

# Sommaire

## 1 Le cheval

• Histoire du cheval	8
• Histoire de l'équitation	10
• Les races de chevaux d'origine française	12
• Les chevaux de trait d'origine française	16
• Les races de chevaux étrangères	22
• Les poneys d'origine française	28
• Les races de poneys étrangères	29
• Un être unique	32
• L'importance du contact	34
• Les activités du cheval à l'état naturel	36
• Les sens du cheval	38
• Le langage du cheval	40
• Les conséquences de la vie domestique	42
• Comment permettre au cheval d'apprendre	44
• Malin comme un cheval ?	46
• Observer le cheval et son comportement	48
• Les allures naturelles	50
• Les allures défectueuses et artificielles	54
• Les robes	56
• Les marques en tête et aux membres	60
• L'identification du cheval	62
• Les principales parties du cheval	64
• Le squelette et les muscles	68
• La bouche du cheval	70

## 2 Le cavalier

• La position du cavalier sur le plat	74
• La position du cavalier à l'obstacle	76
• Les aides naturelles et artificielles	78
• L'impulsion et les aides pour avancer	80
• Les aides pour tourner	82
• Les aides de l'incurvation	84
• La jambe isolée	86
• L'indépendance et l'accord des aides	88

## 3 Se mettre en selle

• Les différentes disciplines	92
• L'équipement du cavalier	98
• Le matériel	100
• Les espaces du club	102
• Le logement des chevaux	104
• Aborder son cheval	106
• Mettre un licol et attacher son cheval	108
• Mettre et enlever un filet	110
• Seller et desseller	112
• En route vers le manège	114
• Se mettre en selle	116
• Les rênes	120
• S'asseoir au pas, au trot et au galop	122
• Trotter enlevé	124
• Prendre le galop	126
• Les figures de manège	128
• Effectuer des transitions	132
• Les règles de circulation en manège ou en carrière	136
• Travailler sans étriers	138
• Les mises en selle sur le plat	140
• Les mises en selle à l'obstacle	142
• Monter à cru	144
• Que faire en cas de chute ?	146
• Partir en extérieur	148
• Sauter de petits obstacles en extérieur	150
• Les règles de sécurité	152

## 4 Se perfectionner

• Pourquoi éduquer un cheval ?	156
• L'échelle de progression	158
• Les différents assouplissements	160
• L'arrêt	162
• Le reculer	164
• Le contre-galop	166

• Le demi-tour autour des épaules	168
• Le demi-tour autour des hanches	170
• La cession à la jambe	172
• Les enrênements	174
• Les règles de base du saut d'obstacles	176
• Les lignes de cavalettis	178
• Reconnaître un parcours	180
• Enchaîner un parcours	182
• Les principaux obstacles de CSO	184
• Mener son cheval en main au pas	186
• Mener son cheval en main au trot	188
• Franchir des embûches simples	190
• Déplacer la tête du cheval	192
• Déplacer les hanches ou les épaules à partir de l'arrêt	194
• Déplacer les épaules ou les hanches sur plusieurs pas	196
• Faire reculer son cheval à pied	198
• Bouger son cheval à distance	200
• Longer son cheval	202
• Présenter un cheval en main	204

## 5 Les soins du cheval

• Le cheval au pré	208
• Le cheval au box	210
• Effectuer un pansage	212
• Curer et graisser les pieds	214
• Doucher	216
• Poser des protections de travail	218
• Poser des bandes de repos ou de polo	220
• Mettre et enlever une couverture	222
• Toiletter	224
• Natter un cheval	226
• Entretenir son harnachement	228
• Le rôle de la ferrure	230
• Le rôle du pied	232

• Apprécier l'état du membre, du pied et de la ferrure	234
• Le travail du maréchal-ferrant	236
• Nourrir son cheval	238
• Distribuer les aliments	240
• L'eau	241
• Les aliments à éviter	242
• Évaluer l'état corporel de sa monture	244
• Les principales normes physiologiques du cheval	246
• Les soins périodiques	247
• Les signes de maladie	248
• Les principales maladies	250
• Transporter son cheval	254
• La reproduction, de la saillie au sevrage	256
• Massage, shiatsu et kinésithérapie	258

## 6 Pour aller plus loin

• Passer ses Galops	262
• Les métiers du cheval	264
• Les chevaux célèbres	270
• Les cavaliers célèbres	276
• Programme des Galops	278
• Index	284
• Adresses utiles	286
• Crédits	287

