

1	Utilité et bienfaits du travail à la longe	8
2	L'espace de travail	9
3	Le matériel	10
4	Ajuster le matériel	12
5	Accoutumer le cheval au toucher de la chambrière	15
6	L'instinct de fuite et de contact	16
7	La mise sur le cercle	18
8	L'apprentissage du pas et du trot	19
9	Les trois voltes	22
10	La spirale	23
11	Le galop	27
12	La petite volte au trot	29
13	L'arrêt	32
14	Le quart de pirouette depuis l'arrêt	34
15	Le quart de pirouette au pas, au trot et au galop	36
16	La demi-pirouette sur les hanches	38
17	La demi-pirouette sur la volte	40
18	La demi-pirouette sur la volte au pas	42
19	Le reculer	46
20	Le reculer sur la volte	48
21	Initiation au travail en liberté	49
22	Le travail sur les cavaletti	50
23	La disposition des cavaletti	51
24	La progression	53
25	Le saut sur le droit et sur le cercle	56
26	Éléments de travail à pied	61
	Conclusion	63