--- APPRENTISSAGE DE L'ÉQUITATION DES GRANDS ESPACES ---

Nom :	
Prénom :	
Email :	
N° téléphone :	

EQUIRANDONNEUR 2

Livret de pratiquant

Pré-requis :	Expérience et connaissances de l'Equirandonneur - 1 acquises
Objectifs :	L'apprentissage de l'équitation des Grands Espaces le cavalier est autonome en promenade dans de groupe et découvre la randonnée de plusieurs jours
Théorie :	Avoir acquis les compétences et connaissances du présent livret
Pratique nécessaire, Acquis d'expérience :	20 sorties en ½ journée dont 5 à rythme plus soutenu, sortie de nuit, ou autre sortie à thème 3 ateliers pratiques 2 journées type escapade 2 jours de randonnées avec découché
Validation du niveau :	Examen final théorique et pratique

Compétences

Dans un groupe être capable de :

Aller en autonomie chercher le cheval au pré en sécurité dans le troupeau	D	A
aborder un cheval en sécurité dans le troupeau		
mettre un licol		
ramener un cheval en main		

Panser un cheval en autonomie pour une promenade/randonnée	D	A
faire un pansage complet		
détecter toute anomalie (comportement, plaie, coupure gonfle, ferrure…)		

Harnacher un cheval en autonomie et en sécurité pour une promenade/randonnée	D	A
positionner le tapis		
positionner la selle et la sange + dégarroter le tapis		
pré-régler les étriers		
mettre le mors, régler sa hauteur		
vérifier la sécurité du matériel et le confort du cheval		
charger et répartir l'équipement adapté à la météo dans les sacoches		

Conduire un cheval à pied, en main	D	A
se positionner par rapport à son cheval/positionner son cheval par rapport à soi		
mobiliser les hanches et les épaules du cheval		
le faire reculer sur trois foulées		
gérer plusieurs chevaux en main		
passer avec son cheval et en sécurité des difficultés naturelles (pente, contourner un obstacle, passer une porte, ouvrir et fermer une clôture…..)		

--- APPRENTISSAGE DE L'ÉQUITATION DES GRANDS ESPACES ---

Se mettre en selle, en sécurité et en autonomie, en respectant le dos de son cheval	D	A
ressangler		
comprendre l'intérêt de l'utilisation d'un montoir, le choisir et l'utiliser		
positionner son cheval près du montoir		
ajuster les rênes		
monter souplement sans tirer sur la selle et s'asseoir légèrement (respect du dos et du garrot)		
régler les étriers		
adopter immédiatement une bonne posture (protocole "1-2-3 en selle")		

Avancer au pas en respectant la locomotion, la bouche et le dos de son cheval	D	A
demander le départ au pas (doser ses aides)		
accompagner le cheval avec son assiette (le mouvement du 8) et ses mains		
donner et conserver l'impulsion		
avancer au pas en suspension, en équilibre **sans s'aider de la crinière** (suspension 2 points) (sans tirer sur les rênes et sans retomber dans la selle)		
adapter son équilibre en fonction du terrain (montées descentes)		
en tenant les rênes à une main, et à deux mains, accompagner, diriger, tourner , arrêter sans à-coup		
en tenant les rênes à une main, et à deux mains, ralentir et accélérer l'allure du pas sans tirer sur les rênes		
accompagner, diriger, tourner sans utiliser les mains		
empêcher le cheval de s'arrêter et brouter		

LE TROT Avancer au trot en respectant la locomotion, la bouche et le dos de son cheval		D	A
Demander le départ au trot en dosant ses aides :	dans le groupe		
	en tête		
	seul		
trotter en suspension, en équilibre en s'aidant de la crinière (suspension 2 points)			
trotter en suspension, en équilibre sans s'aider de la crinière (suspension 2 points) (sans tirer sur les rênes et sans retomber dans la selle)			
trotter <u>enlevé</u>, en équilibre et en rythme **en s'aidant de la crinière** (suspension 2 points-3 points) (sans tirer sur les rênes)			
trotter <u>enlevé</u>, en équilibre et en rythme **sans s'aider de la crinière** (suspension 2 points-3 points) (sans tirer sur les rênes et sans tomber dans la selle)			
trotter <u>assis</u>, en équilibre, **sans taper dans la selle et sans tirer sur la bouche**			
retirer et remettre ses étriers au trot			
dans les différents équilibres du trot, ralentir et accélérer l'allure du trot sans perturber la locomotion du cheval	dans le groupe		
	en tête		
	seul		
dans les différents équilibres du trot, en tenant les rênes à une main, et à deux mains, diriger son cheval sur des courbes larges sans perturber sa locomotion et en conservant l'allure	dans le groupe		
	en tête		
	seul		
dans les différents équilibres du trot, diriger son cheval sur des courbes serrées sans perturber sa locomotion	dans le groupe		
	en tête		
	seul		
Passer d'un équilibre du trot à l'autre (sus., enlevé, assis) sans taper dans la selle			
Arrêter sans taper dans la selle et sans à coup dans la bouche du cheval rênes ajustées dans 2 mains	dans le groupe		
	en tête		
	seul sur un chemin encadré		
	seul dans un espace ouvert		

LE GALOP Avancer au galop en respectant la locomotion, la bouche et le dos		D	A
Demander le départ au galop en dosant ses aides	dans le groupe		
	en tête		
	seul		
galoper en suspension haute, en équilibre **en s'aidant de la crinière** (suspension 2 points) (sans tirer sur les rênes)			
galoper en suspension haute, en équilibre **sans s'aider de la crinière** (suspension 2 points) (sans tirer sur les rênes et sans retomber dans la selle)			
galloper en suspension basse, en équilibre **en s'aidant de la crinière** (suspension 3 points) (sans tirer sur les rênes) (sans taper dans la selle)			
galoper en suspension basse, en équilibre **sans s'aider de la crinière** (suspension 3 points) (sans tirer sur les rênes et sans taper dans la selle)			
galoper assis, en équilibre **en s'aidant de la crinière** (sans tirer sur les rênes) (sans taper dans la selle)			
galoper assis, en équilibre **sans s'aider de la crinière** (sans tirer sur les rênes et sans taper dans la selle)			
Enlever et Remettre les étriers au galop			
dans les différents équilibres du galop, accompagner avec les mains les mouvements de la tête et de l'encolure (ne pas perturber la locomotion naturelle)			
Passer d'un équilibre du galop à l'autre (suspension 2 points, trois points, assis) sans taper dans la selle			
dans les différents équilibres du galop, en tenant les rênes à une main, et à deux mains**,** ralentir et accélérer l'allure du galop sans perturber la locomotion du cheval (mains qui accompagnent, assiette liante) :	dans le groupe		
	en tête		
	seul		
dans les différents équilibres du galop, en tenant les rênes à une main, et à deux mains, diriger son cheval sur des courbes larges sans perturber sa locomotion et en conservant l'allure	dans le groupe		
	en tête		
	seul		
Arrêter sans taper dans la selle et sans à coup dans la bouche du cheval, rênes ajustées dans 2 mains	dans le groupe en tête		
	seul en espace ouvert		

--- APPRENTISSAGE DE L'ÉQUITATION DES GRANDS ESPACES ---

LES TRANSITIONS Effectuer les transitions d'allures dans les différents équilibres en sécurité et sans taper dans la selle et sans tirer dans la bouche du cheval	D	A
vers une allure supérieure		
vers une allure inférieure		
passer du galop assis au pas sans trotter		
passer du pas au galop assis sans trotter		

Arrêter son cheval en toutes circonstances	D	A
effectuer un arrêt d'urgence		

L'ÉQUILIBRE DU CAVALIER Gérer son équilibre en toutes circonstances pour sa sécurité et pour préserver le dos et la locomotion du cheval (sans taper dans la selle, sans s'accrocher au rênes)	D	A
gérer son équilibre dans les situations normales à l'arrêt et dans les allures, dans les différents équilibres		
gérer son équilibre dans le franchissement de difficultés naturelles (ou artificielles?)		
gérer son équilibre lors des "sauts de joie" ou changement de pieds au galop		
gérer son équilibre lors des mouvements de surprise du cheval ou lorsque le cheval pile		
se tourner pour regarder derrière soi, sans modifier l'équilibre de la selle et sans faire d'actions de jambe et de main involontaires		
prendre un objet dans les sacoches arrières sans modifier l'équilibre de la selle et sans faire d'actions de jambe et de main involontaires		

--- APPRENTISSAGE DE L'ÉQUITATION DES GRANDS ESPACES ---

LES AIDES Utiliser correctement ses aides pour sa sécurité et pour se faire comprendre par le cheval.	D	A
identifier et anticiper les situations où l'emploi des aides est utile, ne les utiliser qu'en cas de besoin.		
ne pas avoir de mouvements incontrôlés ou inutiles qui risqueraient d'être interprétés par le cheval et/ou perturberaient son confort et sa locomotion.		
ne pas avoir d'action de main qui s'oppose aux actions de jambes ou l'inverse		

Positionner ses mains et bras (utilisation de la main) pour sa sécurité et pour se faire comprendre par le cheval.	D	A
ajuster et tenir les rênes à une mains		
ajuster et tenir les rênes à deux mains		
accompagner les mouvements naturels de la tête et de l'encolure aux différentes allures et dans les différents équilibres		
garder le contact avec la bouche avec des rênes longues		
avant bras le long du corps sans mouvement parasite		
rester dans le demi cercle		
action brève et juste		
pression dans les rênes		
intensité de la pression dans les doigts		

Choisir et utiliser une badine (ou stick de dressage)	D	A
choisir une badine		
tenir correctement une badine, la passer la badine avec aisance d'une main à l'autre sans effrayer le cheval et sans donner d'à-coups dans la bouche		
l'utiliser correctement et à bon escient la badine pour donner des indications au cheval (dosage des aides)		
utiliser la badine pour empêcher les véhicules de frôler les chevaux		

Connaître ses limites et gérer sa fatigue en toutes circonstances	D	A
varier les équilibres pour ne pas s'épuiser		
être conscient de sa fatigue pour gérer sa sécurité et respecter le dos du cheval		
signaler son état de fatigue, s'appuyer sur le groupe		

Gérer ses émotions et celles du cheval en toutes circonstances	D	A
rester dans le calme (conserver ses moyens et ne pas transmettre son stress...)		
ne pas sur réagir à une réaction du cheval		
connaître ,accepter la nature du cheval et anticiper ses réactions		
garder un cheval dans le calme		
remettre un cheval dans le calme		
Récompenser correctement un cheval		

Participer à la dynamique et à la sécurité du groupe	D	A
prendre en compte le groupe en toute circonstance (lors des changements d'allures et lors des franchissements d'obstacles….)		
connaître et utiliser les signes et mots de sécurité (lever la main pour prévenir de l'arrêt…)		
connaître les consignes de sécurité sur la route et lors des traversées de route		

Panser un cheval en autonomie lors du retour de promenade/randonnée	D	A
faire un pansage complet		
détecter et signaler une anomalie sur le cheval ou le matériel		
ramener son cheval au pré		

Connaissances

Pour compléter les connaissances à acquérir : *"**Manuel du cavalier des grands espace**"*

Connaissance du cheval et vocabulaire spécifique	D	A

	l'anatomie		
	la locomotion		
	le comportement (vie en troupeau, alimentation, 5 sens…)		
	le positionnement du cavalier par rapport au cheval (conviction, sanction, récompense, confiance…)		

Connaissance du matériel et entretien		D	A
	Parties du harnachement		
	entretien usuel du harnachement		
	sécurité du harnachement		
	Principale robes et en-têtes, et marques		

MODULES THÉORIQUES

	Intitulé	Date	Formateur
1			
2			
3			
4			

Expériences de promeneur - randonneur

- *+- 20 sorties en ½ journée dont 5 à rythme plus soutenu, sortie de nuit, ou autre sortie à thème*
- *3 ateliers pratiques*
- *2 journées type escapade*

--- APPRENTISSAGE DE L'ÉQUITATION DES GRANDS ESPACES ---

- *2 jours de randonnées avec découché)*

	Date de la sortie	Durée ½ journée/Journée	Niveau	Cheval	Accompagnateur
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
18					
19					
20					
21					
22					
23					

--- APPRENTISSAGE DE L'ÉQUITATION DES GRANDS ESPACES ---

	Date de la sortie	Durée ½ journée/Journée	Niveau	Cheval	Accompagnateur
24					
25					
26					
27					
28					
29					
30					
31					
32					
33					
34					
35					
36					
37					
38					
39					
40					
ATELIERS PRATIQUE					
1					
2					
3					
3					
5					
6					

7					
8					

EVALUATION DES ACQUIS

pratique/connaissance	Evaluateur

DE LA DÉCOUVERTE AUX CHEVAUCHÉES DES GRANDS ESPACES

EQUIRANDONNEUR 1	La découverte de l'équitation des Grands Espaces
EQUIRANDONNEUR 2	L'apprentissage de l'équitation des Grands Espaces le cavalier est autonome en promenade dans de groupe et découvre la randonnée de plusieurs jours
EQUIRANDONNEUR 3	La découverte des Chevauchées dans les Grands Espaces le cavalier se promène à cheval sans accompagnateur
EQUIRANDONNEUR 4	Enfin libre dans les Grands espaces le cavalier randonne plusieurs jours à cheval sans accompagnateur
EQUIRANDONNEUR 5	Vivre sa propre aventure dans les Grands Espaces le cavalier conçoit, organise et gère en autonomie sa randonnée, sa logistique et ses itinéraires.
EQUIRANDONNEUR 6	Voyager dans les Grands Espaces le cavalier voyage seul sans assistance avec un cheval de bât

--- APPRENTISSAGE DE L'ÉQUITATION DES GRANDS ESPACES ---

L'Association Equirandonnée est un centre de formation agréé par la FREF - Fédération des Randonneurs Equestres de France -

Les certificats d'Equirandonneurs sont agréés par la FREF