

# 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