

ifce



**Diriger sur un tracé précis
et choisi en enchaînant les
sauts**

François Fontaine
Ecuyer Cadre noir – Mars 2018

Sommaire

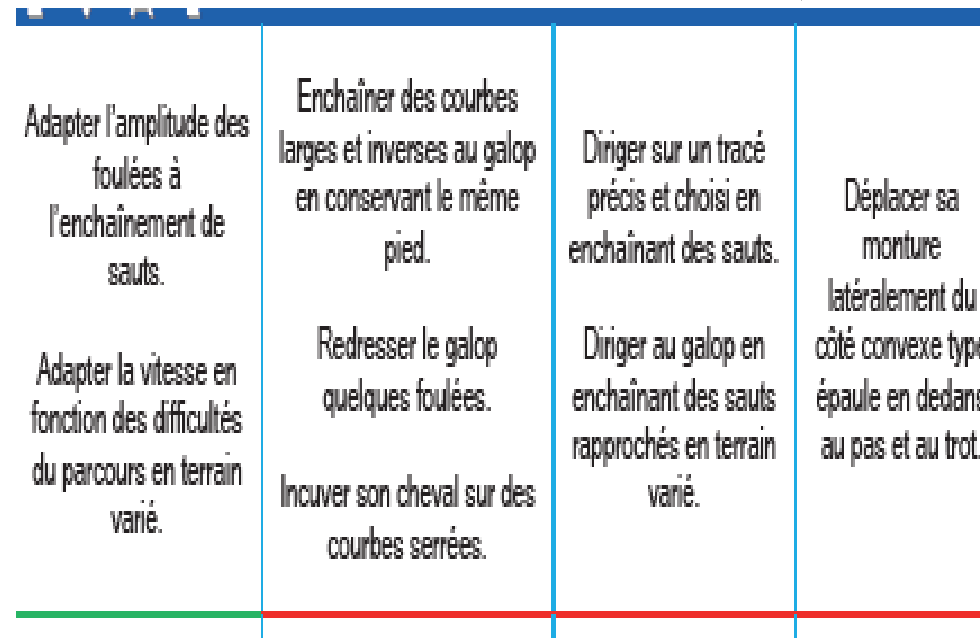
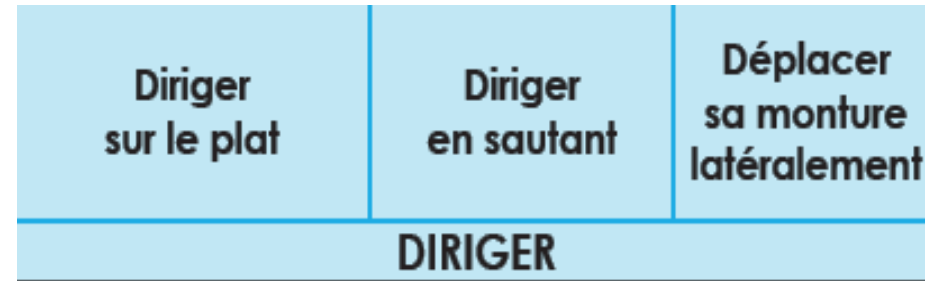
[Vidéo enchainement](#)

- Plan de formation fédéral du cavalier
- Présentation des exercices
- Consignes
- Les différents exercices
- Ce qu'il faut retenir

Plan de formation fédéral du cavalier

Fondamental : Diriger en sautant

Galop 7



Présentation des exercices :

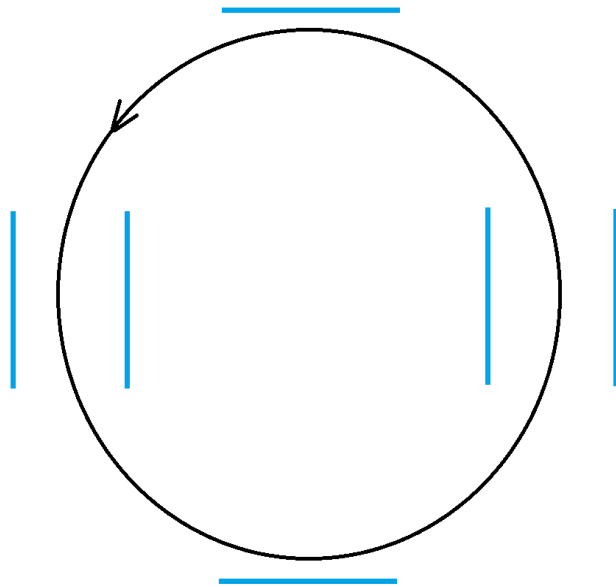
1. Cercle sur le plat d'environ 20 m de diamètre
- 2 . Saut d'un obstacle sur le cercle de 20 m de diamètre
- 3 . Saut de 2 obstacles sur le cercle de 20 m de diamètre à la même main
- 4 . Saut de 3 obstacles sur un « 8 de chiffres » de 20m de diamètre avec changement de main et de pieds
- 5 . Enchaînement de 4 obstacles en serpentine sur la ligne du milieu
- 6 . Enchaînement de 3 obstacles en ligne courbe
- 7 . Enchaînement de 3 obstacles en ligne courbe fermée
- 8 . Enchaînement de l'ensemble des exercices

Consignes d'exécution :

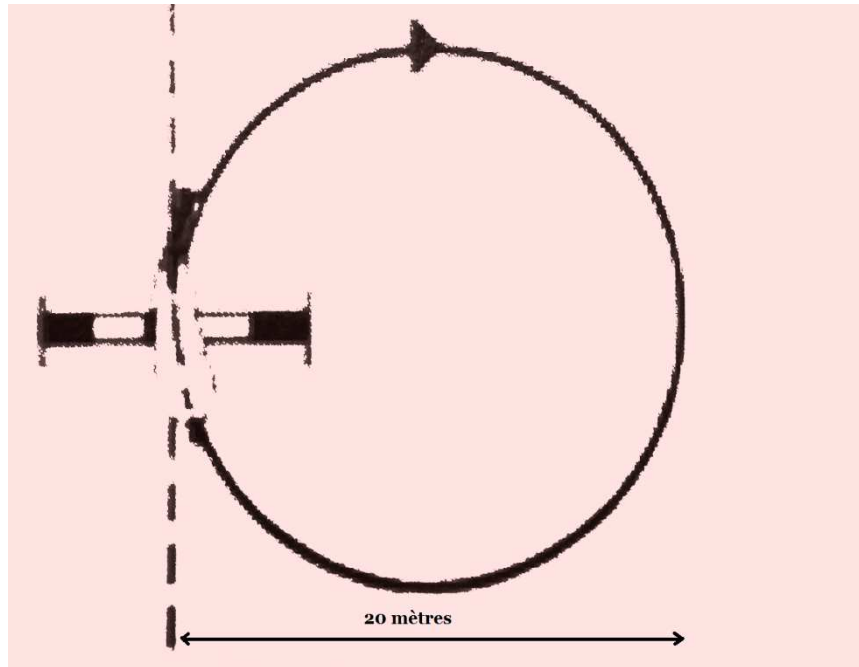
Tous ces exercices s'effectueront au galop de travail :

- Régulier
- Incurvé en respectant le tracé imposé
- Sur le bon pied
- Sur des obstacles de 80cm à 1m

EX 1 : Cercle de 20 m sur le plat

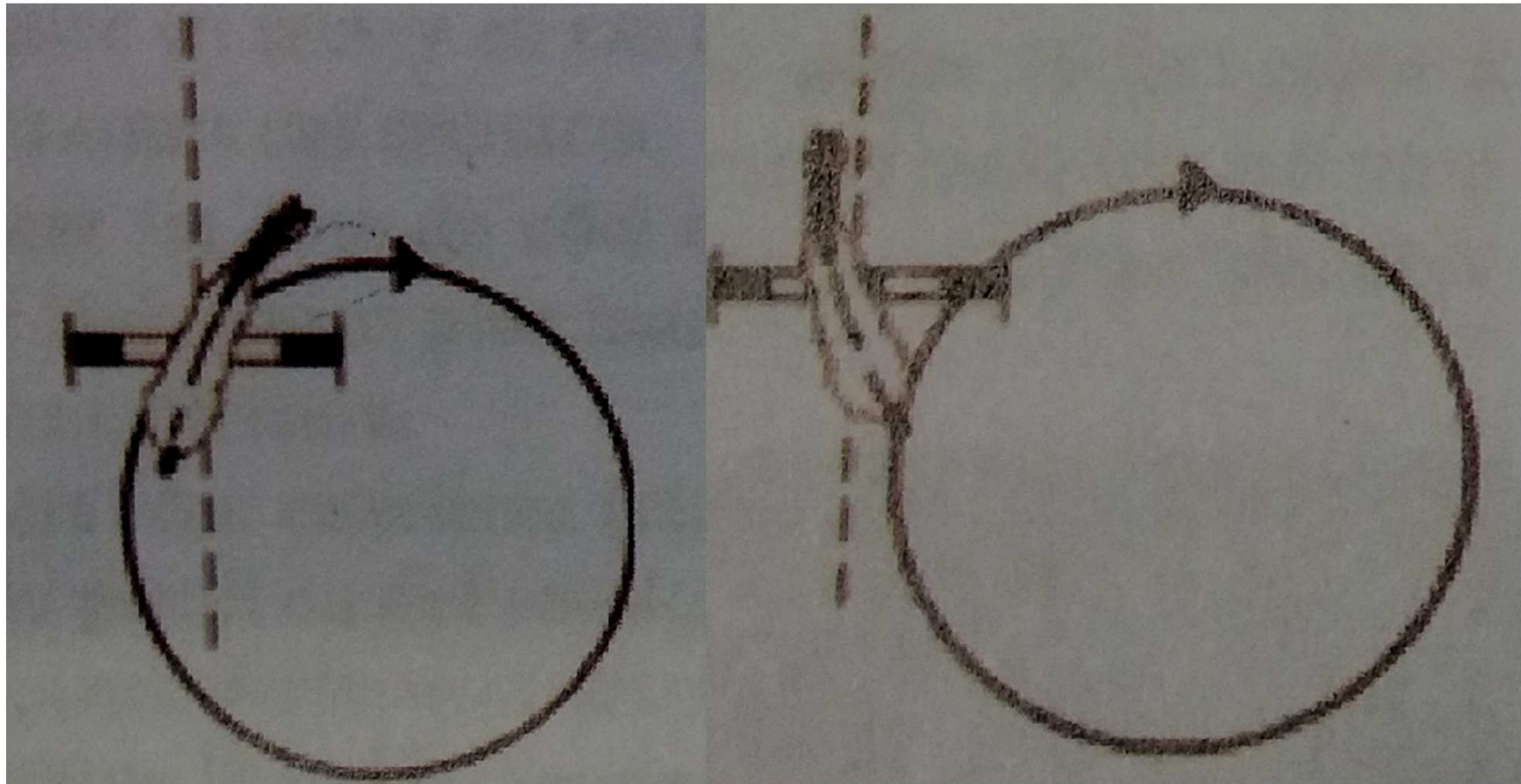


EX 2 : Saut d'un obstacle sur un cercle de 20m

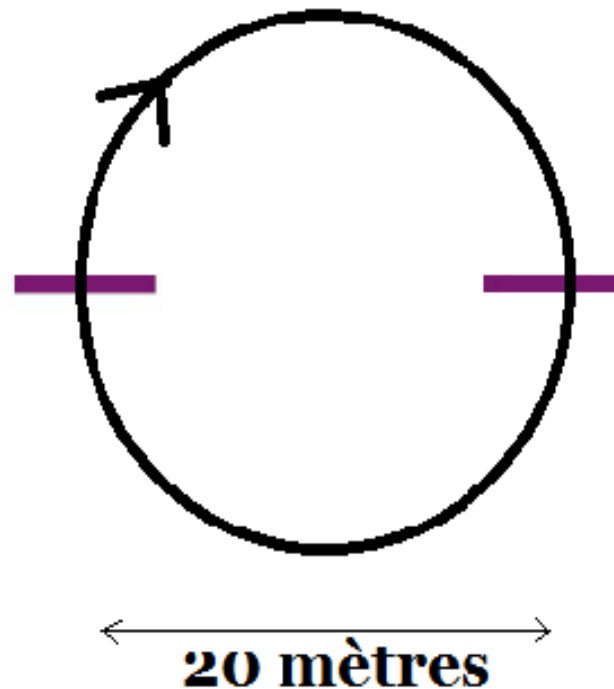


[Vidéo saut sur un cercle 20 m](#)

EX 2 : Saut d'un obstacle sur un cercle de 20m : erreur à éviter



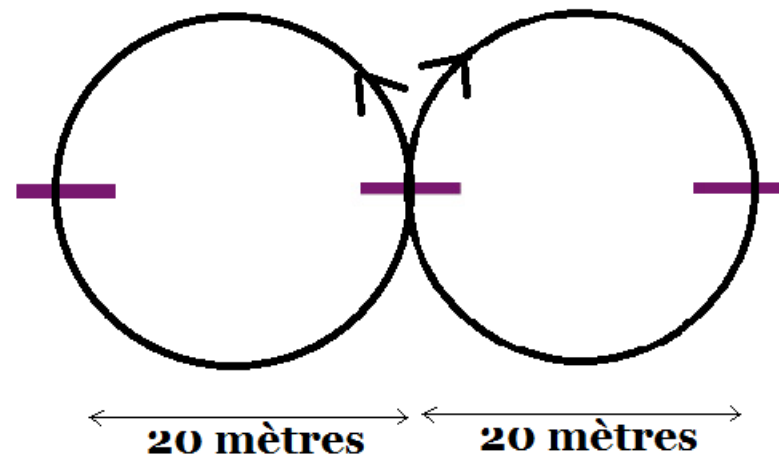
EX 3 : Saut de 2 obstacles sur un cercle de 20m



[Vidéo Saut 2 obstacles sur un cercle](#)

EX 4 : Saut de 3 obstacles sur un « huit de chiffres »

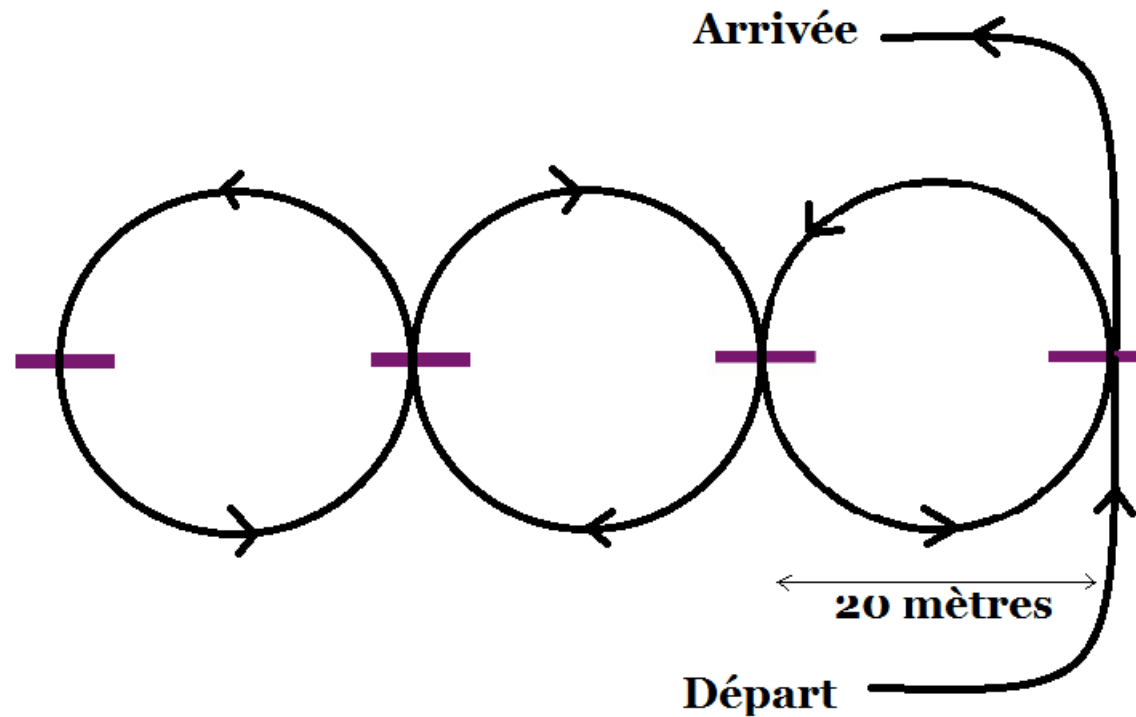
avec un changement de pieds sur l'obstacle du milieu



[Vidéo Saut 3 obstacles sur un huit](#)

EX 5 : Serpentine sur 4 obstacles

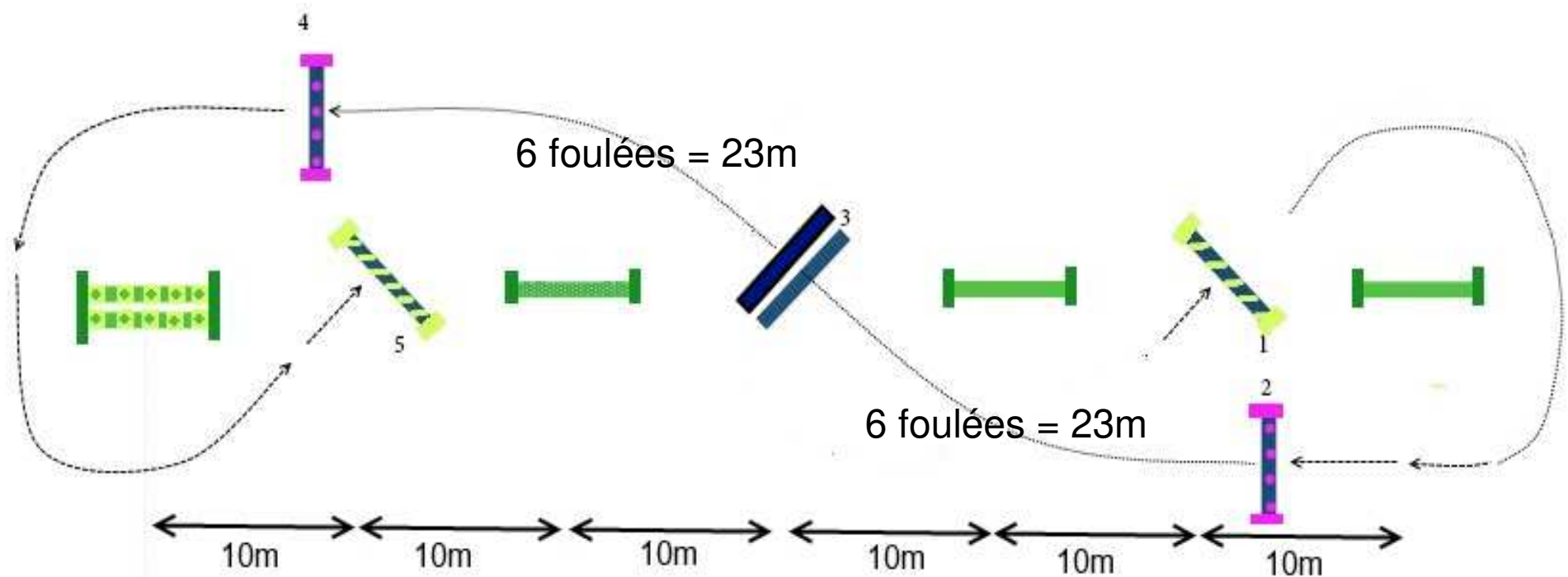
aller – retour



[Vidéo serpentine](#)

Ex 6 : Enchaînement de 5 obstacles

avec une ligne courbe en «S» à 3 éléments

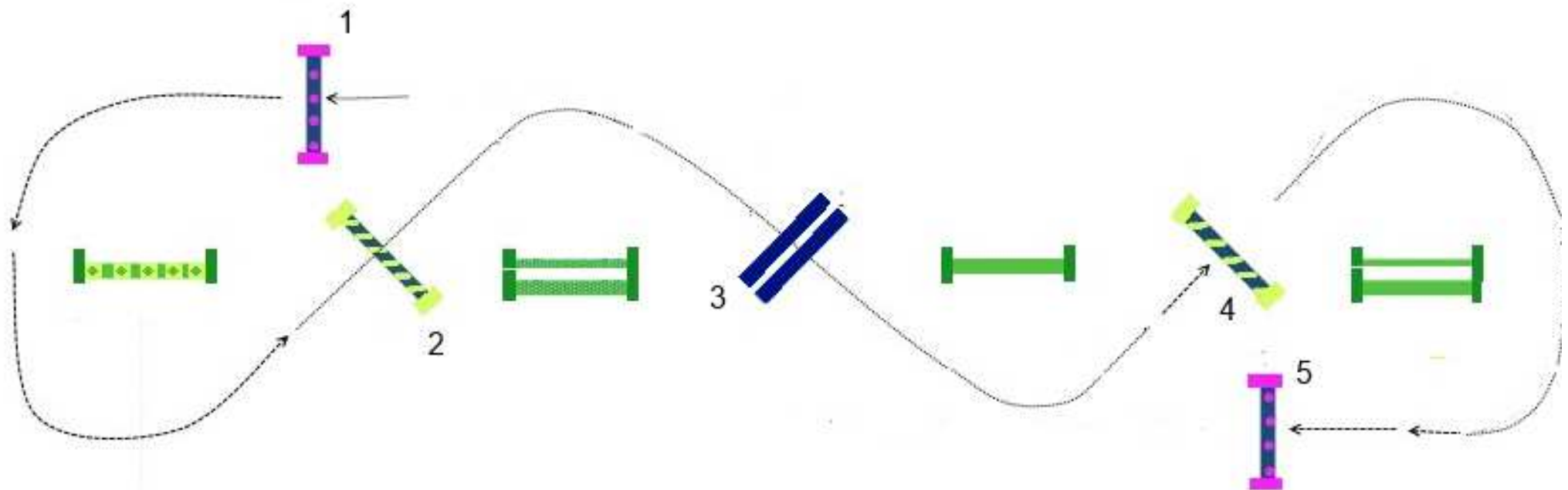


[Vidéo 5 sauts ligne courbe](#)

*Distance au galop de travail et en manège à ajuster
en fonction de la cavalerie et du niveau du cavalier*

Ex 7 : Enchaînement de 3 obstacles

en ligne courbe à angle droit



[Vidéo 5 sauts courbe serrée](#)

Le respect du tracé est prioritaire au contrat de foulée

Enchaînement de l'ensemble des exercices



Ce qu'il faut retenir

Pour diriger correctement son cheval sur un tracé précis et choisi en enchaînant les sauts, il faut respecter :

- la symétrie des exercices
- la régularité du galop
- l'incurvation sur les courbes
- la rectitude en ligne droite

Pour en savoir plus...

Les prochaines web conférences

Jeudi 22/03/18 : Comprendre la locomotion du cheval d'attelage

Mardi 27/03/18 : Contrat d'entraînement du cheval : quel régime juridique ?

jeudi 29/03/18 : Consanguinité : comment la calculer ?

Équi-paedia

www.equipaedia.fr



équi-paedia

l'encyclopédie pratique
du cheval