

Découverte du Hunter

Exemple de stage, galop 4/5/6



	Jour 1	Jour 2	Jour 3	Jour 4	Jour 5
Théorie & soins	<ul style="list-style-type: none"> Présentation de la discipline & règlement 	<ul style="list-style-type: none"> Toilettages : les pions 	<ul style="list-style-type: none"> Présentation de la notation (grilles de notation) 	<ul style="list-style-type: none"> Découverte des différents profils (monter le parcours) 	<ul style="list-style-type: none"> Visionnage parcours de concours et notation
Séance 1	<p>Fonctionnement & position</p> <ul style="list-style-type: none"> ≠ eq sur les étriers (2 pts 2,5 et 3 pts) stabiliser ou adapter son eq sur une ligne de barres au sol idem + courbes 	<p>Contrôle de l'allure</p> <ul style="list-style-type: none"> transition galop-trot-pas en eq sur les étriers zone de transition galop - trot - galop zone de transition galop - pas - contre galop 	<p>Courbes larges et serrées</p> <ul style="list-style-type: none"> adapter son équilibre en courbe enchaînement courbes larges et serrées parcours barres au sol avec PI 	<p>Gymnastique en extérieur</p> <ul style="list-style-type: none"> stabiliser son eq au trot et au galop ("mise en selle") adapter son eq en fonction du dénivelé 	<p>Cadence et régularité</p> <ul style="list-style-type: none"> cercle, ligne barres au sol, cercle enchaînement b.s et cercles enchaînement avec cercle de départ et d'arrivée
Séance 2	<p>Amplitude & contrats de foulées (barres au sol ou obs)</p> <ul style="list-style-type: none"> répéter un contrat régulier sur une ligne varier le contrat de foulées enchaîner un contrat, changement de main, contrat +1 dans l'autre sens 	<p>Sauts au trot & sauts de puce</p> <ul style="list-style-type: none"> stab son eq saut au trot saut de puce abord au trot enchaînement saut au galop, transition au trot saut de puce au trot 	<p>Contrôle latéral</p> <ul style="list-style-type: none"> directionnel sauts décalés sauts de biais enchaînement sauts décalés et sauts de biais 	<p>Franchise</p> <ul style="list-style-type: none"> pointe à l'endroit pointe à l'envers araignée enchaînement 	<p>Mise en situation parcours type</p>