

<b>PRÉPARATION AU TRAVAIL</b>	<b>01</b>   Le dos du cavalier	12
	<b>02</b>   Les adducteurs du cavalier	14
	<b>03</b>   Question-réponse	16
	<b>04</b>   Communiquer avec son cheval grâce à sa position	18
<b>BIEN TRAVAILLER SUR LE PLAT</b>	<b>05</b>   Savoir tourner autour d'un plot	20
	<b>06</b>   Savoir tourner court en parcours	22
	<b>07</b>   Allure active, puis contrôlée pour une volte	24
	<b>08</b>   Franchissement de barres au pas	26
	<b>09</b>   Départ au galop	28
	<b>10</b>   Galop à faux	30
	<b>11</b>   Galop à faux puis changement de pied	32
	<b>12</b>   Changement de pied au galop	34
	<b>13</b>   Changement de pied provoqué par l'obstacle	36
	<b>14</b>   Barres au sol	38
	<b>15</b>   Barres au sol + stop	40
	<b>16</b>   Compter les foulées	42
	<b>17</b>   Ligne de 3 obstacles	44
<b>BIEN TOURNER</b>	<b>18</b>   Ligne en U	46
	<b>19</b>   Ligne en H	48
	<b>20</b>   Serpentine	50
	<b>21</b>   Tournants forcés	52
	<b>22</b>   Virage court après l'obstacle	54
	<b>23</b>   Virage court avant l'obstacle	56
	<b>24</b>   Virage court avant et après l'obstacle	58
	<b>25</b>   Virages courts sur plusieurs obstacles	60
	<b>26</b>   Virage contrôlé et galop à faux	62
	<b>27</b>   Virages courts sur un parcours	64
	<b>28</b>   Obstacle étroit	66
<b>BIEN CIBLER L'OBSTACLE</b>	<b>29</b>   Obstacle de franchise	68
	<b>30</b>   Sauter l'obstacle à l'endroit choisi	70

<b>BIEN ÉQUILIBRER</b>	31	Retrouver un bon galop après un saut	72
	32	Bon départ au galop pour 2 sauts	74
	33	Bon départ au galop + saut + bon arrêt	76
	34	Saut + stop + saut	78
	35	Saut + serpentine + saut	80
	36	Au pas dans le couloir de barres	82
	37	Saut ou couloir de barres	84
<b>BIEN DIRIGER</b>	38	Saut au milieu d'un 8	86
<b>SUR L'OBSTACLE</b>	39	Saut au milieu d'un 8 renversé	88
	40	Sauts en 8	90
	41	Sauts en 8 renversé	92
<b>AMÉLIORER</b>	42	Saut avec entrée au trot et barres de réglage	94
<b>LES RÉFLEXES</b>	43	Sauts enchaînés avec entrée au trot et barres de réglage	96
	44	Saut de puce	98
	45	Double saut de puce	100
	46	Saut de puce + obstacle	102
	47	Saut de puce en milieu de S ou de C	104
	48	Parc à moutons	106
<b>AMÉLIORER</b>	49	Ligne en W	108
<b>LES TRAJECTOIRES</b>	50	Pieds et barres en V	110
	51	Ligne courte + obstacle large	112
	52	Barres d'encadrement	114
	53	Combinaison à 1 foulée sautée	116
	54	Combinaison à 1 foulée sautée en parcours	118
	55	Combinaison en milieu de S ou de C	120
	56	Maniabilité	122
<b>BIEN ORGANISER</b>	57	Obstacles d'eau	124
<b>UN PARCOURS</b>	58	Endurance du cheval	126
	59	Reconnaissance du parcours	128
	60	Distances	130