée.



Le cheval utilise souvent son environnement pour se gratter, ce qui peut parfois être gênant lorsque c'est le cavalier à pied qui se transforme en grattoir !

▶ TOUCHER

Toute la surface de la peau sur le corps du cheval est très sensible au toucher. Il peut détecter une mouche sur son poil et il peut s'en débarrasser en bougeant sa peau ou sa queue. Les longs poils durs, appelés vibrisses, que le cheval a autour des yeux, du nez et des lèvres lui servent notamment à percevoir ce qu'il y a juste devant son nez.

Les sensations que le cheval reçoit de ses pieds sont aussi très importantes. Il gratte souvent le sol devant lui avec un de ses sabots antérieurs pour explorer une surface incertaine ou pour tester le sol avant de se coucher ou de se rouler.

▶ GOÛT

Les chevaux sont dotés de papilles gustatives leur permettant de percevoir le goût des aliments, d'avoir des préférences individuelles et de rejeter un aliment qu'ils n'apprécient pas, après l'avoir goûté. Les aliments sucrés et croquants comme les carottes sont généralement appréciés par les chevaux.



À retenir

- ➔ LE CHEVAL A DEUX ZONES AVEUGLES, UNE DEVANT LUI SOUS SON NEZ ET L'AUTRE DERRIÈRE LUI.
- ➔ LE CHEVAL POINTE SES OREILLES VERS LE BRUIT QUI LE SURPREND OU L'INTÉRESSE.
- ➔ LE CHEVAL RECONNAÎT LES ODEURS DE SES CONGÉNÈRES.
- ➔ LE CHEVAL UTILISE SES VIBRISSES POUR EXPLORER CE QU'IL A SOUS LE NEZ.
- ➔ LE CHEVAL A DES PRÉFÉRENCES ALIMENTAIRES.



Toujours mettre la main bien à plat quand on donne à manger.

La bouche du cheval

► LES LÈVRES



Les lèvres du cheval sont recouvertes de vibrisses, longs poils durs, qui permettent au cheval de choisir ses aliments. Un cheval peut sélectionner de tous petits brins d'herbe parmi les plus attrayants ! C'est pourquoi le cheval est appelé brouteur sélectif.

Les lèvres du cheval sont également très mobiles, ce qui lui sert à attraper ses aliments. Après avoir pincé l'herbe avec les lèvres, il la coupe à ras avec ses incisives.



L'évolution de la dentition avec l'âge

Les dents du cheval évoluent durant toute sa vie. Comme l'enfant, le poulain commence par avoir des dents de lait, qui tomberont et laisseront place aux dents finales. A 5 ans, le cheval a une dentition d'adulte.

Les dents du cheval poussent en permanence de 2 à 3 millimètres par an.



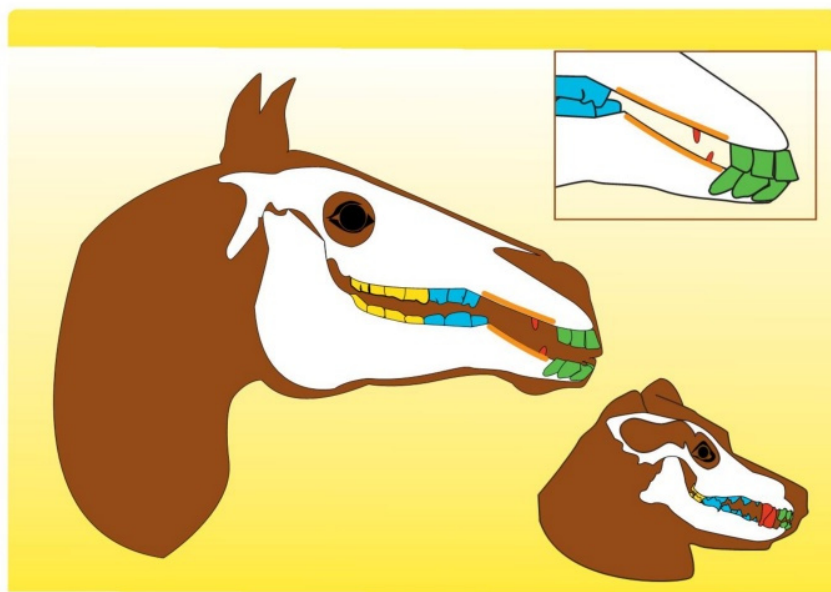
"Je choisis les carottes, plutôt que le poisson.
C'est dans ma nature de brouteur sélectif !"

▶ LES DENTS

Le cheval a une dentition parfaitement adaptée à son régime alimentaire herbivore. Cette dentition est constituée :

- ▶ d'incisives (en vert) qui servent à couper l'herbe et les fourrages secs,
- ▶ de prémolaires (en bleu) et de molaires (en jaune) qui permettent de broyer très finement les aliments avant qu'ils soient avalés,
- ▶ de canines (en vert) appelées crochets que l'on trouve chez les mâles et rarement chez les femelles.

Les incisives et les molaires sont séparées par un espace appelé la barre (en orange). C'est là que le cavalier peut glisser un doigt sur la gencive pour faire ouvrir la bouche au cheval et placer le mors.



EB

▶ Molaires ▶ Prémolaires ▶ Barres ▶ Canines / Crochets ▶ Incisives

▶ LA SALIVE

Dans la bouche du cheval, les glandes salivaires produisent en continu de la salive qui est nécessaire à la digestion.

Cette production de salive augmente quand le cheval mastique ses aliments, et elle est plus ou moins importante en fonction des aliments : avec 1kg de foin, le cheval produit environ 4 litres de salive, alors qu'avec 1kg de granulés il en produit 2 fois moins.

À retenir

- ➔ LE CHEVAL CHOISIT LES HERBES AVEC SES LÈVRES ET LES COUPE AVEC SES INCISIVES.
- ➔ IL BROIE LES ALIMENTS AVEC SES PRÉMOLAIRES ET SES MOLAIRES.
- ➔ IL N'Y A PAS DE DENTS SUR LA BARRE ENTRE LES MOLAIRES ET LES CROCHETS OU LES INCISIVES.



A chaque régime alimentaire sa dentition

En observant les dents d'un animal, il est possible de déterminer son régime alimentaire naturel, carnivore ou herbivore.

Ainsi, un chien, qui est un **carnivore**, a des canines très développées pour arracher la viande. Ses prémolaires et molaires sont pointues pour mieux broyer.

Au contraire, le cheval est un **herbivore**. Chez lui, les canines ont quasiment disparu car elles n'ont plus d'utilité. Les prémolaires et molaires sont plates et larges pour lui permettre de broyer au maximum les fourrages qu'il mastique : l'herbe et le foin sont réduits en petites particules bien plus faciles à digérer !



Le comportement alimentaire des chevaux et des poneys

Le cheval est un herbivore, mais n'est pas un ruminant, comme la vache ou le mouton. Son alimentation doit comporter des fibres pour faciliter le transit intestinal et des éléments nutritifs pour lui apporter les éléments dont il a besoin.

► CE QU'IL MANGE

A l'état naturel, il passe plus de la moitié de son temps, de 12 à 18 heures par jour, à brouter de l'herbe. Cette absorption régulière de petites quantités convient très bien à son petit estomac de 12 à 15 litres.

Lorsqu'il n'est pas dans un pré avec de l'herbe, il a aussi besoin de manger très longuement du foin ou de la paille. Cela l'occupe et lui permet de bien digérer les granulés ou les céréales pris par petites quantités en plusieurs repas fractionnés.

Toutefois, le cheval est gourmand et il faut notamment éviter qu'il mange trop de paille, ce qui peut lui occasionner des problèmes de digestion.

► CE QU'IL BOIT

Il consomme plusieurs dizaines de litres d'eau par jour, par petites quantités, selon le temps et la saison, avec un maximum en cas de chaleur ou d'efforts intenses. L'idéal est qu'il ait en permanence de l'eau propre à volonté. Si ce n'est pas possible, il faut lui donner très régulièrement à boire et veiller à ce qu'il ne boive pas trop en une seule fois.

À retenir

- LE CHEVAL EST UN HERBIVORE QUI A UN SEUL PETIT ESTOMAC DE 12 À 15 LITRES.
- IL A BESOIN DE MANGER AU MOINS LA MOITIÉ DE SON TEMPS ET EN PETITES QUANTITÉS.
- IL A BESOIN DE BOIRE SOUVENT PAR PETITES QUANTITÉS.

Reconnaître les aliments de base

► HERBE

Les chevaux et les poneys aiment brouter l'herbe qui est leur alimentation naturelle et ils ont tendance à aller vers l'herbe dès qu'ils en voient. L'herbe peut comporter des plantes très diverses, le ray-grass, les graminées, la luzerne, le sainfoin... C'est un aliment riche en fibres et en eau. Chaque plante qui compose la prairie possède un cycle de croissance et une valeur nutritive spécifiques.



► Monogastriques

Le cheval est un herbivore monogastrique. Il n'a qu'un seul estomac. Il mastique environ 3 400 fois pour ingérer un kilo de foin et seulement 850 fois pour un kilo d'avoine qu'il mangera au moins quatre fois plus vite.

► Ruminants

Les ruminants sont des animaux herbivores mammifères dont l'estomac est composé de plusieurs poches.

Ils pratiquent la rumination en remâchant les aliments descendus dans l'estomac puis ramenés dans la bouche.

► Plantes alimentaires

Le site internet www.ffe.com propose des fiches détaillées sur les plantes alimentaires. Taper Pédagothèque dans le moteur de recherche.



Le foin et la paille se présentent sous forme de grosses balles pressées rondes ou rectangulaires ou sous forme de petits ballots.



Orge aplatie et mélange de granulés et de floconnés



Champ d'orge

► FOIN

L'herbe se consomme aussi coupée et séchée sous forme de foin. Le foin a beaucoup des qualités alimentaires de l'herbe. Sa valeur nutritive dépend de la qualité de l'herbe à partir de laquelle il est fait. Il est de bonne qualité s'il a une bonne odeur, qu'il est vert et non poussiéreux.

► PAILLE

La paille est composée de la tige séchée des céréales, blé, orge, avoine. C'est à la fois une litière et un aliment plus léger et plus volumineux que le foin, essentiellement riche en cellulose. La paille de blé est celle qui convient le mieux aux chevaux. La paille de bonne qualité a une bonne odeur et une belle couleur dorée de « paille ». Elle provient de céréales récoltées à maturité, dont les tiges ont été pressées parfaitement sèches.

► CÉRÉALES

Les principales céréales données aux chevaux sont l'avoine et l'orge. Les céréales ont d'excellentes vertus nutritives. Elles sont la plupart du temps consommées aplaties, c'est-à-dire écrasées, ce qui les rend plus digestes.

► GRANULÉS ET FLOCONNÉS

► **Les granulés**, aliments compressés en forme de petits cylindres, ont des compositions très étudiées et un format compact. Ils permettent une ration facile à stocker, à calculer et à distribuer. Ils sont fabriqués à partir de paille, de foin, de céréales, de sels minéraux, de vitamines et d'oligo-éléments. Ils sont adaptés aux besoins spécifiques des chevaux selon leurs activités.

► **Les floconnés** sont des céréales soufflées. Ils sont plus légers, plus volumineux et plus appétants que les granulés.

Granulés et floconnés peuvent être mélangés.

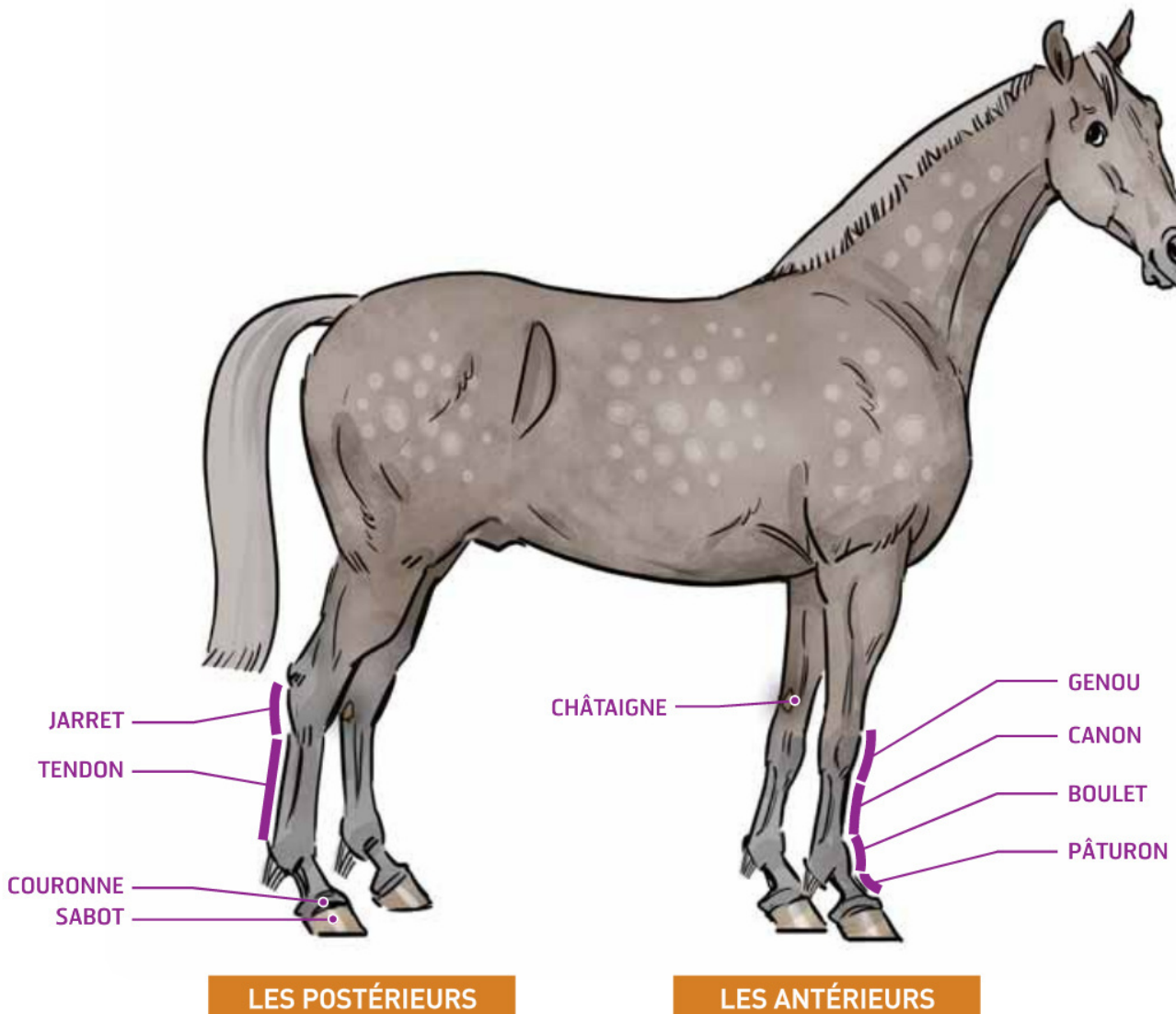


La paille et le foin craignent l'humidité qui les fait moisir et les rend impropres à la consommation.

À retenir

- ➔ L'HERBE, LE FOIN ET LA PAILLE SONT RICHES EN FIBRES QUI SONT NÉCESSAIRES AU CHEVAL.
- ➔ LES ALIMENTS LES PLUS COURAMMENT DONNÉS AUX CHEVAUX SONT L'ORGE ET L'AVOINE APLATIÉS, LES GRANULÉS ET LES FLOCONNÉS

Les principales parties des membres du cheval



Lexique

Le vocabulaire du cheval est très riche. Il est issu de l'histoire, souvent militaire, et abonde en comparaisons et mots imagés.

Les **ANTÉRIEURS** sont les membres avant du cheval. Ils correspondent aux bras chez l'homme.

Les **POSTÉRIEURS** sont les membres arrière du cheval. Ils correspondent aux jambes chez l'homme.

Le **BOULET** a la forme arrondie d'un boulet et le **CANON** a la forme allongée d'un canon. Le **BOULET** se trouve logiquement au bout du canon.

La **COURONNE** tient son nom de sa forme arrondie.

Le **CHANFREIN** était, à l'origine, la pièce d'armure qui protégeait la tête du cheval.

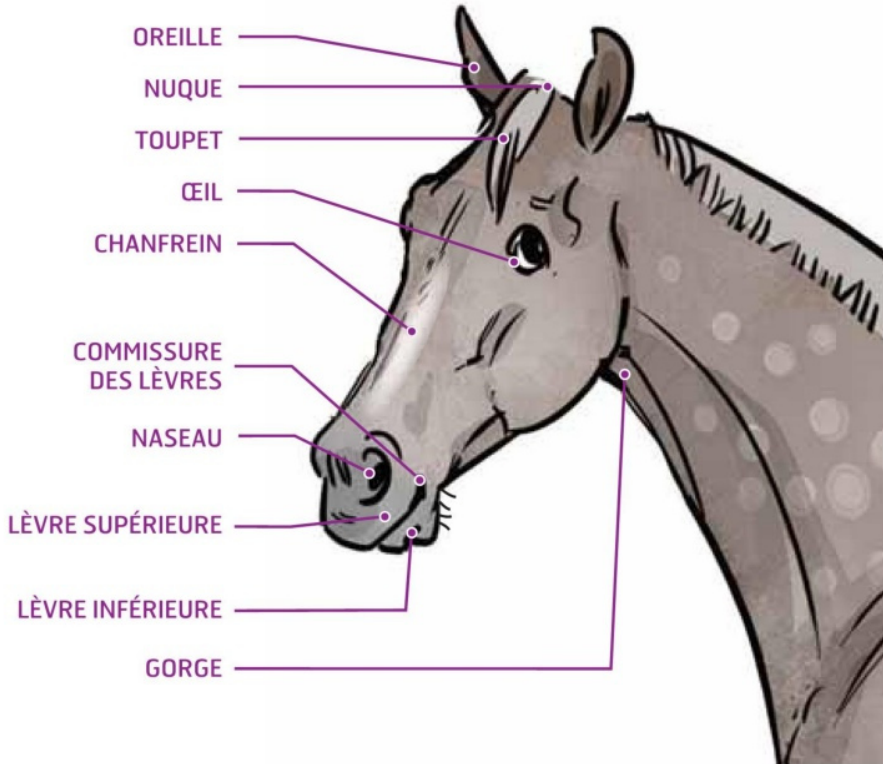
La **CHÂTAIGNE** tient son nom de son aspect rugueux, comme la châtaigne épluchée et grillée.

La **FOURCHETTE** doit son nom à sa forme fourchue.

Le **PÂTURON** vient de la corde de pâture qui servait à retenir le cheval par cette partie du pied pour qu'il mange de l'herbe à l'attache.

Le **TOUPET** est de la même famille que le mot anglais top. Les deux désignent le haut. Le toupet est en haut de la tête du cheval.

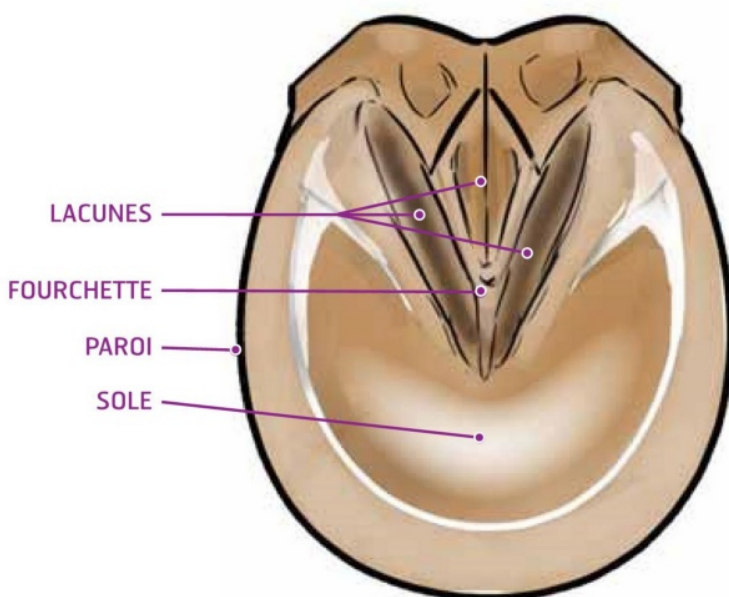
Les parties de la tête du cheval



Bien-être des chevaux et des poneys

La qualité de vie des chevaux et des poneys, en harmonie avec leurs exigences biologiques, est au cœur des préoccupations de l'homme ou de la femme de cheval.

Le dessous du sabot du cheval



Pas de pied, pas de cheval

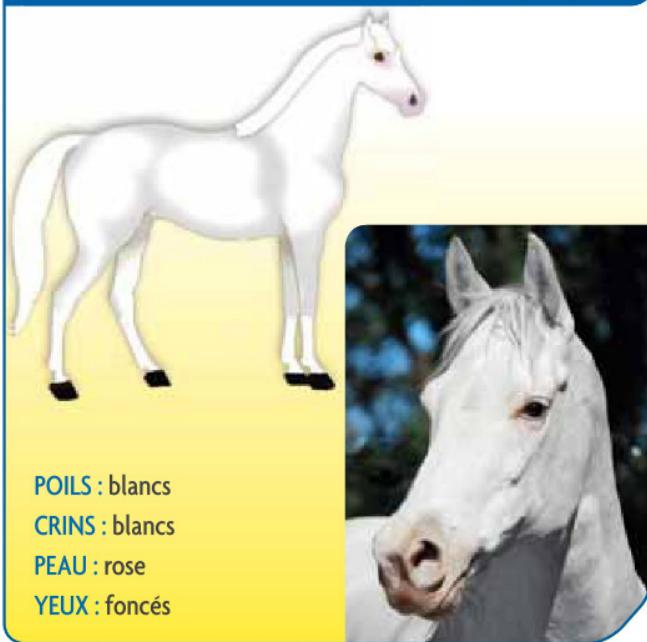
Le cheval qui a mal aux pieds boite et ne peut plus être monté. L'entretien régulier des pieds du cheval est donc très important. Il permet de vérifier qu'il n'y a pas de corps étrangers coincés sous le sabot, comme des cailloux qui pourraient entraîner une blessure. Il permet aussi d'éviter les inflammations qui peuvent rendre les pieds du cheval très sensibles.

Les robes : blanc, gris, crème et chocolat

Les quatre familles de robes de base sont le noir, l'alezan, le bai et une famille dite Autres. Cette quatrième famille réunit le blanc, le crème, le gris et le chocolat. Voir aussi **Guide Fédéral du Galop®1** page 22.

Ce sont quatre robes qui ont la particularité de présenter des poils et des crins de la même couleur. Il peut y avoir des marques blanches sur le crème, le gris et le chocolat.

BLANC



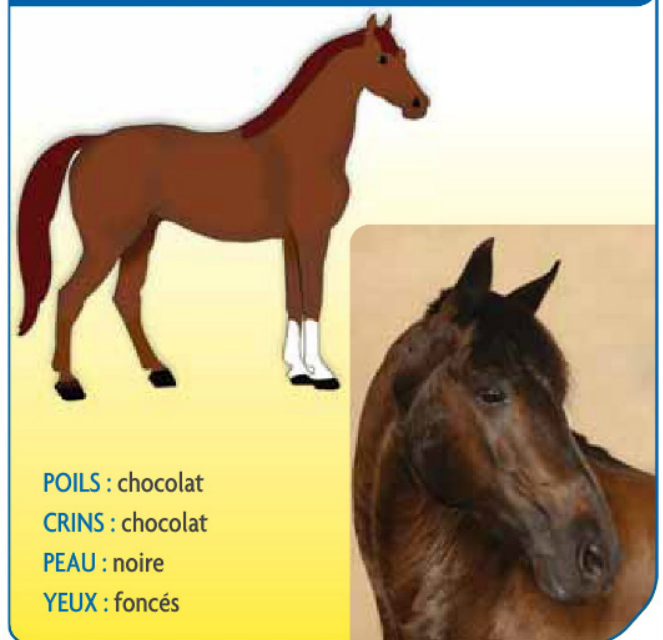
GRIS



CRÈME



CHOCOLAT



La présence de taches dans les robes de base

Le nom de la robe d'un cheval qui a des taches blanches est complété par :

- le mot pie, si les taches sont grandes,
- le mot tacheté, si les taches sont petites.

EXEMPLES DE PIE

ALEZAN PIE



BAI PIE



NOIR PIE



EXEMPLES DE TACHETÉS

ALEZAN TACHETÉ



BAI TACHETÉ



NOIR TACHETÉ



La robe alezan pie est courante chez les chevaux américains.



Lexique

PIE signifie taché de blanc comme la pie. C'est un mot invariable.

À retenir

- ➔ LES 4 FAMILLES DES ROBES DE BASE SONT NOIR, ALEZAN, BAI ET AUTRES.
- ➔ LES 4 AUTRES ROBES SONT BLANC, GRIS, CRÈME ET CHOCOLAT.
- ➔ LES PIE ONT DES GRANDES TACHES BLANCHES.
- ➔ LES TACHETÉS ONT DES PETITES TACHES BLANCHES.



Les équidés sont une famille de mammifères comportant les chevaux, les ânes et les zèbres.

La famille des chevaux désigne aussi bien les chevaux que les poneys.

La dénomination cheval ou poney est une question d'usage qui n'a pas de fondement scientifique.



Les chevaux les plus lourds au monde sont des chevaux de trait. Le plus grand jamais répertorié s'appelait Sampson, né en 1876, il mesurait 2,19 m et pesait 1 520 kg, de la race Shire.

Les plus petits chevaux au monde sont des poneys et des chevaux nains de moins de 50 cm.

Lexique

ESPÈCE : Ensemble d'individus, semblables par leur apparence et leurs références génétiques.

RACE : Population animale résultant, par sélection, de la subdivision d'une même espèce et possédant des caractères communs transmissibles.

SOUCHE : Même groupe d'animaux dont sont issus des descendants.

Les principaux types de chevaux

On distingue 4 grandes familles de chevaux : les chevaux de selle, les chevaux de course, les chevaux de trait et les poneys. Ils sont tous de la même espèce, celle des équidés.

Chevaux et poneys se distinguent par leur taille et leur utilisation. La taille d'un équidé se mesure au garrot avec un outil que l'on appelle une toise. Le cheval et le poney peuvent grandir jusqu'à 6 ans. Les principales utilisations sont les loisirs, le sport, les courses et la traction de charges.

► LES PONEYS

Les poneys se caractérisent par leur petite taille, moins d'1,48 m au garrot en France.

Ils sont utilisés pour le loisir et le sport. Ils peuvent être montés ou attelés. Les plus grands poneys sont couramment appelés doubles poneys. En compétition, les poneys sont répartis en 4 catégories de taille appelées A, B, C et D. A est la catégorie des poneys les plus petits. D est la catégorie des poneys les plus grands.



► LES CHEVAUX DE SELLE

Les chevaux de selle sont d'une taille moyenne à grande. Ils se caractérisent par leur vocation à être montés. Ils sont utilisés pour la pratique sportive et de loisir de l'équitation.



▶ LES CHEVAUX DE COURSE

Les chevaux de course sont d'une taille moyenne à grande. Ils ont une morphologie athlétique. Les chevaux de course se caractérisent par leur utilisation dans les courses sur hippodromes.

Les deux grandes familles de courses sont les courses de galop et les courses de trot. Les courses de galop sont, soit des courses plates, soit des courses d'obstacles. Les courses de trot sont, soit montées, soit attelées.



▶ LES CHEVAUX DE TRAIT

Les chevaux de trait sont des chevaux trapus et massifs. Ils peuvent tracter des poids qui peuvent être très lourds, chariots, voitures d'attelage de toutes sortes, troncs d'arbres, etc. Ils sont utilisés pour l'attelage de sport, l'agriculture et pour des travaux urbains dans une démarche de développement durable : ramassage des déchets, entretien des espaces verts...



Cheval de trait à l'attelage.



Débardage de troncs d'arbres.



Trot Top Tour

Il existe un circuit de courses de trot attelé sur hippodromes réservées aux poneys et aux drivers juniors qui s'appelle le Trot Top Tour

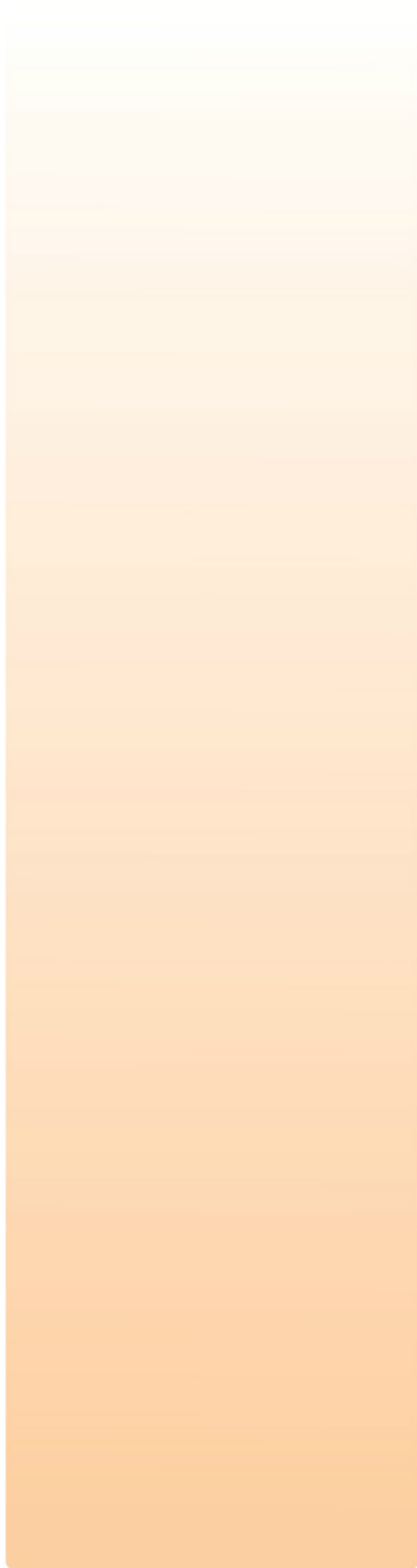
Voir www.ffe.com. Taper Trot Top Tour dans le moteur de recherche.



À retenir

- ▶ LES PRINCIPALES FAMILLES DE CHEVAUX SONT LES CHEVAUX DE SELLE, LES CHEVAUX DE COURSE, LES CHEVAUX DE TRAIT ET LES PONEYS.

Notes



A series of horizontal dotted lines for writing notes.



3

S'occuper du cheval

CÔTOYER LE CHEVAL, LE SOIGNER, SE DÉPLACER AVEC LUI POUR REJOINDRE SES LIEUX DE VIE, L'ATTACHER, ENTREtenir SON MATÉRIEL, LE NOURRIR SONT AUTANT DE MOMENTS PRIVILÉGIÉS PASSÉS EN SA COMPAGNIE. CE SONT DES OCCASIONS IDÉALES POUR BIEN L'OBSERVER ET APPRENDRE À MIEUX ANTICIPER SES RÉACTIONS. AUTANT DE SAVOIR-FAIRE À METTRE EN PRATIQUE LORS D'UN STAGE.

Distribuer les aliments	32
Faire un nœud d'attache	32
Aborder un cheval ou un poney en liberté	33
Franchir une clôture électrique avec son cheval ou son poney en main	34
Faire entrer le cheval dans son boxe, son pré ou sa stabulation	35
Lâcher le cheval	35
Effectuer le pansage du cheval	36
Curer les pieds antérieurs	38
Prendre un postérieur	39
Mettre le filet	40
Vérifier le réglage du filet	40
Les parties du filet	41
Mettre la selle	42
Entretien de la selle	43



Les mesures permettent de doser les rations.



- ▶ Distribuer les aliments aux chevaux se fait avec un responsable qui précise quoi faire, comment faire et en quelle quantité.
- ▶ Éviter d'approcher un cheval pendant son repas.
- ▶ Alerter le responsable si l'on constate que le cheval se désintéresse de la nourriture. C'est souvent un signe inquiétant.

Distribuer les aliments

Les rations de granulés ou de céréales de chaque cheval sont généralement affichées sur la porte de son boxe ou à l'entrée de sa stalle. Elles sont réparties en deux ou trois repas donnés régulièrement. Les rations sont souvent indiquées en litres, en relation avec le volume de la mesure utilisée pour les distribuer. La nourriture se met dans la mangeoire, après avoir vérifié qu'elle est propre.

Il faut donner la ration prévue. Suralimenter un cheval ou un poney peut lui occasionner de sérieux problèmes de santé.

Le foin se distribue en petite quantité, en le plaçant de façon à éviter qu'il soit piétiné.

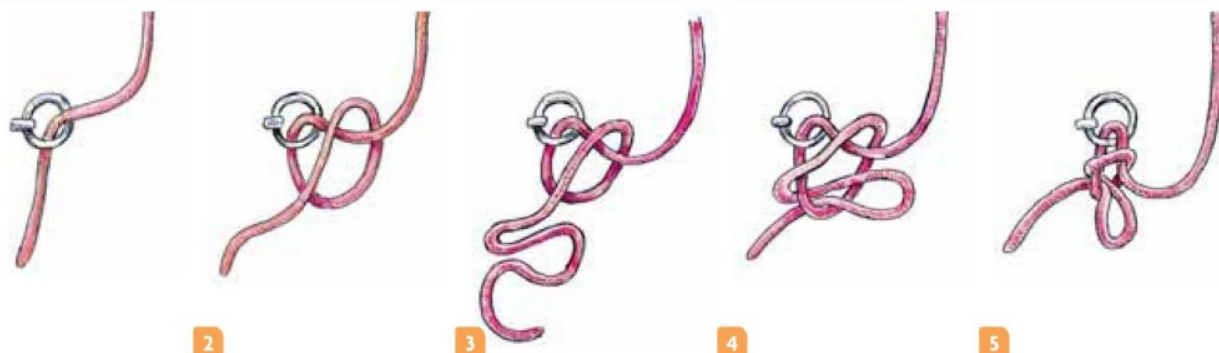
Les chevaux peuvent être excités au moment de la distribution de la nourriture. Il faut rester vigilant et savoir exiger qu'ils restent à distance lors de la distribution.

Il faut éviter de faire durer trop longtemps la distribution et de stationner inutilement devant ou dans un boxe. Cela peut agacer le cheval de ne pas recevoir sa ration rapidement.

À retenir

- ➔ LES ALIMENTS SE DISTRIBUENT DANS DES MANGEOIRES PROPRES.
- ➔ IL FAUT DISTRIBUER LES ALIMENTS RAPIDEMENT, EN ÉVITANT DE FAIRE ATTENDRE LE CHEVAL.
- ➔ IL FAUT LAISSER LE CHEVAL MANGER TRANQUILLEMENT.

Faire un noeud d'attache



- 1 Passer la longe de haut en bas dans l'anneau.
- 2 Passer la partie inférieure de la longe par-dessus la partie qui tient le cheval.
- 3 Faire une boucle avec le pendant.
- 4 Passer cette boucle à l'intérieur de la première boucle et tirer la corde vers le licol.
- 5 Le nœud est terminé. Pour défaire le nœud, tirer le bout de la longe vers le bas.

Aborder un cheval ou un poney en liberté

L'abord d'un cheval en stabulation, au paddock ou au pré ne diffère pas fondamentalement de celui d'un cheval au boxe, la différence majeure est que le cheval ou le poney peut s'en aller.



1



2



3



4

- 1 Aller tranquillement vers le cheval, sans précipitation. Capter son attention en lui parlant « Viens » par exemple.
- 2 Laisser le cheval s'habituer progressivement à une présence humaine en n'entrant pas trop vite dans son espace rapproché. Etablir le contact en lui caressant l'épaule ou l'encolure.
- 3 Se placer près de sa tête à gauche et lui mettre le licol.
- 4 Boucler le licol.



Chevaux à l'étape attachés à distance régulière, lors d'une randonnée.



Franchir une clôture électrique avec son cheval ou son poney en main

Franchir une clôture électrique avec son cheval en main exige des précautions pour éviter le contact avec la clôture.



- 1 Tenir la longe courte avec la main droite pour avoir le contrôle du cheval. L'arrêter à environ un mètre de la clôture. Avancer vers la clôture en le maintenant à distance.
- 2 Prendre la poignée du bas avec la main gauche pour la mettre sur le fil du haut. Prendre la poignée du haut et ouvrir la clôture.
- 3 S'avancer en faisant demi-tour et en s'écartant, afin d'éloigner le fil. Faire avancer le cheval dans le passage ouvert. Lorsqu'il a dépassé d'environ 2 mètres le niveau de la clôture, lui demander de s'arrêter et de faire demi-tour.
- 4 Arrêter son cheval à un mètre de la clôture pour la refermer sans risque qu'il touche le fil. Fermer la poignée du haut.
- 5 Fermer la poignée du bas.

À retenir

- ➔ LE CAVALIER PIVOTE AUTOUR DE LA POIGNÉE DE LA CLÔTURE EN TENDANT BIEN LE FIL ET EN LE MAINTENANT HAUT.
- ➔ LE CHEVAL PASSE, PUIS FAIT DEMI-TOUR POUR QUE LE CAVALIER PUISSE REFERMER LA CLÔTURE.
- ➔ IL NE FAUT JAMAIS LAISSER UN FIL DE CLÔTURE ÉLECTRIQUE TRAÎNER PAR TERRE. CELA PEUT ÊTRE DANGEREUX.

Faire entrer le cheval dans son boxe, son pré ou sa stabulation

Les premières étapes sont identiques à ce que l'on fait pour franchir une clôture électrique.

- Demander au cheval de s'arrêter à environ 1 mètre de la porte ou de la barrière.
- Ouvrir la porte ou la barrière en grand afin qu'il puisse passer facilement.
- Se positionner à côté de lui, puis lui demander d'avancer au pas bien droit.
- Lui faire franchir la porte et continuer à avancer tout droit en l'accompagnant jusqu'à ce que tout son corps soit dans le nouvel espace.
- Lui faire faire demi-tour pour fermer la porte ou la barrière et lui imposer un arrêt.

Lâcher le cheval

Il faut se placer à côté du cheval, du côté gauche, au niveau de son épaule, pour le libérer.



- 1 Lui faire déplacer légèrement la tête vers soi. Déboucler le licol, la longe ou la sous-gorge.
- 2 Enlever le licol ou le filet.
- 3 S'éloigner progressivement du cheval en restant vigilant.
- 4 Sortir et refermer la porte ou la barrière.



- ▶ Ne pas détacher immédiatement le licol pour apprendre au cheval à ne pas vouloir s'enfuir avec hâte. C'est au cavalier de s'éloigner du cheval, pas au cheval de s'enfuir.
- ▶ Être toujours extrêmement prudent au moment où le cheval se retrouve en liberté. Il peut faire des bonds de gaieté. Ne pas rester près de lui pour ne pas risquer d'être bousculé.



Se placer de côté pour démêler la queue

Effectuer le pansage du cheval

Le pansage est la toilette quotidienne du cheval. C'est important pour son hygiène. C'est l'occasion de vérifier son état de santé et de déceler des blessures ou des problèmes de peau. C'est aussi une question de bien-être et de respect.

Le pansage s'effectue avant et après avoir monté le cheval. Avant, cela permet de le nettoyer, de prendre contact avec lui et d'entrer en relation, en cherchant à percevoir son tempérament et s'il apprécie ou non les caresses. Après, cela permet de le nettoyer et de contrôler que rien ne le gêne.

Le pansage s'effectue, soit dans le boxe, soit dans une aire dédiée, équipée pour pouvoir attacher les chevaux et s'en occuper confortablement et en sécurité.

L'étrille, le bouchon, la brosse douce et le cure-pied constituent l'essentiel du matériel de pansage et permettent d'assurer l'hygiène quotidienne du cheval.

► L'ÉTRILLE

Le pansage commence par l'étrille. Il existe différents modèles d'étrilles à picots ou à crans, en fer ou en plastique.

L'étrille sert à décoller le poil : poussière, sueur ou traces de boue séchée. Elle stimule la circulation sanguine.

Elle se passe sur toutes les parties charnues d'un geste rotatif.

Il faut nettoyer l'étrille en la frottant avec un bouchon ou en la tapant au sol, pas contre un mur qui en conserverait la trace.



Les anneaux d'attache ont une longue histoire. Il en reste encore beaucoup près des auberges, des places de village, dans les châteaux. C'est le souvenir de l'époque où tous les grands déplacements se faisaient à cheval. La plupart des anneaux sont scellés dans les murs, mais parfois ils sont dans des pierres au sol ou près d'anciens abreuvoirs. A repérer en randonnée.



► LE BOUCHON

Le pansage se poursuit en passant le bouchon qui est une brosse, de type brosse en chiendent, à plus ou moins longs poils, plus ou moins durs.

Il sert à enlever la poussière. Il se passe énergiquement sur toutes les parties charnues.

Commencer par l'encolure et se diriger progressivement vers l'arrière du cheval. Il faut être plus doux pour les parties sensibles ou osseuses, comme la tête ou les membres.

Toujours terminer dans le sens du poil. Si le bouchon n'est pas trop dur, on peut l'utiliser délicatement sur la tête. Il vaut mieux éviter de l'utiliser pour les crins, car il en arrache trop.

Les longs crins se démêlent à la main.



► LA BROSSE DOUCE

Le pansage se termine par la brosse douce qui est une brosse à poils courts et soyeux.

Elle sert à brosser les parties sensibles de la tête et à lustrer la robe du cheval. Le cavalier tient la brosse douce dans une main et l'étrille dans l'autre.

Il effectue un mouvement en 3 temps :

- Passer la brosse douce à rebrousse-poil pour enlever la poussière.
- Repasser la brosse douce dans le sens du poil pour prendre la poussière sur la brosse.
- Frotter la brosse douce contre l'étrille pour faire tomber la poussière de la brosse.

Ce mouvement est à recommencer sur tout le corps du cheval, jusqu'à ce qu'il soit propre et brillant.



À retenir

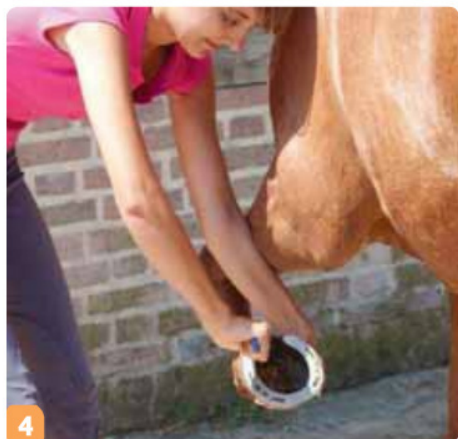
- ➔ LE PANSAGE S'EFFECTUE AVANT ET APRÈS AVOIR MONTÉ LE CHEVAL.
- ➔ ON PASSE DANS L'ORDRE L'ÉTRILLE, LE BOUCHON ET LA BROSSE DOUCE
- ➔ CRINIÈRE ET QUEUE SE DÉMÈLENT À LA MAIN.



2



3



4



5

Curer les pieds antérieurs

Curer les pieds signifie nettoyer le dessous du pied du cheval. Cela permet d'enlever tout ce qui peut se coincer sous le sabot et provoquer une blessure. Les pieds se curent avant de monter le cheval et après l'avoir monté.



1

Pour curer l'antérieur gauche :

- 1** Attacher le cheval.
Se placer au niveau de son épaule gauche de côté et face à la croupe.
Poser la main gauche sur son épaule, puis descendre le long de son membre jusqu'au boulet.
- 2** Lui demander son pied avec la voix, toujours avec un même mot.
- 3** Dès que le cheval donne son pied, soulever le sabot avec la main gauche et le tenir en passant la main par l'intérieur.
- 4** Curer le pied avec la main droite : retirer terre, crottin, sable et autres des lacunes et de la sole avec le cure-pied.
- 5** Terminer le nettoyage en brossant le pied.

Si le cheval porte tout son poids sur l'antérieur gauche, s'appuyer franchement sur lui avec son épaule gauche et le pousser afin de reporter son poids vers la droite.

Pour curer le pied antérieur droit, changer de côté et procéder de la même manière. Mettre des gants pour curer les pieds permet de se protéger.

Prendre un postérieur



1



2



3



4

Pour prendre le pied postérieur gauche du cheval :

- 1 Se placer au niveau de son arrière-main, en étant orienté vers l'arrière.
- 2 Poser sa main gauche sur la croupe, puis descendre le long du membre.
- 3 Saisir le boulet par l'intérieur.
- 4 Lui demander son pied en gardant toujours un contact physique avec la main. Le prendre à pleine main, dès qu'il le donne.

Pour prendre le postérieur droit, faire la même chose de l'autre côté.

Beaucoup de chevaux et de poneys savent donner leur postérieur droit croisé, le cavalier reste à gauche et demande le postérieur en le prenant croisé devant le postérieur gauche.

Il faut éviter de trop plier le postérieur du cheval ou de l'écarter pour ne pas forcer sur l'articulation. L'inconfort peut inciter le cheval à reprendre son postérieur.



Curer l'antérieur droit



Les différents cure-pieds

À retenir

- ➔ TOUJOURS SE PLACER SUR LE CÔTÉ DU CHEVAL POUR LUI CURER LES PIEDS.
- ➔ POUR LUI PRENDRE UN PIED, TOUJOURS COMMENCER PAR POSER SA MAIN SUR L'ÉPAULE OU LA CROUPE ET LA DESCENDRE PROGRESSIVEMENT EN CONSERVANT UN CONTACT PERMANENT.
- ➔ VEILLER À NE PAS ÉCARTER LES MEMBRES POUR NE PAS FORCER SUR LES ARTICULATIONS.



1



2



3a



3b



4a



4b

Mettre le filet

Les boucles à fermer ou à ouvrir étant du côté gauche, le filet se met et s'enlève toujours en se plaçant à gauche de la tête du cheval.

- 1 Passer les rênes par-dessus l'encolure.
- 2 Déboucler le licol afin de dégager le bout du nez du cheval et le reboucler autour de l'encolure en collier. Ainsi le cheval reste attaché pendant que l'on met le filet.
- 3 Prendre le filet, soit en tenant les 2 montants avec la main droite (cavalière en bleu), soit en tenant la têtère avec la main droite (cavalière en rose). Le frontal et la muserolle doivent se trouver vers l'avant. Prendre le mors dans la main gauche. Le présenter devant la bouche du cheval sans appuyer sur les dents. Demander au cheval d'ouvrir la bouche en glissant son pouce dans la commissure des lèvres là où il n'y a pas de dents. Dès qu'il ouvre la bouche, faire entrer le mors, en remontant la main droite et en veillant à ne pas cogner le mors contre les dents.
- 4 Porter la têtère au niveau du front. Faire glisser délicatement la têtère par-dessus les oreilles, l'une après l'autre.
- 5 Faire passer le toupet par-dessus le frontal, en séparant crinière et toupet.
- 6 Boucler la sous-gorge sans la serrer et la muserolle, si le filet en a une.



5



6

Vérifier le réglage du filet

Vérifier que le filet est d'aplomb en se plaçant devant la tête du cheval. Rééquilibrer si nécessaire le filet en le faisant coulisser vers la gauche ou vers la droite.

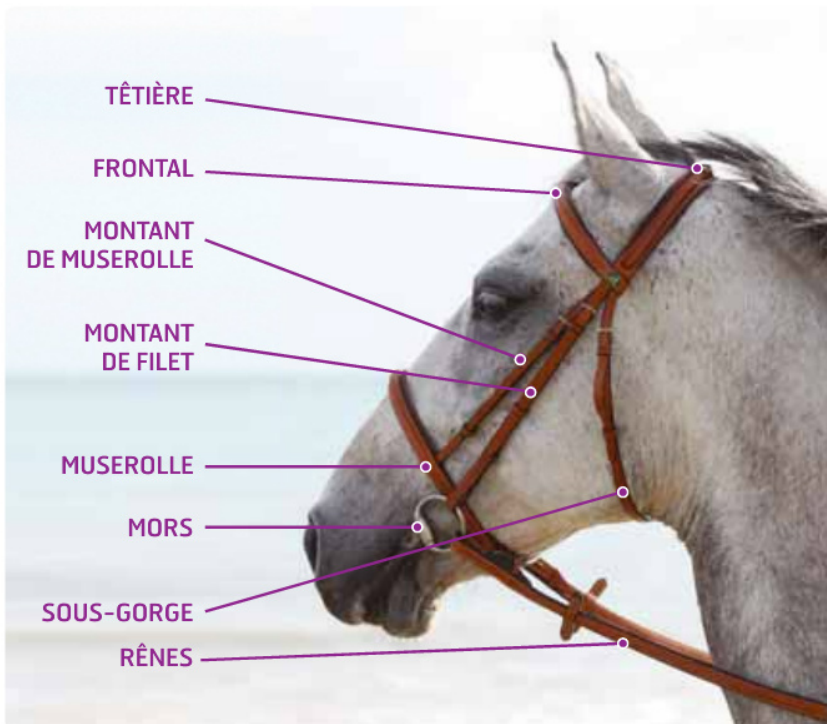
Le mors doit être en contact avec la commissure des lèvres sans la comprimer. Si ce n'est pas le cas, prévenir le moniteur.



*Vous avez vu nos filets : trop court, trop long, trop à droite, trop à gauche !
Faut pas confondre cool et débraillé !!!*

Les parties du filet

Le filet est le harnachement de base utilisé pour guider ou arrêter le cheval quand on le monte. Il peut aussi être appelé bridon. Il comporte une muserolle qui peut être de différents modèles.



TÊTIÈRE

FRONTAL

MONTANT DE MUSEROLLE

MONTANT DE FILET

MUSEROLLE

MORS

SOUS-GORGE

RÈNES



Muserolle française



Muserolle allemande



Muserolle combinée

À retenir

- ➔ METTRE LE POUCE SUR LA BARRE POUR DEMANDER AU CHEVAL D'OUVRIR SA BOUCHE.
- ➔ AGIR DÉLICATEMENT QUAND ON MET LE FILET.
- ➔ LES MUSEROLLES LES PLUS COURANTES SONT LA MUSEROLLE FRANÇAISE, LA MUSEROLLE ALLEMANDE ET LA MUSEROLLE COMBINÉE.



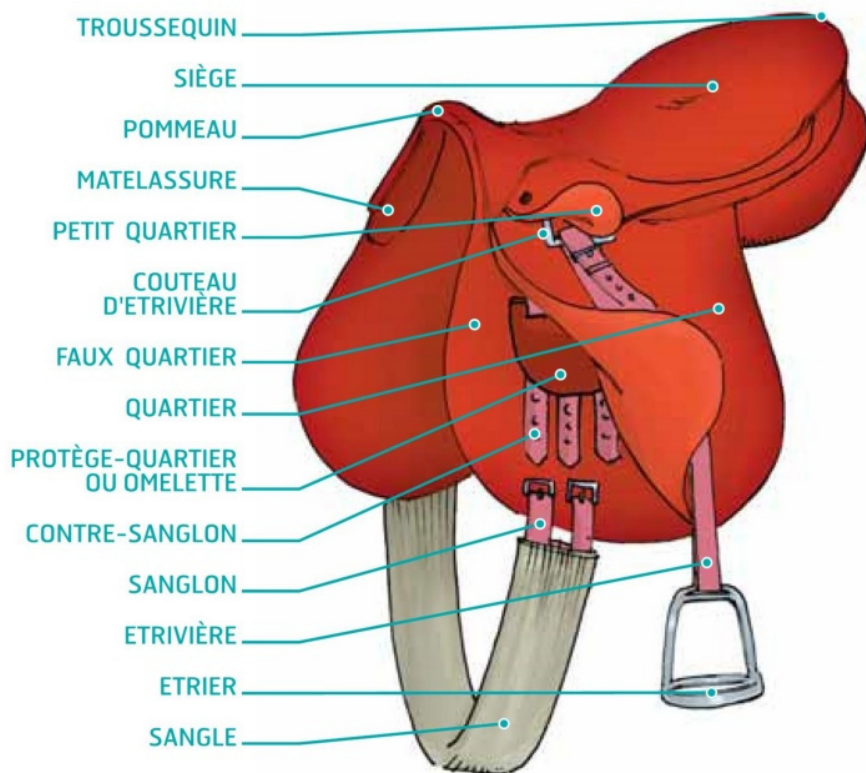
Mettre la selle

Le cheval est sellé à l'attache.

- 1 Commencer par mettre en place le tapis de selle. Il se pose délicatement sur le dos du cheval, en avant du garrot, puis on le glisse vers l'arrière pour le mettre en place en lissant le poil du cheval. Le garrot doit rester recouvert. Il faut vérifier que le tapis est bien à plat et qu'il ne fait pas de pli.
- 2 Placer éventuellement le pad ou l'amortisseur.
- 3 Prendre la selle en écartant bien les quartiers. Se placer du côté gauche du cheval, main gauche sous le pommeau vers l'avant et main droite sous le trousséquin. Soulever la selle au-dessus du corps du cheval, suffisamment haut pour ne pas faire bouger le tapis de selle. Poser la selle délicatement sur le dos, par-dessus le tapis.
- 4 Dégarroter c'est-à-dire, surélever le tapis au niveau du pommeau de la selle afin qu'il n'exerce aucune pression sur le garrot du cheval. On doit pouvoir passer au minimum deux doigts entre le sommet du garrot et le tapis de selle.
- 5 Passer du côté droit. Vérifier que le tapis de selle, les quartiers et les faux quartiers sont bien à plat. Faire glisser doucement la sangle du côté droit du cheval en veillant à ce que sanglons ne viennent pas heurter les membres.
- 6 Repasser du côté gauche, prendre la sangle sous le corps du cheval, la tirer vers soi bien à plat, puis boucler la sangle.
- 7 Vérifier que la sangle est bien sur son plat, qu'elle est placée à une largeur de main des antérieurs et que la peau ne plisse pas. Ressangler en serrant normalement. Il faudra vérifier le sanglage, juste avant de monter et une fois en selle.



Entretien la selle



DA

La selle du cheval est en général en cuir. L'entretien permet de lui conserver toute sa souplesse et d'assurer sa longévité.

Commencer par enlever la sangle et les étrivières. Enlever la boue ou la sueur séchée, puis nettoyer le cuir avec du savon glyciné et une éponge humide.

Procéder de la même façon pour les sangles et les étrivières en cuir.

A intervalles réguliers, le cuir peut être nourri avec un produit spécial, graisse ou cire.

Si c'est une sangle textile, la brosser énergiquement lorsqu'elle est sèche pour bien la nettoyer. Il est aussi possible de la laver à l'eau savonneuse, mais il faudra la rincer et bien la faire sécher avant de la réutiliser.

À retenir

- ➔ TOUJOURS VÉRIFIER QUE LE MATÉRIEL EST BIEN À PLAT, TAPIS, SANGLE, SANGLONS...
- ➔ LE POMMEAU NE DOIT JAMAIS TOUCHER NI COMPRIMER LE GARROT.
- ➔ POUR LE CONFORT DU CHEVAL, IL FAUT BIEN DÉGARROTTER TAPIS ET PAD.
- ➔ LA SELLE ET LA SANGLE S'ENTRETIENNENT RÉGULIÈREMENT POUR LES CONSERVER EN BON ÉTAT.

En savoir +

Les tapis et les pads sont des protections.

- ▶ Le tapis protège le dos du cheval des frottements et il préserve le cuir de la selle en absorbant la transpiration.
- ▶ Les pads protègent le garrot et absorbent les chocs. Ils sont plus épais qu'un tapis. Il en existe en différentes matières, gels, mousses...
- ▶ Les amortisseurs protègent le dos. Ils se mettent entre le tapis et la selle.

Notes

A series of horizontal dotted lines for writing notes.



4

Pratique équestre à pied

SE DÉPLACER AVEC LE CHEVAL, LE FAIRE RECULER, LUI DEMANDER DE DÉPLACER LA TÊTE, LES ÉPAULES OU LES HANCHES. OU COMMENT AGIR, RÉSISTER PUIS CÉDER, LES 3 MOTS CLÉS POUR LES 3 TEMPS DÉCISIFS DANS LES EXERCICES DE PRATIQUE À PIED. CE CHAPITRE APPREND À METTRE EN PLACE LES BONS CODES QUI FONT QUE CHEVAL ET CAVALIER ONT CHACUN LEUR ESPACE, DANS UNE BONNE RELATION DE CONFIANCE ET DE COMPRÉHENSION.

Mener le cheval en main	46
Déplacer la tête du cheval.....	48
Déplacer les épaules ou les hanches du cheval.....	49



Mener le cheval en main

▶ ALTERNER LIGNES DROITES ET COURBES AU PAS

Mener le cheval en main sur un tracé précis peut se faire en licol ou en filet. Le but est d'obtenir et de conserver une relation confiante, respectueuse et attentive avec son cheval ou son poney en main.

Attentif, le cheval se règle sur la vitesse et la direction des déplacements de son cavalier qui le mène en main avec aisance et sécurité dans toutes les situations. Quand le cheval obéit, il respecte son cavalier.

CE QU'IL FAUT FAIRE

- Se positionner à gauche du cheval entre la tête et l'épaule.
- Tenir la longe ou les rênes avec la main droite à une vingtaine de centimètres.
- La longe ou le flot des rênes se tiennent dans la main gauche.
- Indiquer au cheval la direction à suivre, par actions discontinues avec la main droite si besoin.
- Marcher à son côté en le surveillant régulièrement, la longe ou les rênes au contact.
- Pour avancer vers la gauche, aller vers la gauche et déporter la main vers l'avant et vers la gauche.

CE QU'IL NE FAUT PAS FAIRE

- Se tenir trop loin devant le cheval pour éviter qu'il échappe à l'écoute de son cavalier.
- Se tenir trop en retrait au niveau de son épaule pour ne pas lui laisser croire qu'il n'est plus dirigé.
- Tirer sur la longe en permanence. Le cheval ne sait plus quoi faire, cela lui fait mal et il peut se défendre.
- Laisser le cheval s'appuyer vers soi. Cela peut mener à se faire marcher sur les pieds et à se laisser emmener par le cheval sans le contrôler.
- Se laisser dépasser. Le cheval échappe à l'écoute de son cavalier.



- ▶ Rappel : la prudence exige de ne jamais enrouler une longe autour de la main, du poignet ou des doigts.



Si le cavalier est précis dans la gradation de ses actions, le cheval se mettra de plus en plus à l'écoute des indications données, d'abord par le langage corporel du cavalier, puis par ses actions sur la longe ou les rênes. Attentif et tonique, le cheval se mettra en mouvement ou s'arrêtera à la moindre intention.

► TROTTER EN MAIN

Le passage du pas au trot se demande en donnant l'ordre «trotte» d'une voix stimulante ou d'un claquement de langue et en marquant nettement une montée en énergie dans la marche ou la course du cavalier. La main donne aussi l'indication en orientant le contact de la longe ou des rênes vers l'avant.

Le cavalier court ou fait de très grands pas pour que la vitesse soit suffisante, mais ne se laisse pas dépasser. Dès que le cheval trotte, la main cède, prête à agir, au simple contact avec la longe ou les rênes.

Pour repasser au pas, diminuer sensiblement son énergie et ralentir sa course en accompagnant la demande de l'ordre « ooooh-pas ! » Laisser la longe se tendre si le cheval ou le poney ne se coordonne pas au ralentissement du cavalier, puis porter la main droite vers l'arrière en exerçant une tension franche et répétée, si le cheval ne ralentit pas. Dès que le cheval repasse au pas, la main cède et la longe ou les rênes reviennent au simple contact sans tension.

L'idéal est que le cheval réponde au comportement de son cavalier.



► FAIRE RECULER SON CHEVAL DE 2 PAS MINIMUM

Faire reculer son cheval peut être utile dans beaucoup de situations de la vie quotidienne. C'est aussi un exercice très utile pour apprendre à doser ses actions afin d'être efficace, lorsqu'on déplace son cheval ou qu'on l'éloigne de soi, mais en faisant « le moins pour obtenir le plus. »

- Se placer devant le cheval, légèrement à gauche ou à droite de sa tête afin de ne jamais être dans sa trajectoire, en veillant à conserver son encolure droite.
- S'avancer vers lui en gardant le bras tendu.
- Exercer une pression sur la longe ou sur les rênes, en étant progressif, du contact très doux, quelques grammes seulement, à un contact plus ferme.
- L'action doit augmenter tant que le cheval ne bouge pas.
- Dès qu'il fait un pas vers l'arrière, cesser d'exercer la pression en cédant.

Attention : Ne pas laisser le cheval pousser le cavalier, le bousculer ou venir se gratter sur lui.

Lorsque le cheval fait mieux, au fur et à mesure des répétitions, devient plus attentif et plus léger, sans anticiper, le cavalier a la preuve qu'il est compris.



Déplacer la tête du cheval

Déplacer la tête, les épaules ou les hanches du cheval est très utile dans de multiples situations. S'y exercer permet au cavalier d'apprendre à agir, à doser ses actions et à percevoir les réponses du cheval qui apprend à céder à des pressions exercées sur lui, au lieu de suivre sa tendance d'opposition.

Ces déplacements se demandent simplement avec une pression de la main. Si le cheval résiste, il faut poursuivre l'action et la doser en fonction de la résistance constatée. Dès que le cheval donne la bonne réponse à la demande et cède, il faut cesser toute pression et le récompenser par une caresse.

► DÉPLACER LA TÊTE VERS LE HAUT

- Se positionner du côté gauche du cheval, au premier tiers de l'encolure.
- Prendre la tête du cheval par-dessous et exercer une action vers le haut.
- Dès que le cheval lève un tant soit peu la tête, céder immédiatement.
- Recommencer en plusieurs actions discontinues.



► DÉPLACER LA TÊTE VERS LE BAS

- Se positionner du côté gauche du cheval, au premier tiers de l'encolure, la main tenant la longe du licol, à une trentaine de centimètres de la tête.
- Résister en exerçant une légère pression sur la longe.
- Dès que la résistance diminue et que le cheval baisse la tête, céder immédiatement.
- Il est possible d'accentuer l'action exercée par le licol en appuyant sa main droite sur la nuque.
- Recommencer en plusieurs actions discontinues.



► DÉPLACER LA TÊTE À DROITE ET À GAUCHE

- Le cavalier se place à gauche du cheval, à la hauteur de son épaule, avec la main gauche posée sur le chanfrein.
- Pour déplacer la tête à droite, il demande une flexion de la tête vers la droite en agissant avec la main pour pousser le chanfrein vers la droite.
- Pour déplacer la tête à gauche, il demande une flexion de la tête vers la gauche en agissant avec la main pour amener le chanfrein vers la gauche.



Déplacer les épaules ou les hanches du cheval

Pouvoir déplacer les épaules et les hanches de son cheval avec facilité est très utile aussi bien au boxe que pour placer son cheval à côté du montoir.

S'y exercer permet au cavalier d'apprendre à agir, à doser ses actions et à percevoir les réponses du cheval. L'exercice se fait symétriquement, les épaules et les hanches étant mobilisées alternativement vers la droite et vers la gauche.

Il faut le répéter jusqu'à ce que les demandes du cavalier soient bien dosées et que le cheval y réponde avec aisance. Ensuite, il faut refaire régulièrement l'exercice pour entretenir les bons réflexes.

► DÉPLACER SES ÉPAULES

À l'arrêt, positionné du côté gauche du cheval à mi-encolure, lui demander de déplacer ses épaules vers la droite. Amener sa tête légèrement à gauche. Lui demander de déplacer son épaule gauche d'un pas vers la droite, par la voix et en touchant son épaule gauche avec la main droite.

L'empêcher d'aller vers l'avant avec la main gauche.

Céder dès qu'il déplace ses épaules vers la droite et le récompenser par une caresse.

► DÉPLACER SES HANCHES

LE CHEVAL À L'ATTACHE

Se positionner du côté gauche du cheval pour déplacer les hanches vers la droite. Toucher la croupe du cheval légèrement en arrière et plus bas que la pointe de sa hanche avec sa main droite.

Dès que le cheval cède et déplace sa croupe d'un pas, cesser toute action et le récompenser par une caresse.

Répéter l'exercice jusqu'à ce qu'il ait compris et qu'il se pousse dès que la main lui demande.

LE CHEVAL TENU EN MAIN

Lorsque l'exercice est bien assimilé et exécuté à l'attache, il est possible de l'effectuer en tenant le cheval en main. Il faut faire comprendre au cheval qu'il doit bouger sa croupe et non partir vers l'avant.

Amener la tête du cheval légèrement vers soi, la longe ajustée prête à agir. Lui demander de bouger ses hanches d'un pas. L'empêcher d'aller vers l'avant ou de côté avec la main qui tient la longe, en maintenant simultanément la pression sur sa hanche.

Céder dès qu'il déplace ses hanches et le récompenser par une caresse.

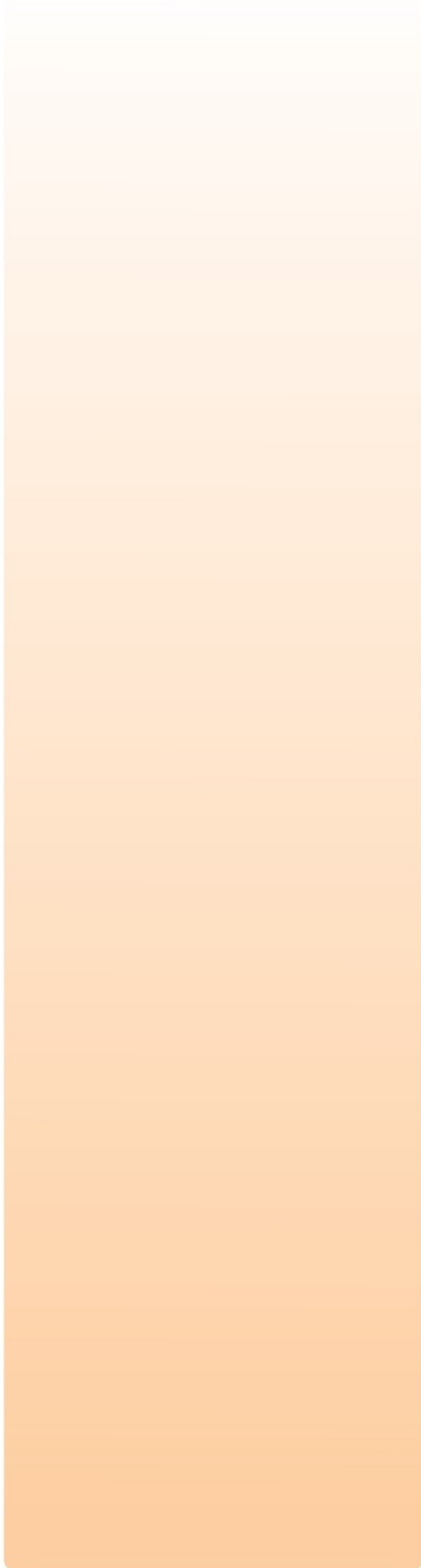


La cavalière demande au cheval de bouger ses épaules.



La cavalière demande au cheval de bouger ses hanches.

Notes



A series of horizontal dotted lines for writing notes, spanning the width of the page.

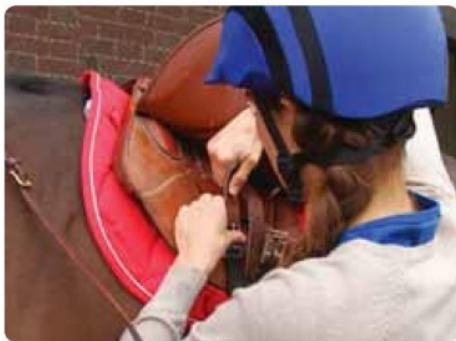


5

Pratique équestre à cheval

MULTIPLIER LES CHANGEMENTS DE DIRECTION, D'ALLURE, DE SITUATION, ALTERNER LES POSITIONS, S'EXERCER AUX TRANSITIONS VOUS PERMETTRONT D'ACQUÉRIR L'AISANCE AUX TROIS ALLURES. AUTANT D'EXERCICES NÉCESSAIRES POUR DIRIGER VOTRE CHEVAL EN TOUTES CIRCONSTANCES.

Régler ses étriers, ressangler et se mettre à cheval.....	52
Utiliser les aides pour avancer.....	54
Trotter et galoper assis dans une bonne posture.....	56
Lâcher les rênes, les reprendre et les ajuster au trot.....	57
Diriger au pas et au trot sur un tracé défini.....	58
Partir au galop.....	58
Maintenir le galop.....	58
Alterner l'équilibre assis et sur les étriers au pas, au trot et au galop.....	59
Changer d'allure sur des transitions simples et progressives.....	60
Sauter un petit obstacle sur la piste au trot et au galop.....	61



Régler ses étriers, ressangler et se mettre à cheval

Au Galop®1, vous avez appris à régler vos étriers, ressangler et vous mettre en selle avec une aide. Vous devez maintenant le faire seul. Rappel des principales étapes. Voir *Guide Fédéral Galop®1* p 44.

► RÉGLER LES ÉTRIERS À PIED

Descendre l'étrier gauche le long de l'étrivière. Ajuster la longueur en prenant un repère avec la longueur de son bras. Puis remonter la boucle au maximum pour éviter toute gêne. Faire la même chose de l'autre côté, en passant devant le cheval et sans lâcher les rênes.

Sécurité



Se mettre en selle

- Toujours commencer par ajuster les rênes, afin de garder le cheval immobile.
- Faire attention à ne pas toucher les flancs ni la croupe du cheval, avec son pied.
- Ne pas « piquer » la pointe du pied gauche dans les côtes.
- S'asseoir délicatement, pour ne pas surprendre le cheval ou lui faire mal au dos.
- Il faut toujours vérifier la sangle au minimum 3 fois : quand on vient de la mettre, avant de monter et une fois en selle. Cela évite que la selle tourne.



Vérifier que les deux étriers sont bien à la même hauteur en se plaçant devant le cheval.

► RESSANGLER AVANT DE MONTER

Se placer du côté gauche du cheval, soulever le quartier et resserrer la sangle autant que possible sans forcer.

► SE METTRE À CHEVAL

Il est préférable d'utiliser un montoir, plus confortable pour le cheval et le cavalier. Cela évite de déséquilibrer le cheval et de faire tourner la selle. Passer d'abord les rênes par-dessus l'encolure. Suivre les étapes indiquées par les photos.

À retenir

- ➔ IL FAUT TOUJOURS VEILLER À GARDER LES RÊNES AJUSTÉES, LORS DU MONTOIR, LORS DES RÉGLAGES À PIED ET LORS DU RESSANGLAGE, AU CAS OÙ LE CHEVAL BOUGERAIT.



- 1 Se placer à gauche. Avec la main gauche, tenir une poignée de crins et les 2 rênes ajustées. Engager la pointe du pied dans l'étrier et attraper le pommeau ou le troussequin avec la main droite.
- 2 Prendre appui sur sa jambe gauche et se hisser vers le haut et vers l'avant.
- 3 Passer la jambe droite par-dessus la croupe sans toucher le cheval avec le pied.
- 4 S'asseoir délicatement.

► VÉRIFIER LE SANGLAGE

Une fois à cheval, il faut vérifier le sanglage.

- 1 De préférence à l'arrêt, avancer la jambe gauche en avant du quartier de la selle.
- 2 Tenir les deux rênes dans la main droite avec une poignée de crins pour assurer son équilibre. Avec la main gauche, soulever le quartier de la selle et resserrer successivement chacun des contre-sanglons en les tirant vers le haut pour dégager l'ardillon du trou et l'engager dans le trou suivant, si besoin.



Il faut aussi savoir monter à partir du sol :

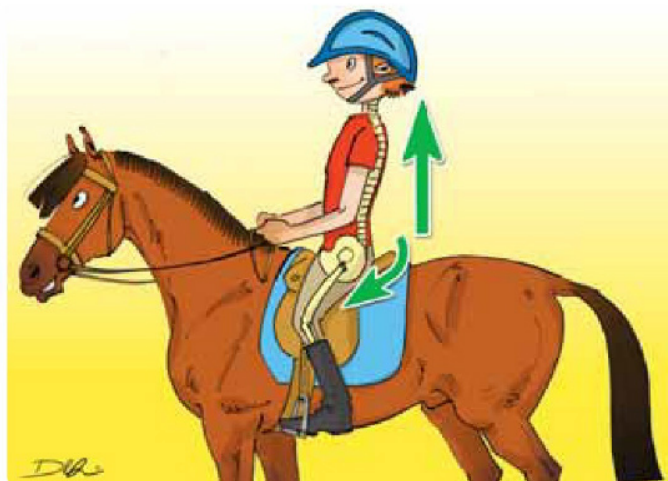


Utiliser les aides pour avancer

Les aides sont les moyens dont dispose le cavalier pour communiquer avec son cheval. Voir Galop®1 page 49. Les aides qui sont utilisées pour faire avancer le cheval, accélérer ou passer à l'allure supérieure sont principalement l'assiette et les jambes.



Assiette neutre



Assiette impulsive

► L'ASSIETTE

La bonne assiette est une qualité à rechercher.

Le terme assiette désigne :

- Les qualités d'équilibre et de stabilité du cavalier assis à cheval.
- Le moyen d'influer sur le cheval par la tonicité et l'orientation de son corps.

Cette aide du cavalier peut s'utiliser de 2 manières, longitudinalement ou latéralement.

Utilisation longitudinale

Le cavalier utilise son assiette longitudinalement, c'est-à-dire dans le sens de la longueur, pour faire avancer son cheval ou influencer sur sa vitesse et son allure :

- Il peut accompagner l'allure en liant son bassin à l'allure de manière neutre.
- Il peut l'augmenter en accentuant l'amplitude du mouvement, c'est ce qu'on appelle l'action impulsive de l'assiette. Cela s'obtient en accompagnant le mouvement de son cheval, d'arrière en avant, avec son bassin.
- Il peut la ralentir en limitant les mouvements de son bassin.

Utilisation latérale

Il peut l'utiliser latéralement, avec une action orientée de côté. Cela permet par exemple d'indiquer à son cheval une direction à suivre. Le corps du cavalier s'oriente dans la direction souhaitée.

► LES JAMBES

Les jambes agissent ensemble pour demander au cheval de passer à l'allure supérieure ou d'accélérer dans une allure. Pour cela, le cavalier presse les flancs du cheval avec les mollets, en dosant son action par rapport à ce qui est souhaité et à la réponse du cheval.

Les jambes cessent d'agir dès que le cheval répond, le cavalier les maintenant simplement au contact du cheval.



Tu as dis Hue ou Dia ???

▶ LA VOIX

Les chevaux peuvent associer des sons avec des actions. L'usage de mots et d'intonations permet de communiquer avec son cheval à pied. Ces mêmes mots et ces mêmes intonations peuvent être utilisés en selle. Le claquement de langue est fréquemment utilisé pour stimuler. Il faut cependant rester vigilant à ne pas blaser le cheval par des commandes vocales permanentes qui n'ont plus véritablement de sens.

▶ LA CRAVACHE

La cravache est une aide artificielle qui sert à renforcer l'action des jambes. Le cheval ne doit pas avoir peur de la cravache. Elle s'utilise en prenant les deux rênes dans une main et en agissant derrière la jambe. Cette association permet au cheval de mieux comprendre l'action des jambes.

L'usage de la cravache se fait avec modération et discernement.



A hue et à dia

Les conducteurs de chevaux de travail avaient l'habitude de diriger leurs chevaux à la voix. Ils disaient HUE pour demander au cheval d'aller à droite et DIA pour demander au cheval d'aller à gauche. D'où l'expression à hue et à dia pour désigner des ordres contradictoires.

À retenir

- ➔ LE CAVALIER DOIT VEILLER À CE QUE LES ACTIONS DE SES AIDES SOIENT CLAIRES ET PRÉCISES POUR QUE LE CHEVAL LES COMPRENNE BIEN.
- ➔ IL DOIT AUSSI LES DOSER POUR NE PAS BLASER SON CHEVAL OU LE TROUBLER PAR DES ACTIONS EXCESSIVES.
- ➔ IL DOIT CESSER SES ACTIONS DÈS QUE LE CHEVAL FAIT CE QUI LUI A ÉTÉ DEMANDÉ.
- ➔ ON PEUT ASSOCIER LA VOIX AUX AUTRES AIDES POUR AVANCER ET RALENTIR AFIN QUE LE CHEVAL COMPRENNE MIEUX LES ACTIONS ATTENDUES.
- ➔ ON N'UTILISE LA CRAVACHE QUE SI LE CHEVAL N'A PAS RÉPONDU AUX DEMANDES DES JAMBES.



Pas assis



Trot assis



Galop assis

Trotter et galoper assis dans une bonne posture

► LA BONNE POSTURE ASSISE

Le cavalier s'assoit d'aplomb le plus profondément possible.

Il grandit son buste vers le haut en le redressant, orienté très légèrement vers l'arrière.

Il laisse ses jambes descendre le long de la selle sans contraction.

Le cavalier assis se lie aux mouvements rythmés des allures du cheval, par le jeu de son rein et la mobilité de son bassin, dans le soutien de son buste, en effaçant ses épaules et en bombant le torse.

C'est par le développement de l'assiette que le cavalier trouve la stabilité et le confort en restant assis, confortablement lié aux mouvements des allures de son cheval au trot et au galop.

Le bassin du cavalier se mobilise dans la selle comme lorsqu'on veut agir sur une balançoire pour aller plus haut vers l'avant ou vers l'arrière. Dans le même temps, les articulations des jambes sont relâchées pour permettre de rester lié au mouvement du cheval.

CE QU'IL FAUT ÉVITER

- Se pencher en arrière ou en avant.
- Serrer ses cuisses, car cela bloque le jeu du bassin et ne permet pas de trouver le confort et le liant recherchés.
- Se cambrer, car cela bloque la souplesse du dos et peut occasionner des douleurs dorsales ou lombaires.

Les mauvaises postures limitent la possibilité de communiquer avec son cheval grâce à son assiette et d'utiliser son bassin comme aide impulsive.

► LE TROT ASSIS

Le trot est une allure sautée en deux temps.

Au trot assis, le cavalier reste assis dans sa selle, et il cherche à faire corps avec son cheval en accompagnant le mouvement du cheval avec son assiette.

Il faut penser à bien respirer pour rester relâché.

Le trot assis s'acquiert progressivement. Certains chevaux ou poneys sont plus confortables que d'autres. Le mouvement d'accompagnement du cavalier au trot assis est un mouvement avec peu d'amplitude mais dans un rythme de répétition rapide.



Monter à cheval dans une bonne position muscle le dos et les abdominaux. C'est excellent pour la santé.

Le cavalier se met au trot assis, soit à partir du pas, soit à partir du trot enlevé. Il faut se familiariser au trot assis dans un trot lent.

- A partir du pas, le cavalier demande le départ au trot avec ses jambes et en accentuant l'action de son bassin. Le cheval doit rester dans un trot lent et régulier. Le bassin se mobilise dans le rythme de l'allure en conservant un buste redressé. Il faut veiller à regarder au loin et à ne pas serrer ses jambes. Mieux vaut les laisser tomber naturellement dans le rythme du trot.
- A partir du trot enlevé, le cavalier se grandit et engage son bassin vers l'avant en reculant légèrement ses épaules. Il reste assis pendant plusieurs foulées, au lieu de s'enlever. Il peut reprendre le trot enlevé au rythme assis / debout à tout moment.

► LE GALOP ASSIS

La posture du cavalier est la même qu'au trot assis mais la mécanique de l'allure est différente. Le mouvement du cavalier au galop assis est un mouvement avec une grande amplitude, mais dans un rythme lent.

Le bassin du cavalier se mobilise, d'arrière en avant, dans le rythme basculé de l'allure par un mouvement de poussée plus naturel que dans celui du trot. C'est ce qui le rend plus facile que le trot.

Lâcher les rênes, les reprendre et les ajuster au trot

Les exercices qui permettent d'apprendre à tenir correctement les rênes de différentes façons, une rêne dans chaque main ou les deux rênes dans une main et à les ajuster, peuvent se faire au trot enlevé.

Allonger progressivement les rênes jusqu'à les tenir à une main à la couture, puis les reprendre une rêne dans chaque main en les ajustant. Vérifier de cette manière que l'on peut conserver son équilibre et le rythme du trot enlevé sans l'aide des mains et que l'on est bien maître de la longueur de ses rênes.

C'est aussi un exercice intéressant pour les chevaux ou les poneys qui doivent pouvoir rester à la même vitesse, rênes longues, sans que le cavalier soit obligé en permanence d'agir.

À retenir

- ➔ LA BONNE POSTURE ASSISE NÉCESSITE DE REDRESSER LES ÉPAULES ET DE FAIRE CORPS AVEC SON CHEVAL EN SUIVANT SON MOUVEMENT AVEC LE BASSIN.
- ➔ LES RÊNES NE SERVENT JAMAIS À SE TENIR, C'EST POURQUOI, ON PEUT LES LÂCHER, LES REPRENDRE ET LES AJUSTER.





Diriger au pas et au trot sur un tracé défini

Sur un cercle, une volte, une diagonale ou un doubler, le cavalier contrôle la direction par son action sur le couloir des rênes.

Pour diriger avec précision, le cavalier doit préparer ses mouvements et le dosage de ses actions :

Avant d'agir pour provoquer le changement de direction, le cavalier doit :

- Ajuster ses rênes afin d'avoir le contact avec la bouche du cheval.
- Regarder dans la direction vers laquelle il veut aller pour prendre ses repères et orienter son corps.

Pour demander le changement de direction :

- Ses épaules se tournent dans la direction voulue par une légère rotation du buste.
- Les mains amènent le couloir des rênes dans la direction souhaitée.
- Les jambes agissent pour maintenir le mouvement en avant.

Partir au galop

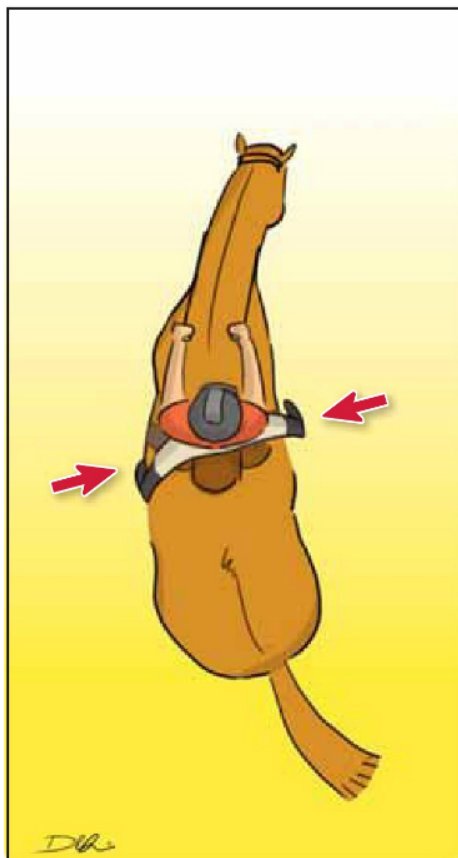
Au naturel, le galop est l'allure la plus rapide du cheval. L'éducation permet au cheval de galoper doucement et de répondre à un code pour partir au galop.

Il faut que le cheval soit attentif et allant. A partir du pas ou sans accélération au trot, la demande de départ s'effectue avec une action de l'assiette vers l'avant accompagnée d'une action des deux jambes, la jambe extérieure légèrement reculée, sans surprendre le cheval. La demande du cavalier est plus efficace si elle est faite dans une courbe ou dans un coin de la carrière ou du manège car le cheval s'y trouve dans une attitude naturellement favorable.

Maintenir le galop

Pour maintenir le galop :

- Si le cavalier est assis, il accompagne le mouvement avec son bassin, buste redressé.
- Si le cavalier est en équilibre, il reste en appui sur ses étriers près de sa selle.
- Si le cheval ralentit, il agit avec ses jambes afin de ne pas passer au trot.
- Si le cheval accélère ou va trop vite, il agit sur les rênes en fermant les doigts et en se redressant. Il faut veiller à avoir des rênes ajustées lorsqu'on a besoin de s'en servir.



Départ au galop

Alterner l'équilibre assis et sur les étriers au pas, au trot et au galop

Le cavalier peut adopter deux types de positions liées à son équilibre et à ses points d'appui.

- ▶ **La position assise** consiste à être assis dans sa selle en accompagnant les mouvements du cheval avec son bassin, les jambes naturellement descendues et le haut du corps redressé.



- ▶ **La position en équilibre sur les étriers** consiste à être en appui sur les étriers, un peu au-dessus de la selle, le buste légèrement avancé avec les genoux et les chevilles fléchis. Cette posture favorise le jeu souple des articulations hanches / genoux / chevilles qui s'ouvrent et se ferment pour amortir les mouvements provoqués par les allures du cheval.



On obtient un bon équilibre à cheval lorsqu'on est capable de se stabiliser dans l'une ou l'autre de ces positions, au pas, au trot ou au galop et de les alterner facilement en modifiant ses points d'appui, son équilibre et sa posture.



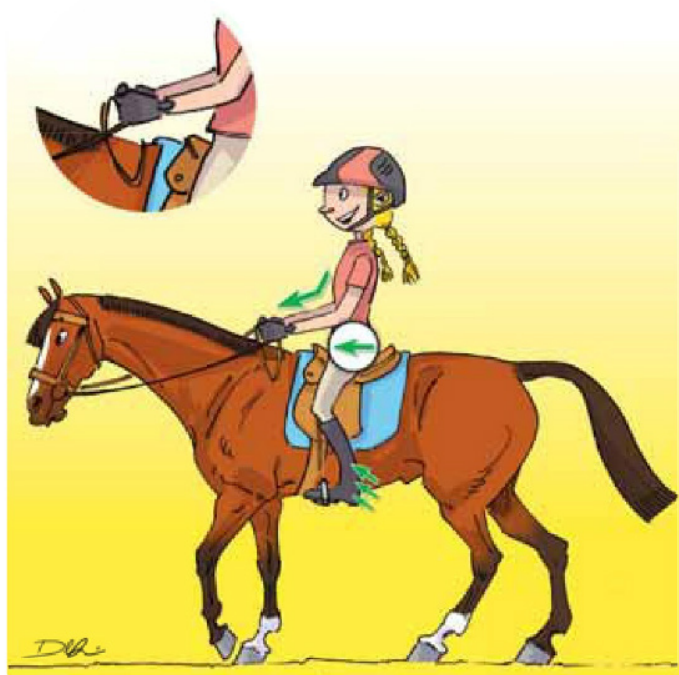
L'équilibre sur les étriers permet au cavalier d'être plus aérodynamique et plus léger sur le dos du cheval. Cela explique le choix des jockeys de course de galop qui adoptent une position rappelant celle du skieur en descente. Les jockeys de course de trot monté qui trottaient enlevé adoptent maintenant le plus souvent la position en équilibre, pour des raisons de vitesse.

À retenir

- ➔ REGARDER LOIN DEVANT PERMET D'ANTICIPER LE TRACÉ ET DE DIRIGER AVEC PRÉCISION.
- ➔ DANS TOUS LES CHANGEMENTS DE DIRECTION, ORIENTER SON CORPS ET LE COULOIR DE SES RÊNES, EN PHASE AVEC LE CHANGEMENT D'ORIENTATION DU CORPS DE SON CHEVAL.
- ➔ PARTIR AU GALOP DANS UNE COURBE EST PLUS FACILE.

Changer d'allure sur des transitions simples et progressives

S'exercer à effectuer des transitions simples et progressives permet d'affiner petit à petit l'utilisation des aides et leur dosage. Le cheval comprend rapidement que lorsque le cavalier arrête d'accompagner le mouvement de l'allure, cela précède une demande de passer à l'allure inférieure.



Transition montante



Transition descendante

► La qualité d'une transition.

Le mot transition signifie changement d'allure ou changement de vitesse dans une allure. On distingue deux grandes familles de transitions :

- Les **transitions montantes** consistent à passer à une allure supérieure, Arrêt → Pas → Trot → Galop , ou à accélérer dans la même allure.
- Les **transitions descendantes** consistent à passer à une allure inférieure, Galop → Trot → Pas → Arrêt ou à ralentir dans la même allure.

Pour réussir la transition, il est important de communiquer précisément avec le cheval. Les actions de mains, de jambes et d'assiette doivent être correctement dosées et ne pas être contradictoires.

Pour effectuer une transition montante, agir avec les jambes et avec l'assiette, les mains s'orientant vers l'avant. Les jambes agissent par une pression des mollets, juste derrière la sangle. L'assiette agit en engageant le bassin vers l'avant. Ainsi le cheval peut se porter en avant et passer dans l'allure immédiatement supérieure. Si le cheval ne répond pas à l'action des jambes, renouveler sa demande en agissant un peu plus fort ou associer une action de la cravache.

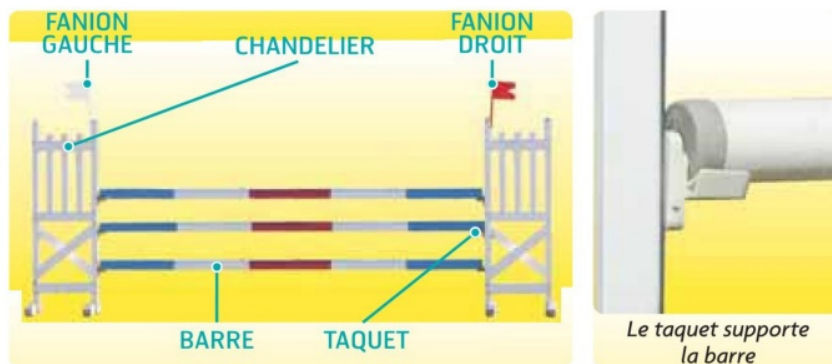
Pour effectuer une transition descendante, agir avec les rênes en redressant le haut du corps, en soutenant les poignets et en diminuant le mouvement du bassin. Les jambes sont relâchées et descendues afin de ne pas donner l'ordre contradictoire d'avancer.

Sauter un petit obstacle sur la piste au trot et au galop

Apprendre à sauter se fait en commençant par franchir de petits obstacles en se promenant dans la nature ou sur la piste du manège ou de la carrière.

► L'OBSTACLE

On appelle obstacles tous les dispositifs à franchir par un saut. Le plus courant est l'obstacle composé de barres posées sur des taquets fixés sur les chandeliers.



► LE SAUT

Au niveau du Galop®2, l'objectif est de se familiariser en confiance avec le franchissement de petits obstacles. Il s'agit de conforter son équilibre dans des situations diverses et d'y trouver stabilité et confort.

Le passage de petits obstacles se fait sans difficulté de conduite, généralement sur la piste, afin de pouvoir les franchir aisément. Il faut se mettre en équilibre et y rester.



Les fanions indiquent dans quel sens il faut franchir l'obstacle.
Le fanion rouge est à droite, le fanion blanc est à gauche.



Le saut d'obstacles

La discipline du saut d'obstacles consiste à sauter des obstacles dans un ordre défini sans faire tomber les barres. Les épreuves sont destinées à démontrer chez le cheval/poney sa franchise, sa puissance, son adresse, sa rapidité et son respect de l'obstacle et chez le cavalier, la maîtrise de son équitation.

À retenir

- ➔ LES TRANSITIONS MONTANTES PERMETTENT DE PASSER À UNE ALLURE PLUS RAPIDE OU D'ACCÉLÉRER DANS UNE ALLURE.
- ➔ LES TRANSITIONS DESCENDANTES PERMETTENT D'ALLER À UNE ALLURE MOINS RAPIDE OU DE RALENTIR DANS UNE ALLURE.
- ➔ LES BARRES DES OBSTACLES SONT POSÉES SUR DES TAQUETS, EUX-MÊMES FIXÉS SUR DES CHANDELIERS.

Notes



A series of horizontal dotted lines for taking notes, spanning the width of the page.



6

Passer son GALOP®2

PLANNING DE PROGRESSION SUR UNE ANNÉE, FICHE D'AUTO-ÉVALUATION, QCM POUR PRÉPARER SON EXAMEN, PLAN D'UN PARCOURS TYPE DE GALOP®2, PROTOCOLE DE VALIDATION, CE CHAPITRE VOUS DONNE TOUS LES OUTILS UTILES POUR FAIRE LE BILAN DE VOTRE ANNÉE D'ÉQUITATION. AVEC EN AVANT-PREMIÈRE LE PROGRAMME DU GALOP®3. TOUT POUR FAIRE LE POINT.

30 objectifs de séances pour évoluer aux 3 allures.....	64
Fiche d'auto-évaluation.....	68
Questionnaires à Choix Multiples.....	70
Réaliser un parcours type Galop®2.....	78
Exemple de protocole de validation du Galop®2.....	79

30 objectifs de séances pour évoluer aux 3 allures

La Fédération Française d'Équitation favorise la pédagogie de la réussite fondée sur l'apprentissage par objectifs. L'aménagement du milieu, l'utilisation du jeu permettent des mises en situation qui rendent le cavalier acteur de sa formation. Cette équitation douce facilite l'appropriation rapide des connaissances et des savoir-faire.

Le Galop®2 renforce les acquis du Galop®1 sur tous les plans. Il vise à développer l'autonomie du cavalier. Il réunit une trentaine d'objectifs précis qui recouvrent les trois grands domaines de compétence du cavalier :

- A ► La connaissance du cheval ou poney, de ses besoins, de ses réactions.
- B ► La maîtrise première de la situation en selle, à califourchon, l'équilibre, l'orientation et le fonctionnement du corps du cavalier.
- C ► La maîtrise de la conduite et par conséquent la capacité pour le cavalier de choisir le tracé et la vitesse de déplacement de sa monture.

Le planning des séances est organisé tout au long de l'année par l'enseignant d'équitation et comporte, chaque fois, un thème nouveau. Ce thème constitue le corps de la séance. C'est l'un des 30 objectifs du Galop®2. L'enseignant choisit l'ordre et la manière qui lui semblent les plus pertinents en fonction du contexte de la séance et des caractéristiques du groupe de cavaliers. Le reste de chaque séance est consacré à des actions destinées à renforcer les acquis. Il est courant de revenir sur les thèmes abordés lors de la séance précédente. Ces trente objectifs constituent le programme du Galop®2.

A ► J'APPROFONDIS MES COMPÉTENCES À PIED AVEC MA MONTURE

A1 J'approfondis mes compétences à pied.

Je mène mon cheval ou mon poney en main au pas et je le conduis sur un tracé prévu à l'avance. Je reproduis en selle au trot les exercices faits en main au pas.

A2 Je trotte en main et je dirige ma monture à pied au pas et au trot.

Je conduis mon cheval ou mon poney en main sur un tracé précis au pas et j'apprends à le faire trotter, restant à mes côtés, sur un tracé choisi.

A3 Je mène ma monture à pied avec maîtrise du passage du trot au pas et du pas au trot.

J'apprends à obtenir de mon cheval qu'il garde sa place par rapport à moi et réponde à mes demandes de variation d'allure entre le trot et le pas. J'apprends à obtenir des transitions franches et précises.

A4 Je déplace la tête de mon cheval dans toutes les directions.

J'apprends à manipuler mon cheval et à exercer sur lui des actions qui me permettent de placer sa tête dans toutes les directions : le haut, le bas, la droite et la gauche.

A5 Je déplace les épaules ou les hanches.

J'apprends à exercer une pression et à la doser pour faire bouger les épaules ou les hanches du cheval. J'adapte ma demande à la réponse du cheval.

B ► J'AMÉLIORE MA STABILITÉ EN SELLE, À L'ARRÊT ET EN MOUVEMENT

B1 J'apprends à régler mes étriers, à ressangler à pied et à monter. Je stabilise mon équilibre au pas lors de mouvements.

Je sais bien seller ma monture et le faire avec toutes les précautions nécessaires, je sais également ressangler sans aide avant de monter et j'apprends à faire varier le réglage des étriers et monter, d'abord aidé, puis seul. Au pas, je suis capable de varier mon équilibre, y compris en situation de jeu.

B2 J'apprends à ressangler et à régler mes étriers en selle. Je peux lâcher et reprendre mes rênes, au pas, assis et en équilibre sur les étriers.

J'apprends à ressangler et régler mes étriers en selle, d'abord en étant tenu, puis seul. Je suis capable de stabiliser mon équilibre assis et sur les étriers au pas. Je m'en assure en lâchant et reprenant mes rênes à volonté.

B3 Je me familiarise avec la position assise au trot.

En augmentant progressivement la durée des séquences, je me familiarise avec le trot assis, les jambes bien décontractées, avec et sans étriers. Je recherche la posture juste en me liant au mouvement du cheval au petit trot.

B4 J'améliore ma stabilité en selle au trot et au galop assis.

J'apprends à varier mon attitude au trot et au galop. J'apprends à m'asseoir dans ma selle en conservant les jambes décontractées, avec et sans étriers. J'apprends en même temps à m'appuyer sur les étriers pour me mettre légèrement au-dessus de ma selle et à varier ma posture en passant de l'une à l'autre aux trois allures. Je ralentis l'allure et je repasse au pas, si besoin.

B5 J'améliore mon équilibre et ma solidité en équilibre en restant dans l'allure.

J'apprends à rester en équilibre sur mes étriers et j'apprends à maîtriser ma posture dans chaque allure. Je ralentis l'allure et je repasse au pas, si besoin.

B6 J'améliore ma position en équilibre sur les étriers en changeant d'allure.

J'apprends à rester en équilibre sur mes étriers, lors de variations d'allures plus rapprochées ou répétées, avec des passages du trot au galop et inversement. Je ralentis l'allure et je repasse au pas, si besoin.

B7 J'améliore ma stabilité générale en selle dans des situations diverses.

Je suis stable et confiant. Je prends et pose des objets à des hauteurs variables, en tenant mes deux rênes dans une main. J'effectue des phases de jeu comme les deux tasses des pony-games.

B8 Je stabilise mon équilibre sur mes étriers en mouvement.

L'ensemble des mouvements des allures et des variations de direction me permettent de travailler mon équilibre au-dessus des étriers sur des variations d'allure et de direction, au pas, au trot et au galop. Si besoin, je reviens à la position assis dans la selle.

B9 Je stabilise ma position en équilibre sur des barres au sol.

Je cherche à rester stable sans contraction dans des situations variées, telles que des barres au sol, au trot, en restant stable avec des articulations des jambes qui fonctionnent bien souplement.



B10 Je renforce ma stabilité en variant d'attitude à volonté : assis en selle et en équilibre aux trois allures.

Je varie mon équilibre et ma posture aux trois allures. En cas de difficulté, je reviens à la position au contact de la selle. Il s'agit d'apprendre à passer très facilement d'une position à l'autre, en gardant la même confiance et la même aisance.

B11 Je perfectionne ma dextérité dans le maniement des rênes au trot.

Je fais des exercices de prise et de lâcher des rênes au trot assis. J'apprends à les poser et à les lâcher complètement, puis à les prendre à une main, puis l'autre, puis les deux. J'apprends à les prendre et à les ajuster très facilement. Je répète l'exercice au trot enlevé.

B12 Je contrôle la vitesse et le tracé au trot en franchissant des barres au sol.

J'enchaîne plusieurs séquences de barres au sol en me mettant en équilibre pour les franchir et en conduisant pour les aborder à la bonne vitesse et bien au milieu.

▶ OBJECTIFS SUPPLÉMENTAIRES EN OPTION

B13 J'améliore ma capacité à amortir le franchissement d'un obstacle isolé en équilibre au trot, dans le cas où j'ai déjà abordé le saut dans le cadre du Galop®1.

Au trot, je fais sauter à mon cheval un petit obstacle encadré sur la piste. Si besoin, je reviens à la position au contact de la selle et au pas.

B14 J'améliore ma capacité à amortir le franchissement d'un obstacle en équilibre au galop.

Au galop, je fais sauter à mon cheval un petit obstacle encadré sur la piste. Si besoin, je reviens à la position au contact de la selle et au pas.

B15 Je maintiens mon cheval au galop pour franchir un petit obstacle.

Je franchis un petit obstacle encadré sur la piste en conservant le galop à l'abord et à la réception, puis je passe au pas en me rasseyant dans la selle. Je suis dans la position en équilibre tout au long de l'exercice, sauf au pas et à l'arrêt.

B16 Je découvre la sortie à l'extérieur en petit groupe sous la conduite du moniteur.

Je mets en pratique mes acquis et je suis très attentif au respect des distances et de l'allure, ainsi qu'à tous les signes d'émotion de mon cheval. Si besoin, je le remets immédiatement au pas à la recherche de calme et de stabilité.

C ▶ J'APPRENDS À CONDUIRE MON CHEVAL OU MON PONEY ET À CONTRÔLER SA VITESSE ET SA DIRECTION

C1 J'apprends à maîtriser les changements d'allure de mon cheval, ainsi que les changements de vitesse dans l'allure à volonté.

Je fais effectuer des changements d'allure, des allongements et des ralentissements à ma monture en réussissant progressivement à placer ces transitions dans des zones précises décidées à l'avance. J'apprends à conduire sur des rênes ajustées, avec des jambes vigilantes pour bien contrôler l'activité de mon cheval.

C2 J'apprends à faire varier la vitesse de ma monture au pas et trot.

Je dose mes interventions pour faire varier ma vitesse au pas et au trot en conservant mon attitude générale. Je recherche l'efficacité de l'emploi de mes aides et la précision dans le résultat de mes actions.

C3 J'apprends à contrôler l'allure et la vitesse lors du franchissement d'embûches.

Je perfectionne ma stabilité générale lors du franchissement d'embûches et j'améliore ma capacité à conduire en restant maître de la vitesse, de l'allure et du tracé de mon cheval.

C4 Je commence à évoluer séparément du groupe, sur des figures de manèges, aux trois allures.

Je garde le contrôle de l'allure et de la direction en évoluant hors de la piste au trot. Je veille à conserver une attitude stable en agissant sur ma monture.

C5 Je dirige ma monture sur des tracés définis à une et à deux mains au trot.

J'effectue des exercices de tourner en utilisant les deux rênes séparées et réunies dans une main. Je répète ces exercices avec la main droite et la main gauche. Je veille à conserver une bonne posture.

C6 J'apprends à évoluer en autonomie dans un groupe.

Je contrôle avec plus de précision l'allure, la vitesse et la direction en évoluant hors de la piste au trot. Je veille à conserver une bonne posture.

C7 Je fais parcourir à ma monture des figures classiques de manège, au trot, en courbe sur le cercle, pour améliorer le tourner.

Je conduis ma monture sur des cercles et des courbes de dimensions précises au trot. Je veille à conserver une bonne posture.

C8 Je fais parcourir à ma monture des figures classiques de manège, au trot, doubler ainsi que des changements de main sur la diagonale, pour améliorer la rectitude.

Je conduis ma monture sur des enchaînements de figures de manège telles que doubler et diagonales. Je déroule une petite reprise composée de toutes les figures classiques que je connais.

D J'AI ATTEINT MES OBJECTIFS : JE PASSE ET JE RÉUSSIS MON GALOP®2**D1 J'effectue le parcours type Galop®2.****D2 Je fais le point sur mes acquis :**

- ▶ Panser son cheval ou son poney, le préparer et le brider.
- ▶ A pied : le mener sur un tracé précis, faire bouger ses épaules et ses hanches.
- ▶ En selle : réaliser individuellement des parcours avec des contrats d'allures et de tracé au trot et au galop en alternant l'équilibre assis et sur les étriers, éventuellement avec embûches, en variant la longueur des rênes.



Fiche d'auto-évaluation



Maintenant, à chacun de jouer !

Grâce à la fiche d'auto-évaluation, vous êtes à même de bien repérer vos acquis et de savoir où vous en êtes par rapport aux attentes du Galop® 2.

Vous pouvez commencer en marquant tout ce que vous n'avez jamais fait ou ne connaissez pas encore dans la case « **Je ne sais pas** ».

Vous le saviez déjà plus ou moins ou vous êtes en train de l'apprendre, vous pouvez noter dans la case « **Je suis en cours d'acquisition** » tout ce qui n'est plus inconnu pour vous et que vous êtes en train d'acquérir, même si vous ne le maîtrisez pas totalement.

Enfin, quand vous vous sentez capable d'effectuer quelque chose avec aisance à pied ou à cheval, que les connaissances n'ont plus de secret pour vous et que vous réussissez les QCM portant sur le programme, c'est le moment de cocher la case « **Je sais. Je peux.** ».

JE NE SAIS PAS

JE SUIS EN COURS D'ACQUISITION

JE SAIS, JE PEUX.



CONNAISSANCES GÉNÉRALES

Je cite les règles de circulation à mettre en pratique dans un manège ou une carrière.			
Je reconnais et je nomme l'étrille, le bouchon, la brosse douce et le cure-pied.			
Je caractérise les différents types de logements des chevaux : pré, paddock, stabulation, boxe, stalle.			
J'identifie les principales activités équestres de la FFE.			
J'explique les aides pour avancer et leur gradation.			
Je nomme les parties du filet et de la selle.			
Je dessine sur un papier et je nomme les figures de manège usuelles : cercle, volte, diagonale, doubler.			

CONNAISSANCE DU CHEVAL

Je décris les caractéristiques principales des 5 sens du cheval ou du poney.			
Je décris leurs comportements entre eux.			
Je décris leur comportement alimentaire.			
Je décris la bouche du cheval et comment il s'alimente.			
Je reconnais les aliments de base suivants : herbe, foin, paille, orge, avoine, granulés.			
Je connais leurs besoins en eau et les modes d'abreuvement.			
Je nomme et reconnais : le blanc, le gris, le crème et le chocolat : dites autres robes.			
Je nomme et reconnais les robes tachetées et pie.			
Je décris et je montre les parties principales des membres : genou, jarret, canon, boulet, paturon, couronne, sabot.			
Je connais les principaux types de chevaux.			

S'OCCUPER DU CHEVAL

J'aborde un cheval ou un poney en stabulation, au paddock ou au pré.			
Je le lâche dans son boxe, son pré ou dans la stabulation.			
J'observe les comportements des chevaux ou poneys entre eux.			
Je fais un pansage en utilisant l'étrille, le bouchon et la brosse douce.			
Je cure les pieds antérieurs.			
Je prends un postérieur.			
Je fais un nœud d'attache.			
Je distribue les aliments.			
Je mets le filet.			
Je selle mon cheval.			
J'entretiens la selle.			

PRATIQUE ÉQUESTRE À PIED

Je fais reculer mon cheval ou mon poney de 2 pas minimum.			
Je le mène en main sur un tracé précis alternant des lignes droites et des courbes des deux côtés.			
Je le mène en main au trot quelques foulées.			
Je déplace sa tête à droite et à gauche, en haut et en bas.			
Je déplace ses épaules ou ses hanches un pas minimum, à partir de l'arrêt.			

PRATIQUE ÉQUESTRE À CHEVAL

Je me mets seul en selle.			
Je ressangle seul en selle.			
Je règle seul mes étriers à pied.			
Je règle seul mes étriers à cheval.			
Je mets en pratique les règles de circulation.			
Je lâche mes rênes, les reprends et les ajuste au trot enlevé.			
Je trotte assis en cherchant une bonne posture.			
J'alterne l'équilibre assis et sur les étriers au pas, au trot et au galop.			
Je pars au galop et je maintiens le galop.			
Je change d'allure sur des transitions simples et progressives : arrêt ↔ pas ; pas ↔ trot ; trot ↔ galop.			
Je dirige au pas et au trot sur un tracé défini incluant : cercle, volte, diagonale et doubler.			
Je saute un petit obstacle sur la piste au trot.			
Je réalise un parcours type Galop® 2.			



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® 2 approche !

Questionnaires à Choix Multiples

Les questionnaires à choix multiples suivants vous aideront à réviser votre programme du Galop®2.

Ils vous permettent de vérifier si vous avez bien retenu les informations essentielles de chaque chapitre. Il faut cocher toutes les réponses exactes, que ce soient des affirmations justes ou des photos qui montrent le bon geste. Parfois, il y a plusieurs réponses justes à une question, parfois, elles sont toutes exactes.

Utilisez un crayon à papier et une gomme si vous n'êtes pas sûr de vous. Vous pouvez aussi vous exercer sur le site www.ffe.com. Vous cliquez sur le bouton **Ma page cavalier FFE**. Vous vous identifiez en tant que licencié FFE et vous allez dans l'espace cavalier où vous pouvez répondre en ligne. Les réponses sont données en petit et à l'envers en bas de chaque page.

▶ CHAPITRE 1 : CONNAISSANCES GÉNÉRALES

Cocher toutes les affirmations exactes.

QUESTION 1 - Quelles sont les affirmations exactes ?

- A Un stage permet de passer la journée avec les poneys et les chevaux.
- B Un stage, c'est obligatoirement plusieurs jours.
- C Les promenades ne peuvent pas se faire sur les voies publiques.
- D Les séances d'équitation ont le plus souvent lieu en dehors des heures scolaires.

QUESTION 2 - Combien existe-t-il de disciplines olympiques ?

- A 3 B 10 C 30

QUESTION 3 - Il existe une discipline où l'on peut monter costumé :

- A Vrai B Faux

QUESTION 4 - Les promenades peuvent se faire :

- A Dans le manège.
- B Sur la plage.
- C Dans la forêt.

QUESTION 5 - Les randonnées durent en général une heure :

- A Vrai B Faux

QUESTION 6 - Tous les clubs proposent des sorties en compétition ?

- A Vrai B Faux

QUESTION 7 - Les championnats de France sont :

- A Un objectif.
- B Une obligation.

QUESTION 8 - Quelles sont les 3 disciplines les plus pratiquées en compétition en France ?

- A CSO
- B Equifeel
- C CCE
- D Pony-games
- E Dressage

QUESTION 9 - Les hébergements couverts des chevaux sont :

- A Le paddock.
- B Le boxe.
- C La stalle.
- D La stabulation libre.

QUESTION 10 - Quelles sont les affirmations exactes ?

- A L'herbe suffit toujours à nourrir le cheval au pré.
- B On peut donner une alimentation complémentaire lorsque le cheval est au pré.

QUESTION 11 - Marie est au trot à main droite, Paul évolue au trot à main gauche, qui a la priorité ?

- A Marie B Paul

QUESTION 12 - Quel est celui qui a la priorité ?

- A Paul monte le cheval Prince au pas à main gauche.
 B Marie monte le shetland Caramel au galop à main droite.

QUESTION 13 - Un petit cercle s'appelle une volte :

- A Vrai B Faux

QUESTION 14 - Une diagonale se commence :

- A Au milieu du petit côté.
 B A la première lettre du grand côté.
 C N'importe où.

QUESTION 15 - A l'issue d'un doubler :

- A On reste toujours à la même main.
 B On peut, soit rester à la même main, soit changer de main.
 C On change toujours de main.

▶ CHAPITRE 2 : CONNAISSANCE DU CHEVAL

Cocher toutes les affirmations exactes.

QUESTION 1 - Que fait un cheval soumis lorsque le cheval dominant arrive vers lui pour s'approcher de la mangeoire ?

- A Il cède sa place.
 B Il affronte l'autre cheval.
 C Il reste à sa place.

QUESTION 2 - Est-ce qu'un petit poney peut être dominant sur un cheval ?

- A Oui. B Non.

QUESTION 3 - Où se situent les zones aveugles ou angles morts d'un cheval ?

- A Devant lui et derrière lui.
 B Comme sur la voiture, à sa droite et à sa gauche au niveau des flancs.
 C Il n'a que des angles vivants.

QUESTION 4 - Peut-on aborder un cheval en arrivant par la zone qui est aveugle pour lui ?

- A Oui, puisqu'il ne me voit pas.
 B Ca dépend de l'humeur du cheval.
 C Jamais. Je dois toujours lui signaler ma présence. Je l'aborde par des angles où il me voit ou j'attends qu'il tourne la tête pour me regarder.

QUESTION 5 - Le cheval pointe ses oreilles vers le bruit qui le surprend ou l'intéresse ?

- A Vrai B Faux

QUESTION 6 - Comment s'appellent les dents qu'ont les mâles et pas forcément les femelles ?

- A Les dents de sagesse.
 B Les incisives.
 C Les canines ou crochets.
 D Les molaires.

QUESTION 7 - Le mors se place sur :

- A Les prémolaires.
 B Les incisives.
 C Les barres.

QUESTION 8 - Le cheval est :

- A Un ruminant qui a deux estomacs de 10 à 12 litres.
 B Un herbivore qui a un seul petit estomac de 12 à 15 litres.

QUESTION 9 - Qu'est-ce qui peut occasionner des problèmes de transit intestinal ?

- A Un excès de paille.
 B Un manque de fibres.
 C Un excès d'eau.

Réponses : Chapitre 1 - Question 11 : B - Question 12 : B - Question 13 : A - Question 14 : B - Question 15 : B
 Chapitre 2 - Question 1 : A - Question 2 : A - Question 3 : A - Question 4 : C - Question 5 : A - Question 6 : C - Question 7 : C - Question 8 : B - Question 9 : A/B

QUESTION 10 - Le cheval boit en moyenne :

- A 1,5 litre d'eau par jour.
- B Plusieurs dizaines de litres d'eau par jour.
- C Plus de 100 litres d'eau par jour.

QUESTION 11 - Les aliments de base usuels pour nourrir les chevaux sont :

- A Les granulés et floconnés.
- B L'herbe.
- C Le pain.
- D Le foin.
- E L'avoine.
- F Les corn-flakes.

QUESTION 12 - Les principales céréales données aux chevaux sont :

- A L'avoine aplatie.
- B L'orge.
- C Le blé.
- D Le maïs.

QUESTION 13 - L'herbe, le foin et la paille sont nécessaires pour le cheval parce qu'ils sont riches en :

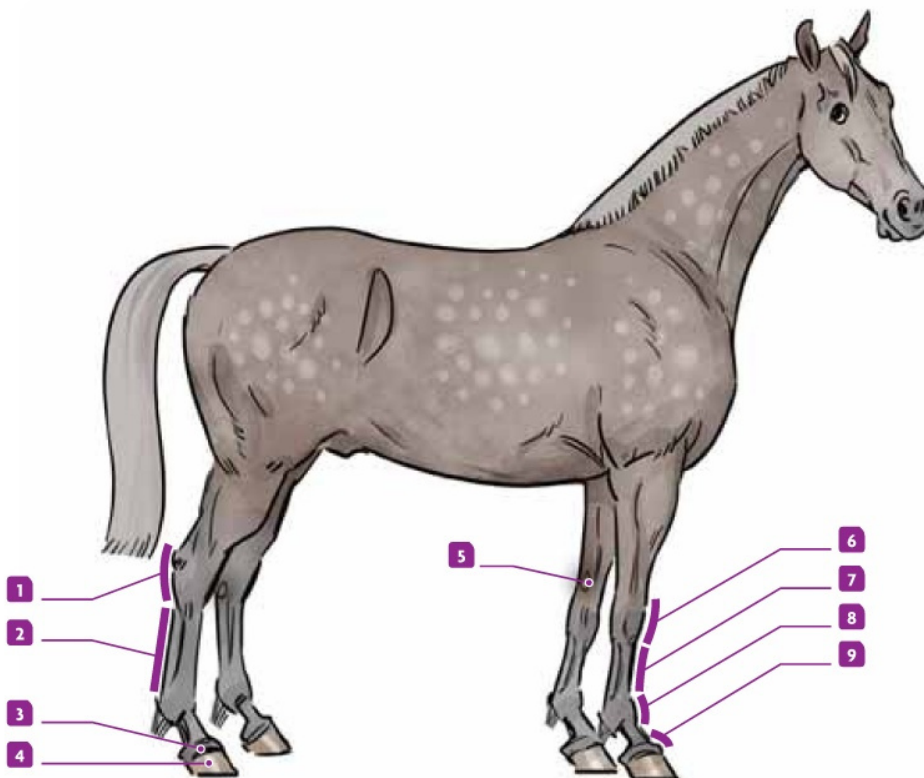
- A Féculents.
- B Fibres.
- C Lipides.

QUESTION 14 - Quels sont les différents ingrédients qui composent les granulés ?

- A De la paille.
- B Du foin.
- C Des céréales.
- D Des sels minéraux.
- E Des cerises.

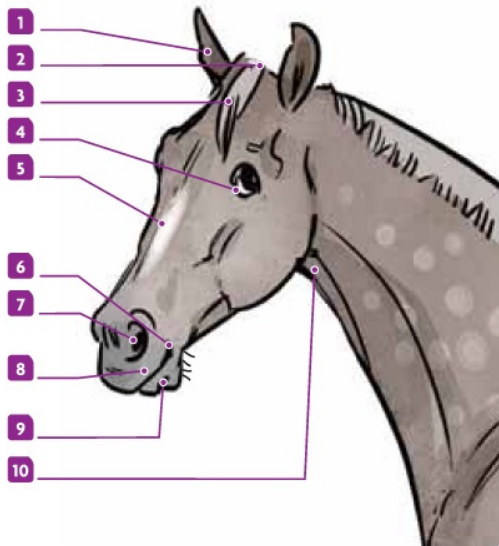
QUESTION 15 - Quelles sont les affirmations exactes ?

- A Comme les chats, les chevaux mangent juste à leur faim. On peut leur donner la ration plusieurs jours à l'avance.
- B L'hiver, on donne souvent du foin aux chevaux qui sont au pré pour compléter leur alimentation.

QUESTION 16 - Indiquer en face des lettres, les parties du corps du cheval :

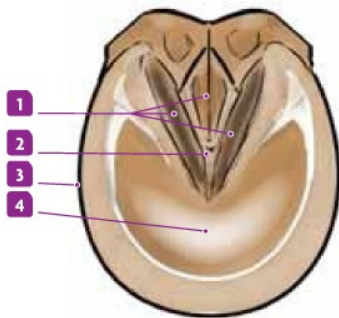
- A Jarret
- B Canon
- C Genou
- D Châtaigne
- E Tendon
- F Sabot
- G Pâturon
- H Couronne
- I Boulet

QUESTION 17 - Indiquer en face des lettres, les parties de la tête :



- A Naseau
- B Nuque
- C Chanfrein
- D Toupet
- E Oreilles
- F Oeil
- G Lèvre supérieure
- H Gorge
- I Commissure des lèvres
- J Lèvre inférieure

QUESTION 18 - Indiquer en face des lettres, les parties du sabot :



- A Fourchette
- B Sole
- C Lacunes
- D Paroi

QUESTION 19 - Quelles sont les 4 familles de robes de base ?

- A Alezans – Bais – Noirs – Autres.
- B Blancs – Gris – Noirs – Autres.
- C Alezans – Bais – Marron – Autres.

QUESTION 20 - Quelles sont les 4 robes de la famille dite Autres ?

- A Blanc – Gris – Crème – Chocolat.
- B Crème – Chocolat – Noisette – Caramel.
- C Alezan Pie – Bai pie – Alezan tacheté – Bai tacheté.

QUESTION 21 - Complétez le nom de la robe.

Robe :	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Peau	rose	claire	rose	noire
Yeux	foncés	foncés	clairs	foncés
Crins	blancs	blancs ou noirs	crème	chocolat

QUESTION 22 - Comment s'appelle la robe d'un cheval ou d'un poney qui a deux couleurs ?

- A Un bi pour bicolore.
- B Un pie comme une pie.
- C Un pis comme une vache hollandaise.

QUESTION 23 - Quels sont les principaux types d'équidés ?

- A Les bais et les alezans.
- B Les chevaux, les ânes et les zèbres.
- C Les poneys, les chevaux de selle, les chevaux de course et les chevaux de trait.

Réponses : Chapitre 2 - Question 17 : dessin page 25 - Question 18 : dessin page 25 - Question 19 : A - Question 20 : A - Question 21 : Blanc/Gris/Crème/Chocolat - Question 22 : B - Question 23 : C

▶ CHAPITRE 3 : S'OCCUPER DU CHEVAL

Cocher toutes les affirmations exactes.

QUESTION 1 - Où peuvent être affichées les rations de granulés ?

- A Sur la porte du boxe ou à l'entrée de la stalle du cheval.
- B Elles ne sont pas affichées.

QUESTION 2 - Au moment de la nourriture dans le club, quel doit être mon comportement ?

- A Aller manger avec mon poney pour qu'il ne se sente pas seul.
- B Le laisser manger seul tranquillement.

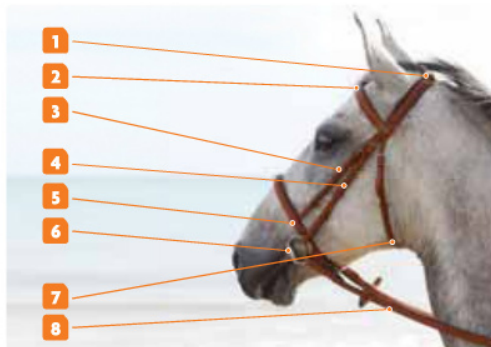
QUESTION 3 - Pour attraper mon poney / cheval en liberté :

- A Je fais des appels de langue.
- B Je m'approche doucement vers son épaule.
- C Je lui montre mon licol pour qu'il voie que je vais l'attraper.

QUESTION 4 - Pour sortir mon poney ou mon cheval d'un paddock ou d'un pré fermé par une clôture électrique :

- A J'ouvre la clôture juste pour avoir le passage, comme pour moi, en fonction de ma taille, mon cheval passera.
- B Je prends des précautions pour que mon cheval ne touche pas le fil électrique.
- C Je fais attention à ce que les autres poneys/chevaux ne sortent pas en même temps.
- D Je referme toujours la clôture derrière moi.

QUESTION 10 - Indiquer en face des lettres les parties du filet :



QUESTION 5 - Pour lâcher mon cheval ou mon poney :

- A Il n'y pas de règles de sécurité, je peux faire ce que je veux.
- B Je le chasse pour qu'il ne reste pas à côté de moi.
- C J'oriente la tête du cheval vers moi et je le lâche en enlevant le licol.

QUESTION 6 - Qu'est ce que le passage ?

- A C'est réfléchir avant d'agir.
- B C'est la toilette du cheval.

QUESTION 7 - Le passage s'effectue avant et après avoir monté.

- A Vrai B Faux

QUESTION 8 - Indiquer l'ordre dans lequel utiliser les brosses :

- A Bouchon.
- B Brosse douce.
- C Etrille.

QUESTION 9 - Numéroté les étapes pour curer les pieds antérieurs.

- A Poser la main sur son épaule et la descendre jusqu'au boulet.
- B Curer le pied.
- C Lui demander son pied avec la voix.
- D Soulever le sabot avec la main.
- E Nettoyer en brossant le pied.

- | | | | |
|----------------------------|-----------------------|----------------------------|------------------|
| <input type="checkbox"/> A | Frontal | <input type="checkbox"/> E | Muserolle |
| <input type="checkbox"/> B | Montants de muserolle | <input type="checkbox"/> F | Sous-gorge |
| <input type="checkbox"/> C | Têtière | <input type="checkbox"/> G | Montant du filet |
| <input type="checkbox"/> D | Rènes | <input type="checkbox"/> H | Mors |

Question 9 : 1A/2C/3D/4B/5E - Question 10 : dessin page 41

Réponses : Chapitre 3 - Question 1 : A - Question 2 : B - Question 3 : B - Question 4 : B/C/D - Question 5 : C - Question 6 : B - Question 7 : A - Question 8 : 1C/2A/3B

QUESTION 11 - A quelle partie du sabot faut-il faire attention lorsque l'on cure les pieds ?

- A L'assiette.
- B La fourchette.
- C Le fer.

QUESTION 12 - A quoi sert un tapis de selle ?

- A C'est une question d'esthétique.
- B A protéger le dos du cheval.
- C A protéger le cuir de la selle de la transpiration.

QUESTION 13 - Avec quels matériels est-ce que j'entretiens les cuirs ?

- A De l'eau de Javel.
- B Du savon glycérimé.
- C Du savon de Marseille.

QUESTION 14 - Après avoir monté, ma sangle et mes étriers sont mouillés et ont du sable :

- A Je passe un petit coup de brosse dessus pour les nettoyer.
- B Je veille à poser la sangle sans qu'elle ne mouille le cuir.
- C C'est le matériel du club, mon moniteur le fera en fin de journée.

QUESTION 15 - Quelles sont les affirmations exactes ?

- A Dégarroter permet de resserrer la selle au garrot.
- B Dégarroter permet d'éviter de blesser son cheval au garrot.

QUESTION 16 - Quelles sont les affirmations exactes ?

- A Les sangles et les étrivières en cuir s'entretiennent comme la selle.
- B Les sangles textiles sont auto-nettoyantes.

▶ CHAPITRE 4 : PRATIQUE ÉQUESTRE À PIED

Cocher toutes les affirmations exactes.

QUESTION 1 - Pour mener mon cheval ou mon poney en main, je dois obligatoirement mettre un filet :

- A Vrai
- B Faux

QUESTION 2 - Où dois-je me placer pour marcher avec mon cheval en main ?

- A A gauche de mon cheval, entre sa tête et son épaule.
- B A sa droite, au niveau de sa tête.

QUESTION 3 - Comment est-ce que je dois tenir ma longe ?

- A Je l'enroule autour de ma main pour éviter qu'elle traîne.
- B Je tiens le flot de la longe dans ma main gauche.
- C Je peux la rallonger, être au niveau de son flanc ou de sa croupe.

QUESTION 4 - Où dois-je regarder lorsque je marche avec mon cheval en main ?

- A Je le regarde tout le temps pour voir son comportement.
- B Je regarde par terre pour ne pas me faire marcher dessus.
- C Je regarde devant moi et je sais où je vais.

QUESTION 5 - Numéroté les étapes pour faire reculer le cheval :

- A J'exerce une pression sur la longe ou sur les rênes.
- B Je me place devant le cheval, légèrement à gauche ou à droite.
- C Je m'avance vers lui en gardant le bras tendu.

QUESTION 6 - Le cheval a le droit de se gratter sur moi ?

- A Vrai
- B Faux

Réponses : Chapitre 3 - Question 11 : B - Question 12 : B/C - Question 13 : B - Question 14 : A/B - Question 15 : B - Question 16 : A
 Chapitre 4 - Question 1 : B - Question 2 : A - Question 3 : B - Question 4 : C - Question 5 : B/C/3A - Question 6 : B

QUESTION 7 - Pour demander une flexion de la tête vers la droite avec ma main, je me place :

- A** A la hauteur de son épaule avec la main gauche posée sur le chanfrein.
- B** Au premier tiers de l'encolure et je prends la tête du cheval avec mes deux mains.

QUESTION 8 - Pour déplacer les hanches de mon cheval :

- A** Je lui tapote les flancs droits.
- B** Je lui tapote les flancs gauches.
- C** J'agis sur la croupe par une pression de mes doigts et de ma main pour qu'il la déplace.

▶ CHAPITRE 5 : PRATIQUE ÉQUESTRE À CHEVAL

Cocher toutes les affirmations exactes.

QUESTION 1 - Le repère pour régler ses étriers à pied est :

- A** La longueur de la jambe.
- B** 5 fois la taille de sa main.
- C** La longueur de son bras.

QUESTION 2 - Pour ressangler :

- A** Je me place du côté gauche.
- B** J'attends d'être à cheval pour ressangler la première fois.
- C** Je me place toujours du côté droit.

QUESTION 3 - Numéroté les étapes lors de l'arrivée dans le manège ou la carrière :

- A** Je descends les étriers.
- B** Je ressangle mon cheval.
- C** Je monte à cheval.
- D** Je passe les rênes par-dessus l'encolure.

QUESTION 4 - Qu'est ce que l'assiette ?

- A** La partie de la selle où le cavalier s'assoit.
- B** Le moyen d'influencer le cheval par la tonicité du corps.
- C** Le bon équilibre du cavalier en selle.

QUESTION 5 - A quoi servent les jambes ?

- A** A passer à l'allure supérieure.
- B** A accélérer dans l'allure.

QUESTION 6 - Parmi ces aides artificielles, quelle est celle qu'utilise le cavalier en selle ?

- A** Le fouet.
- B** La chambrière.
- C** La cravache.

QUESTION 7 - J'utilise la cravache quand :

- A** Le cheval ne va pas dans la direction que je souhaite.
- B** Le cheval va trop vite.
- C** Le cheval n'a pas répondu à mes jambes.

QUESTION 8 - Pour avoir une bonne posture assise il faut :

- A** S'asseoir d'aplomb au-dessus de ses pieds.
- B** S'asseoir en avant de sa selle.
- C** Laisser ses jambes descendre le long de la selle sans contraction.
- D** Se coucher en arrière.

QUESTION 9 - Quelles sont les deux types de position les plus courantes ?

- A** Assis.
- B** Debout.
- C** En équilibre sur les étriers.

QUESTION 10 - A quoi servent les rênes ?

- A** Se tenir.
- B** Diriger.

QUESTION 11 - Pour diriger avec précision :

- A** Je regarde très loin devant.
- B** Je me penche sur le côté comme en moto.
- C** J'oriente mes épaules pour former un couloir avec mes rênes jusqu'à la bouche du cheval.
- D** Je mets un coup de cravache en tirant sur une rêne.

QUESTION 12 - Au trot assis :

- A** Je me contracte le plus possible pour ne pas rebondir sur ma selle.
- B** Je me décontracte pour ne pas rebondir sur ma selle.
- C** Je respire régulièrement.

QUESTION 13 - Pour partir au galop :

- A** Je détends les rênes, je me penche en avant et je tape avec mes jambes.
- B** J'engage mon bassin et je ferme les jambes que j'ai décalées.
- C** Je donne des grands coups de talons en criant «galop.»

QUESTION 14 - Quelles sont les transitions descendantes ?

- A** Galop trot.
- B** Pas trot.
- C** Trot pas.
- D** Trot galop.

QUESTION 15 - Pour faire une transition descendante :

- A** Je recule sur mes mains en inclinant mon buste vers l'avant.
- B** Je tire sur mes rênes.
- C** Je redresse mon haut du corps et je ferme mes doigts sur les rênes en soutenant mes poignets.

QUESTION 16 - Comment s'appellent les supports qui permettent de varier la hauteur des barres d'obstacles ?

- A** Les taquets.
- B** Les fanions.
- C** Les chandeliers.

QUESTION 17 - Quelles sont les affirmations exactes ?

- A** Le franchissement de barres au sol permet de se familiariser avec le saut d'obstacles.
- B** Il faut commencer par des obstacles assez hauts, sinon le cheval ne saute pas.
- C** Le fanion rouge est toujours à droite.
- D** Quand on saute, il faut se mettre en équilibre sur ses étriers et y rester.

QUESTION 18 - Quelles sont les affirmations exactes ?

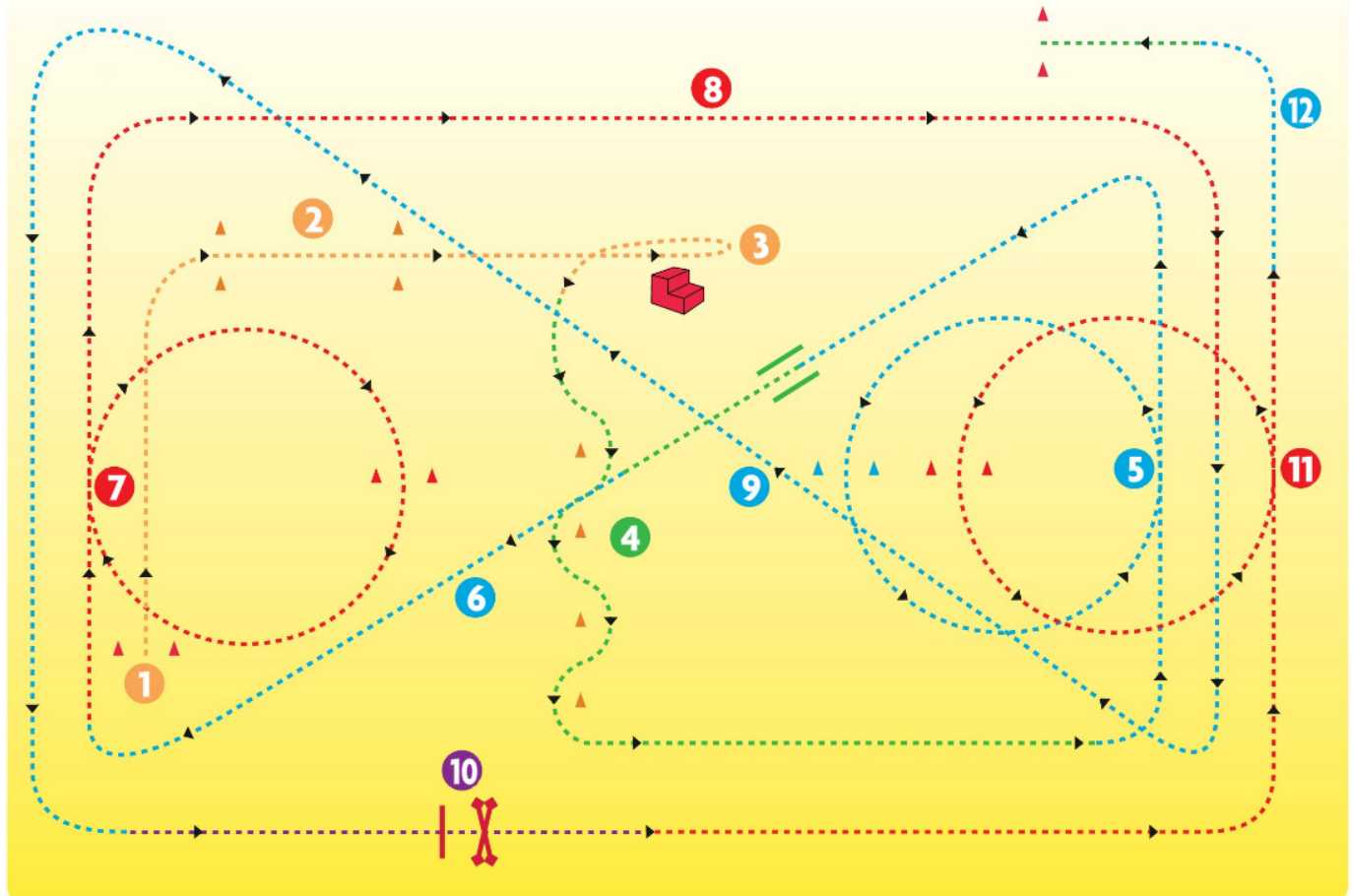
- A** Je peux m'entraîner en ligne pour répondre aux questions des QCM Galops® sur www.ffe.com.
- B** J'accède aux QCM en ligne via ma Page Cavalier FFE.

LE BILAN DE VOS 80 RÉPONSES

Chapitre	1	2	3	4	5
Nombre de questions	15	23	16	8	18
Nombre de bonnes réponses					

Réponses : Chapitre 5 - Question 11 : A/C - Question 12 : B/C - Question 13 : B - Question 14 : A/C - Question 15 : C - Question 16 : A - Question 17 : A/C/D - Question 18 : A/B

Réaliser un parcours type Galop® 2



1	Amener son cheval en main.
2	Trotter quelques foulées en main entre les 2 portes.
3	Faire demi-tour et monter avec le montoir.
4	Effectuer le slalom au pas.
5	Faire 2 à 3 cercles de 15 à 20 m au trot enlevé. Rallonger et reprendre ses rênes.
6	Diagonale au trot enlevé. Sur la diagonale, passer au pas. Repartir au trot.
7	Faire un cercle de 20 m pour prendre le galop assis.
8	Continuer au galop sur le grand côté en équilibre, puis repasser au trot.
9	Diagonale au trot en équilibre.
10	Sauter l'obstacle isolé, puis continuer au galop.
11	Faire un cercle au galop en équilibre.
12	Repasser au trot, puis au pas rênes longues. Caresser.

Exemple de protocole de validation du Galop® 2

Prénom :

0 : NON RÉALISÉ OU GROSSE FAUTE / 1 : RÉALISÉ AVEC FAUTE / 2 : BIEN RÉALISÉ

0 1 2 Commentaire éventuel

PRATIQUE ÉQUESTRE À CHEVAL

1	Placer son cheval à côté du montoir				
2	Monter immobile sans aide				
3	Régler ses étriers à cheval				
4	Ressangler en selle à l'arrêt, puis vérifier le sanglage au pas				
5	Marcher au pas, piste à main gauche				
6	Prendre le trot et trotter enlevé				
7	Doubler dans la largeur avec changement de main au trot enlevé				
8	1 cercle de 20 mètres à main droite au trot enlevé				
9	Doubler dans la largeur avec changement de main au trot enlevé				
10	1 volte de 15 mètres à main gauche au trot enlevé				
11	1 diagonale au trot enlevé				
12	Allonger ses rênes jusqu'à la couture puis les reprendre ajustées au trot enlevé				
13	Repasser au pas puis s'arrêter, marcher trotter (zone 30 m)				
14	Trotter assis dans une bonne posture (trot très lent)				
15	Prendre le galop				
16	Galoper assis 10 mètres minimum				
17	Galoper en équilibre				
18	Transition au trot, trotter enlevé				
19	Trotter en équilibre sur les barres au sol (piste intérieure en E)				
20	Franchir un petit obstacle au trot sur la piste en B (installé après la figure 18)				
TOTAL					
Bonus aisance confiance de 0 à + 4					
TOTAL GÉNÉRAL (SCORE MINIMUM DEMANDÉ : 35)					

PRATIQUE ÉQUESTRE À PIED EN LICOL OU EN FILET

1	Mener en main, au pas, en contournant les barres à terre				
2	Trotter en main quelques foulées				
3	S'arrêter progressivement				
4	Reculer de quelques pas				
5	Déplacer les hanches				
6	Déplacer les épaules				
7	Déplacer la tête dans les 4 directions				
TOTAL					
Bonus aisance confiance de 0 à +2					
TOTAL GÉNÉRAL (SCORE MINIMUM DEMANDÉ : 12)					

SOINS

1	Aborder son cheval en stabulation ou au paddock				
2	Mettre le licol				
3	Attacher				
4	Prendre et curer les antérieurs				
5	Prendre les postérieurs				
6	Effectuer un pansage en utilisant l'étrille, le bouchon et la brosse douce				
7	Mettre un filet				
8	Seller				
9	Desseller				
10	Donner une ration de concentré en respectant la quantité				
11	Donner une ration de foin				
12	Entretien de la selle avec du savon glyciné et le filet sans le démonter				
13	Ouvrir et fermer une clôture électrique réelle ou simulée, ou une porte, ou une barrière avec un cheval en main				
14	Lâcher son cheval dans une stabulation ou un paddock				
TOTAL					
Bonus aisance confiance de +1 à +2					
TOTAL GÉNÉRAL (SCORE MINIMUM DEMANDÉ : 22)					

PRÉSENTATION

CONNAISSANCES GÉNÉRALES

CONNAISSANCE DU CHEVAL

S'OCCUPER DU CHEVAL

PRATIQUE ÉQUESTRE À PIED

PRATIQUE ÉQUESTRE À CHEVAL

PASSER SON GALOP 2

A	
ABORDER UN CHEVAL/ PONEY	33
ACTIVITÉS ÉQUESTRES	8
AFFINITÉ	17
AIDES	54
ALIMENTS	22, 23, 32
ANTÉRIEURS	24
ASSIETTE	54
AVOINE	23

B	
BALLOT	23
BARRE	21, 61
BILLOT	11
BINOCULAIRE	18
BOUCHON	36, 37
BOULET	24
BOXE	11
BRIDON	41
BROSSE DOUCE	36, 37

C	
CANINE	21
CANON	24
CARNIVORE	21
CCE	9
CERCLE	13
CÉRÉALES	23
CHANFREIN	24, 25
CHÂTAIGNE	24
CHOCOLAT	26
CLÔTURE ÉLECTRIQUE	34
COMMISSURE DES LÈVRES	25
COMPÉTITION	9
COMPORTEMENT ALIMENTAIRE	22
CONTRE-SANGLONS	43
COURONNE	24
COURSES	29
CRAVACHE	55
CRÈME	26
CROCHETS	21
CSO	9, 61
CURE-PIED	38
CURER LES PIEDS	38
COUTEAU D'ÉTRIVIÈRE	43

D	
DÉGARROTTER	42
DENTS	21
DÉTACHER	35
DIAGONALE	13
DOMINANCE	6, 17
DOUBLER	13
DRESSAGE	9

E	
EQUIFEEL	9
EQUIFUN	8, 9
ESPÈCES	28
ETRIERS RÉGLAGE	52
ETRILLE	36
ETRIVIÈRE	43

F	
FAUX QUARTIER	43
FIGURES DE MANÈGES	12
FILET	40, 41
FLOCONNÉ	23
FOIN	23
FOURCHETTE	24, 25
FRONTAL	41

G	
GALOP	58, 59
GALOPER	56
GENOU	24
GLANDES SALIVAIRES	21
GORGE	25
GOÛT	19
GRAMINÉES	22
GRANULÉS	23, 32
GRIS	26

H	
HERBE	11, 22
HERBIVORE	21, 22
HIÉRARCHIE	16

I	
INCISIVE	21
INTERACTIONS	17

J	
JAMBES	54
JARRET	24

L	
LÂCHER LE CHEVAL	35
LÂCHER LES RÈNES	57
LACUNE	25
LÈVRE INFÉRIEURE	25
LÈVRE SUPÉRIEURE	25
LITIÈRE	23
LUZERNE	22

M	
MANGEOIRES	32
MATELASSURE	43
MEMBRES	24

MOLAIRE	21
MONOCULAIRE	18
MONOGASTRIQUE	22
MORS	41
MUSEROLLES	41

N	
NASEAU	25
NŒUD D'ATTACHE	32
NUQUE	25

O	
ODORAT	18
CEIL	25
OREILLES	25
ORGE	23
OÛË	18
OMELETTE	43

P	
PADDOCK	10
PAILLE	23
PANSAGE	36
PAPILLES GUSTATIVES	19
PAROI	25
PATÛRE	11
PATÛRON	24
PETIT QUARTIER	43
PIE	27
PLANTES ALIMENTAIRES	22
POMMEAU	43
PONY-GAMES	8, 9
POSITION ASSISE	59
POSITION EN ÉQUILIBRE	59
POSTÉRIEURS	24, 39
POSTURE	56
PRÉ	10
PRÉMOLAIRE	21
PRENDRE UN POSTÉRIEUR	39
PRIORITÉ	12
PROMENADES	9
PROTAGONISTES	16
PROTÈGE-QUARTIER	43

Q	
QUARTIER	43

R	
RACE	28
RANDONNÉES	9
RAY-GRASS	22
RECULER	47

RÊNES	41, 57
REPAS	32
RESSANGLER	52, 53
ROBE	26
ROUND-BALLERS	23
RUMINANT	22

S	
SABOT	24, 25
SAINFOIN	22
SALIVE	21
SANGLAGE	53
SANGLE	53
SANGLONS	43
SAUT D'OBSTACLES	61
SAVON GLYCÉRINÉ	43
SÉANCES HEBDOMADAIRES	8
SELLE, SELLER	42, 43
SOLE	25
SOUCHE	28
SOUSSION	16
SOUS-GORGE	41
STABULATION LIBRE	11
STAGES	8
STALLE	11
SIÈGE	43

T	
TACHES / TACHETÉE	27
TENDON	24
TÊTE	25
TÊTE-BÊCHE	16
TÊTIÈRE	41
TOISE	28
TOUCHER	19
TOUPET	24, 25
TRAIT	29
TRANSITIONS	60
TROT ASSIS	56
TROTTER	56
TROTTER EN MAIN	47
TROUSSEQUIN	43

U	
ULTRA-SONS	18

V	
VIBRISSES	20
VISION	18, 19
VOIX	55
VOLTE	13

Z	
ZONES AVEUGLES	18



Photos

Elodie Brunaud	P15, P23
CRTE Rhône Alpes/ Eric Maulave	P33
Frédéric Chéhu	P17, P28
DR	P27
Jean-Léo Dugast	P29
Equirando 2008	p29
FFE/ Elodie Brunaud	P10, P11, P16, P19, P21, P23, P26, P32, P37, P39, P40, P61, P67
FFE/Olivier Collombet	P31, P36, P37, P38
FFE/ Frédéric Chéhu	P7
FFE/Perrine Guinet	P9
FFE/ Danielle Lambert	P23, P36
FFE/ Jean-Louis Legoux	P20, P52, P53
FFE/Maindru/Julien Rocher	P22, P27
FFE/ PSV	P5, P8, P16, P18, P20, P23, P33, P34, P35, P36, P37, P39, P40, P41 P42, P43, P45, P46, P47, P48, P49, P51, P52, P53, P55, P56, P57, P58, P59, P63
Ayrton Lambert	P28
L'image du Jour	P11
Maindru	P8, P26, P65, P84
Scoopdyga	P29
Vercors à cheval/Eric Minodier	P9

Dessins

FFE Elodie Brunaud	P13, P18, P21, P24, P25, P26, P27, p72, P73, P78
FFE Charly Debray	P1, P4, P12, P24, P25, P41, P43, P54, P58, P60, P61, P72, P73, P75, P84
FFE Thierry Desailly	P17, P19, P20, P41, P55
Hirlay	P32

Remerciements

Pour les séances photos

- ▶ Aux centres équestres et poney-clubs et à leurs cavaliers : Centre Equestre de Chaville, Club Hippique des Etangs de Meudon, Ecurie Amaury Paul,
- ▶ Ferme d'Otefond, Haras de Jardy, Haras de la Cense, Poney-Club de Brimborion, Poney-Club de Darel en Agenais, Poney-Club d'Orléans, Vercors à Cheval, Poney-Club de Saint-Victor et Poney-Club de Vinauger,

Pour leur participation à la définition des contenus des programmes des Galops® et à la rédaction de l'ouvrage

- ▶ À Martine Hausberger (CNRS), Lea Lansade (IFCE), Claire Neveu et Hélène Roche, pour les éléments concernant les connaissances scientifiques et l'éthologie du cheval.
- ▶ À Anne-Sophie Goachet, Véronique Julliard (Agrosup Dijon) et Samy Julliard (LAB TO FIELD), pour les éléments concernant la nutrition du cheval.
- ▶ à Marion Renault (IFCE), pour la nomenclature des robes.

Mentions légales

© Fédération Française d'Équitation – 2^{ème} édition d'avril 2016

Le seul Guide Officiel, édité exclusivement par la Fédération Française d'Équitation pour la préparation du Galop®2 de la Fédération Française d'Équitation.

Ouvrage collectif rédigé sous la direction de la FFE, Serge Lecomte, Président, avec la contribution de Danielle Lambert, Pierre Ollivier et de Pascal Dubois, Anne-Sophie Grossin, Camille Martin, Bernard Muret, Katia Servais, Emmanuelle Schramm et d'Elodie Brunaud pour l'iconographie, protégé par les dispositions du Code de la propriété intellectuelle, notamment pour ses dispositions relatives à la propriété littéraire et artistique et aux droits d'auteur. Ces droits sont la propriété exclusive de la FFE.

Toute reproduction intégrale ou partielle, par quelque moyen que ce soit, non autorisée par la FFE est strictement interdite.

Édition exclusive : Fédération Française d'Équitation – Parc Équestre Fédéral - 41600 LAMOTTE-BEUVRON - France.

Réalisation :  atmédia - 02 38 78 04 78. Impression : AC Print 01 42 99 94 53 – Achevé d'imprimer en avril 2016.

Dépôt légal : avril 2016. ISBN 978-2-9534502-4-8

Galop® marque déposée, propriété de la FFE.

PROGRAMME OFFICIEL DU GALOP® 3

Conduite, contrôle et saut

Le Galop® 3 se compose de la partie spécifique du Galop® 3 de cavalier, plus la partie commune à tous les Galops® 3.

Dans le respect de la charte du cavalier de la FFE :

- ▶ Effectuer un pansage complet, entretenir les harnachements, la litière, les sabots.
- ▶ A pied : mener son cheval ou son poney en main sur des courbes serrées au pas, le faire reculer droit et faire pivoter ses épaules et ses hanches sur plusieurs pas.
- ▶ En selle :
 - Évoluer aux trois allures dans une bonne posture assise ou en équilibre sur ses étriers suivant les situations.
 - Trotter enlevé sur un diagonal défini et partir au galop sur le bon pied.
 - Conduire son cheval ou son poney sur un enchaînement de contrats d'allures et de tracé précis, aux trois allures.
 - Enchaîner des obstacles isolés de 50 cm et des dispositifs simples de sauts rapprochés.

CONNAISSANCES GÉNÉRALES

- ▶ Identifier quelques disciplines équestres sportives et leurs caractéristiques, dont celles pratiquées dans son club.
- ▶ Dessiner sur un papier et nommer la demi-volte, la demi-volte renversée et la serpentine.
- ▶ Expliquer les différentes litières.
- ▶ Expliquer l'action des aides.
- ▶ Expliquer les aides pour tourner.
- ▶ Décrire la posture du cavalier assis et expliquer l'assiette.
- ▶ Expliquer la raison du changement de diagonal au trot enlevé.
- ▶ Expliquer comment partir au galop par aides diagonales.
- ▶ Expliquer les conditions élémentaires du bon abord d'un obstacle : tracé, vitesse, équilibre.
- ▶ Décrire la posture du cavalier sur l'obstacle.

S'OCCUPER DU CHEVAL

- ▶ Effectuer un pansage complet de son cheval ou de son poney.
- ▶ Curer les pieds postérieurs.
- ▶ Doucher et les membres et le corps.
- ▶ Sécher le cheval.
- ▶ Graisser les pieds.
- ▶ Entretenir la litière.
- ▶ Entretenir l'abreuvoir ou le lieu d'abreuvement et la mangeoire.
- ▶ Ajuster le harnachement.
- ▶ Démonter, remonter et entretenir un filet.

CONNAISSANCE DU CHEVAL

- ▶ Expliquer la répartition des activités du cheval à l'état naturel.
- ▶ Expliquer la vie en groupe des chevaux.
- ▶ Nommer et situer les parties extérieures du cheval.
- ▶ Nommer et situer les parties du sabot.
- ▶ Expliquer le rôle de l'entretien des pieds et de la ferrure.
- ▶ Expliquer le mécanisme du pas et du trot.
- ▶ Reconnaître et nommer les différentes marques blanches : liste, en tête, balzane.
- ▶ Reconnaître et nommer les différents épis : de tête, de crinière.
- ▶ Reconnaître, nommer et décrire :
 - les déclinaisons du bai : isabelle et souris,
 - les déclinaisons de l'alezan : alezan brûlé, café au lait, palomino.
- ▶ Nommer et reconnaître 3 races de chevaux ou de poneys minimum.

PRATIQUE ÉQUESTRE À PIED

- ▶ Mener son cheval ou son poney en main en enchaînant des courbes serrées au pas des deux côtés.
- ▶ En main, reculer avec lui droit sur quelques foulées.
- ▶ En main, faire pivoter ses épaules ou ses hanches sur plusieurs pas.

PRATIQUE ÉQUESTRE À CHEVAL

- ▶ Trotter enlevé sur un diagonal défini et en changer à volonté.
 - ▶ Déchausser et rechausser ses étriers au trot et au galop.
 - ▶ Être stable en équilibre sur ses étriers au trot.
 - ▶ Maintenir son équilibre sur ses étriers au pas et au galop.
 - ▶ Être assis au trot et au galop en cherchant à conserver une bonne posture.
 - ▶ Changer d'allure sur des transitions simples en un point précis : arrêt ↔ pas ; pas ↔ trot ; trot ↔ galop.
 - ▶ Partir au galop sur le bon pied du pas ou du trot sur une courbe.
 - ▶ Accélérer et ralentir aux trois allures.
 - ▶ Obtenir une vitesse adaptée dans chaque allure.
 - ▶ Diriger au trot sur un tracé précis comprenant des courbes serrées et au galop sur un tracé défini.
 - ▶ Sauter un obstacle isolé de 60 cm environ en contrôlant l'allure et la direction à l'abord et à la réception.
 - ▶ Enchaîner des obstacles isolés de 50 cm environ sur un tracé simple.
 - ▶ Sauter sur la piste des dispositifs simples de cavalettis d'environ 60 cm dans une bonne posture.
 - ▶ Aller en extérieur et en terrain varié.
- ➔ **Présenter une reprise type Galop® 3 et réaliser un parcours type Galop® 3.**



FÉDÉRATION FRANÇAISE D'ÉQUITATION
EDITIONS FFE

LA RÉFÉRENCE FÉDÉRALE POUR LA PRÉPARATION DES GALOPS®

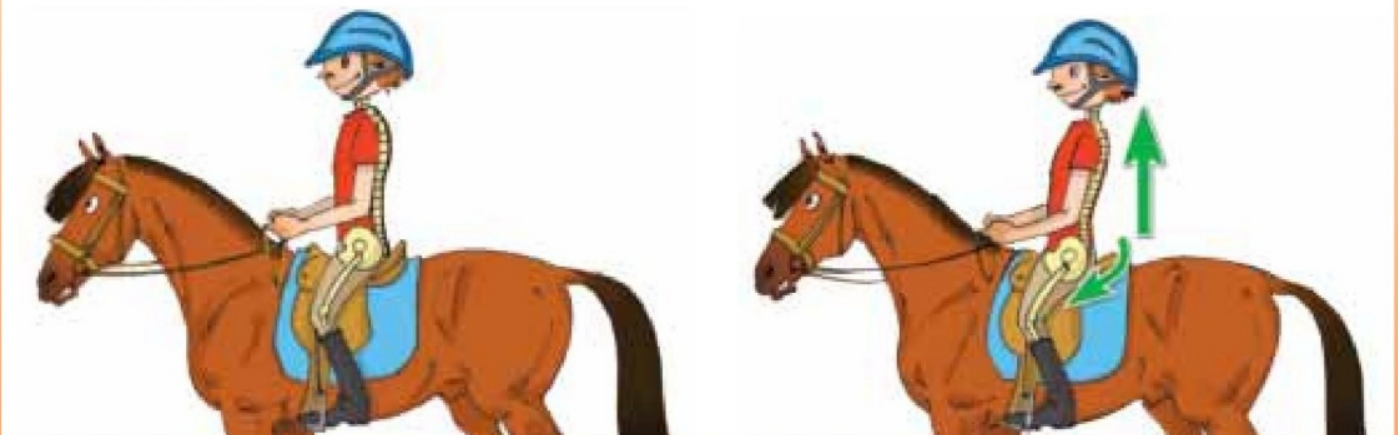


Les **Guides Fédéraux des Galops®** de la Fédération Française d'Équitation proposent un chemin d'acquisitions à parcourir par le cavalier, dans sa pratique à cheval, dans sa pratique à pied, les soins et la manipulation du cheval ou du poney.



Conforme au programme des Galops®.
Avec les questionnaires pour tester ses connaissances
et réussir son Galop®2.

- ▶ **Connaissances générales** présente les différentes activités équestres et les hébergements des chevaux et des poneys avec un gros plan sur les priorités et les figures de manège.
- ▶ **Connaissance du cheval** approfondit l'anatomie et la physiologie du cheval, ses 5 sens, sa tête, ses membres, les caractéristiques des robes. Il aborde l'organisation sociale des chevaux entre eux et fait un gros plan sur leur comportement alimentaire. S'y ajoute la présentation des principaux types de chevaux et de poneys.
- ▶ **S'occuper du cheval** fait une large place aux différentes manipulations du cheval pour aller le chercher et le ramener dans son lieu de vie. Il explique comment effectuer le pansage, mettre le filet, entretenir la selle et distribuer les aliments.
- ▶ **Pratique équestre à pied** explique comment mener le cheval en main, le faire reculer ou lui faire déplacer sa tête, ses épaules ou ses hanches.
- ▶ **Pratique équestre à cheval** explique comment devenir autonome pour bien maîtriser le montoir, le réglage du matériel et la tenue des rênes. Il détaille la bonne posture au trot et au galop ainsi que les transitions qui permettent de bien maîtriser toutes les allures et d'aborder le saut.



© Fédération Française d'Équitation – 2^{ème} édition - Avril 2016

Parc Équestre Fédéral - 41600 LAMOTTE-BEUVRON - 02 54 94 46 00

www.ffe.com

10 Euros
ISBN 978-2-9534502-4-8