

<b>Avant-Propos</b> .....	5
<b>Philosophie</b> .....	6

## NATURAL HORSE-MAN-SHIP *Généralités*

<b>Attitude</b> .....	13
Les 8 principes du Natural Horse-Man-Ship - Les 10 qualités d'un Horse-Man	
<b>Connaissance</b> .....	22
Le prédateur et sa proie - Trois systèmes : respect, impulsion, flexion - Dynamique du mouvement - Vitesse de l'allure - La répartition du poids - La personnalité du cheval - Les aptitudes du cheval - Huit responsabilités - Modes de communication - Renforcements positif et négatif contre punition et récompense - Mode d'évaluation	
<b>Outils</b> .....	46
<b>Techniques</b> .....	48
Le travail latéral en longe - La dynamique de l'équitation	
<b>Temps</b> .....	52
Les niveaux du Natural Horse-Man-Ship - Le temps et le cheval - Le temps et l'homme - Le timing	
<b>Imagination</b> .....	56
Mises à l'épreuve - S'adapter à la situation	

## NATURAL HORSE-MAN-SHIP *Le travail à pied*

<b>Attitude</b> .....	59
Le travail latéral en longe - Les principes, les objectifs et le temps	
<b>Connaissance</b> .....	62
Six façons de céder - La liberté - Distance et approche	
<b>Outils</b> .....	72
Le licol et les longues en corde - Les sticks	

<b>Techniques</b> .....	76
Approche et retrait - Formules en quatre étapes - Sensibilisation et désensibilisation - Gauchers et droitiers - Signaux vocaux - Commandes préparatoires - La position par rapport au regard - Mode de pensée latéral - Comment les chevaux nous utilisent - Travail latéral en longe - Le matériel - Test de gentillesse - Une ligne-clé : la "Drive Line" - La théorie des Quatre Phases - Céder - Longer à une plus grande distance - Mise en application des concepts et des techniques	
<b>Temps</b> .....	120
<b>Imagination</b> .....	122

NATURAL  
HORSE-MAN-SHIP  
*Le travail en selle*

<b>Attitude</b> .....	127
<b>Connaissance</b> .....	130
La santé mentale, émotionnelle et physique du cavalier - La santé mentale, émotionnelle et physique du cheval - Le focus - L'échelle de fermeté : demander, dire, promettre	
<b>Outils</b> .....	140
Les outils du Natural Horse-Man	
<b>Techniques</b> .....	150
Le focus - Position des rênes et fonction des rênes - La responsabilité de chaque rêne - Les mains et les jambes - Céder à la pression en s'en éloignant ou en l'accompagnant - De l'usage des éperons - Une assiette indépendante - Le reculer - Ralentir et s'arrêter - Les pas de côté - Vérifications en selle, avec un licol et sa longe - Moyens de contrôle - Départs et transitions - Le test du trot - Le test du canter - Bipède latéral et changements de pied - Figure en feuille de trèfle - Mises à l'épreuve - Vérifications avec un mors de filet et des rênes de mécate - Le rassembler	
<b>Temps</b> .....	196
Le calendrier du cheval et de l'homme - Le concept des 80 /20 - L'instant présent - Le timing - Un planning pour le jeune cheval	
<b>Imagination</b> .....	202
Les épreuves imaginaires - Les jeux de simulation	
<b>Parelli-Ismes</b> .....	208
<b>Test de niveau I</b> .....	210