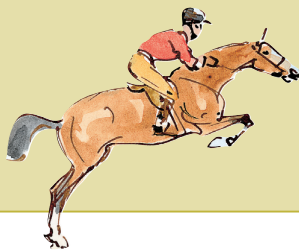


<b>BASES THÉORIQUES</b>	<b>01</b>   Intervention à l'attention des chefs de piste	12
<b>POUR CONSTRUIRE</b>	<b>02</b>   Choisir un parcours d'entraînement selon son rôle	13
<b>UN PARCOURS</b>	<b>03</b>   Choix du cavalier	14
	<b>04</b>   Choix du moniteur	15
	<b>05</b>   Choix de l'entraîneur	16
	<b>06</b>   Choix du préparateur de chevaux	17
	<b>07</b>   Idées pour la construction d'obstacles de travail	18
	<b>08</b>   Pour un bon alignement	20
	<b>09</b>   Angles des virages	21
	<b>10</b>   Distance et diamètre des virages	24
	<b>11</b>   La parabole du saut	26
	<b>12</b>   Choix des combinaisons	28
	<b>13</b>   Choix des formats pour la construction des triples	30
<hr/>		
<b>LES DIFFÉRENTES</b>	<b>14</b>   Petits terrains	32
<b>TAILLES DE TERRAIN</b>	<b>15</b>   Terrains de taille moyenne	37
	<b>16</b>   Grands terrains	49
	<b>17</b>   Terrain ovale ou rond	58
<hr/>		
<b>EXERCICES</b>	<b>18</b>   Idées pour le début de construction d'un parcours	64
<b>DE PRÉPARATION</b>	<b>19</b>   3 obstacles pour un aller-retour	66
<b>DU PARCOURS</b>	<b>20</b>   4 obstacles pour 6 contrats de foulées différents	67
	<b>21</b>   4 obstacles pour 8 contrats de foulées différents	70
	<b>22</b>   6 obstacles pour 18 contrats de foulées différents	72
	<b>23</b>   Saut d'une croix	74
	<b>24</b>   Barres au sol et couloir de barres	76
	<b>25</b>   Travail sur deux barres au sol	80
	<b>26</b>   2 obstacles avec 3 couloirs de barres au sol	82
	<b>27</b>   Couloir de barres au sol dans une ligne droite	86



<b>28</b>	Couloir de barres au sol dans une ligne courbe	88
<b>29</b>	Couloir de barres au sol	91
<b>30</b>	Utiliser les « rails de chemin de fer » à l'entraînement	94
<b>31</b>	Un oxer et deux couloirs à 90°	100
<b>32</b>	Le saut de puce	102
<b>33</b>	Le saut de puce pour le jeune cheval	104
<b>34</b>	Le saut de puce pour un cheval froid	106
<b>35</b>	Le saut de puce pour le cheval anxieux	108
<b>36</b>	Le saut de puce pour le cavalier	110
<b>37</b>	Double saut de puce et serpentine	112
<b>38</b>	Parc à moutons	116
<b>39</b>	Travail sur 3 obstacles en ligne	122
<b>40</b>	Exercice ligne en U	128
<b>41</b>	Exercice ligne en H	132
<b>42</b>	Virage court	134
<b>43</b>	Triple de travail	144
<b>44</b>	Combinaison à une foulée sautée	146
<b>45</b>	Combinaison en milieu de S ou C	150
<b>46</b>	Débuter un jeune cheval à l'obstacle	154
<hr/>		
<b>PARCOURS</b>	<b>47</b>	Premier enchaînement pour un jeune cheval 157
<b>MULTI-FONCTIONS</b>	<b>48</b>	Enchaînement en 8 de chiffre pour un jeune cheval 160
	<b>49</b>	Débuter avec un cheval que l'on ne connaît pas 164
	<b>50</b>	Préparer les sauts d'obstacles d'eau 168
	<b>51</b>	Hunter 170
	<b>52</b>	Idées pour monter vos parcours multi-usages 174
	<b>53</b>	Distances recommandées pour les combinaisons et les lignes 188