

Sommaire

Passer ses Galops

8



À côté du poney

- La famille du cheval et du poney 10
- Le cheval et le poney 10
- Le club 12
- La sellerie 14
- Capturer l'attention de son poney 16
- Aborder son poney au box 16
- Aborder son poney à l'attache 18
- Reconnaître sa gauche et sa droite 19
- Mettre un licol 20
- Attacher son poney 21
- Le premier pansage 22
- À l'attache 23

- Mener son poney en main 24
- Les principales parties extérieures du poney 25

Sur le poney

- Entrer dans la carrière ou le manège 26
- Vérifier le sanglage et la place de la selle 26
- Se mettre en selle sans étriers 28
- Se mettre en selle avec une aide extérieure 28
- Prendre ses rênes 29
- Être assis dans une bonne posture 30
- Marcher au pas 31
- Tourner 31
- Faire une diagonale 32
- Ralentir et s'arrêter 33
- Les premières foulées de trot assis 35
- Le premier galop 36

En descendant du poney

- S'occuper de son poney après l'avoir monté 38
- Enlever le filet 39
- Enlever la selle 40
- Laver le mors 41
- Ranger le matériel dans la sellerie 41
- Les parties du licol 42
- Les parties du filet 42
- Les parties de la selle et de la bardette 43

Un peu de théorie

- Respecter le poney 44
- Observer les poneys 45
- Les expressions et les postures du poney 46
- Notions sur les allures 48
- Les aides naturelles et artificielles 52
- Les robes de base : le noir, le bai et l'alezan 53

Galop 2

À côté du poney

- Les différents types de logement 54
- Aborder son poney 56
- Lâcher son poney 57
- Le pansage 58
- Curer les pieds 60
- Mettre un filet 62
- Seller 64
- Faire reculer son poney contre le pare-bottes 66
- Mener son poney en main au trot 66
- Déplacer la tête de son poney 67
- Déplacer les hanches de son poney à partir de l'arrêt ... 68
- Déplacer les épaules de son poney à partir de l'arrêt ... 69
- Les principales parties de la tête 70
- Les principales parties des membres 71

Sur le poney

- Se mettre en selle avec étriers 72
- Régler ses étriers à pied 74
- Ressangler à poney 74
- Régler ses étriers à poney 75
- Chausser ses étriers 76
- Ajuster ses rênes 77
- Prendre et se servir d'une cravache 78
- Piste à main gauche ou à main droite ? 79
- Trotter 80
- Galoper 83
- Changer d'allure 85
- Les lettres de manège 86
- Les figures de manège 86
- Sauter un petit obstacle 88
- La position d'équilibre 88
- Descendre et rentrer à l'écurie 90

En descendant du poney

- Entretenir le harnachement 92
- Distribuer les aliments 94

Un peu de théorie

- Les comportements des poneys entre eux 96
- Les cinq sens du poney 98
- Le comportement alimentaire du poney 100
- L'importance de l'eau 101
- Les autres robes 102
- Les aides pour avancer 104
- L'impulsion 104
- Les races de chevaux et de poneys 105
- Les principales disciplines équestres 106
- Les règles élémentaires de sécurité à mettre en pratique à poney 108