

# Multi-activités



## Exemple de stage enfants, débutant jusqu'au galop 2

	Jour 1	Jour 2	Jour 3	Jour 4	Jour 5
<b>Théorie &amp; soins</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Pansage</li><li>• Parties du poney</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Parties de la selle et du filet</li><li>• Nettoyage cuir</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Comportements et mode de vie du poney</li><li>• Alimentation</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Mode de communication</li><li>• Les 5 sens du poney</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Figures de manège</li><li>• Robes et taches</li></ul>
<b>Séance 1</b>	<b>Mise en selle</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• positionnement</li><li>• travail sans étriers</li><li>• jeu d'équilibre (motricité, équilibre haut du corps)</li></ul>	<b>Equifun</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• échauffement</li><li>• découverte des dispositifs</li><li>• enchainement d'un parcours type</li></ul>	<b>Voltige</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• échauffement</li><li>• évoluer aux trois allures</li><li>• se mettre à genoux, faire le moulin, l'étendard, à l'arrêt ou au pas</li></ul>	<b>TREC</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• contrôle de l'allure (maîtrise des allures)</li><li>• découverte dispositifs</li><li>• enchainement des dispositifs</li></ul>	<b>Travail à pied</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• se positionner</li><li>• mener : marcher, s'arrêter, tourner</li><li>• parcours de maniabilité</li></ul>
<b>Séance 2</b>	<b>Dressage</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• repérer les lettres (associer à des animaux pour les plus petits)</li><li>• découvrir ou confirmer les figures de manège</li><li>• enchaîner des transitions</li><li>• répéter en carrousel</li></ul>	<b>Attelage et longues rênes</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• tenir les guides</li><li>• diriger sur un parcours simple (passage de portes)</li><li>• effectuer des transitions simples</li></ul>	<b>Horse-ball</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• s'équilibrer : se pencher à différentes hauteurs</li><li>• viser une cible</li><li>• se faire des passes (à l'arrêt, en cercle, en se suivant)</li><li>• ramasser/passer/viser</li></ul>	<b>Obstacle</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• s'équilibrer sur les étriers</li><li>• passage barre au sol</li><li>• passage petit obstacle</li><li>• enchainement barres au sol et cavalettis</li></ul>	<b>Balade</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• s'équilibrer dans les dénivelés</li><li>• découvrir la flore locale</li><li>• contrôler l'allure</li></ul>