



## Entendre le murmure des chevaux 6

Ma vie avec les chevaux	7
La voie du contrôle de soi	16
La structure de l'éducation selon la Méthode Tellington	20
Linda en a fait l'expérience...	22



## Exercices permettant d'établir une relation de confiance 26

Bilan corporel, de confiance et de tempérament	27
Baisser la tête	34
Utilisation et effets de la baguette	36
Dompter le tigre	37



## Les TTouch Tellington 41

Les neuf éléments des TTouch	42
Les TTouch circulaires	48
Les TTouch reliés et soulevants	54
Les TTouch associés à une partie du corps	63

---

## Les exercices de conduite Tellington 81

Les positions de conduite	83
Longer en ovale	91
Le Pigeon voyageur	95
Exercices d'équilibre	99
Guider depuis le sol	101



---

## Le Parcours d'apprentissage 107

Le Labyrinthe	110
L'Étoile	113
Mikado	114
Barres au sol, cavalettis	115
Plate-forme et Pont	116
L'entraînement avec des bâches en plastique	118



---

## Les débuts du travail monté 126

Le premier contact avec la selle	127
La première mise en selle	132
Les premiers pas avec le cavalier	138
Le mors d'entraînement Tellington	147
Problèmes fréquents et solutions	150
Études de cas	152
Pour finir	158



---

## Annexes 159