



1°	De R vers C	au pas sur la piste		<u>piste intérieure</u>	
2°	C	arrêt (compter jusqu'à 3)			
3°	Entre C et H	transition pas, puis trot	8°	C	passage du bidet au trot
4°	H F diagonale	au trot enlevé sur la diagonale		9°	H à V passage des barres au sol au trot en alternant le trot enlevé et la <u>suspension</u>
5°	F à V	au trot enlevé		10°	en F Partir au galop sur la piste (un tour complet)
6°	V	huit de chiffre au trot (balisé)		11°	en F repassé au trot, puis au pas progressivement
7°	S R doublé	doublé dans la largeur au trot, passage des barres au sol en <u>suspension</u>			Caresser

Connaissances générales	S'occuper du poney
Connaître la fédération, la licence Connaître 4 métiers liés au poney-club Connaître les distances de sécurité à poney	Entretien la selle Mettre un licol Reproduire un nœud d'attache Prendre et curer les postérieurs Utiliser étrille, bouchon et brosse douce

Connaissances du poney	Pratique équestre à pied
Connaître les caractéristiques principales du comportement des poneys Différencier poney et ponette. Connaître les 5 robes de base Reconnaître des attitudes spécifiques du poney Connaître les principales parties du corps du poney Connaître l'alimentation distribuée dans mon poney-club	Faire reculer le poney Faire trotter le poney quelques foulées en ligne droite Ajuster ma position près de mon poney en fonction des situations

Pratique équestre à poney	
Me mettre seul en selle Descendre au pas Ressangler en selle avec aide Franchir un parcours simple de barres au sol au trot, en alternant en équilibre et assis	Enchaîner un parcours alternant courbes et transitions Accélérer et ralentir le trot Partir au galop, conserver le galop et repasser au trot

LES JONCS CENTRE EQUESTRE  
 45210 - GRISSELLES  
 CENTRE EQUESTRE ET HARAS  
 02.38.26.02.16 - centreequestresjoncs45@gmail.com  
 www.centreequestresjoncs.fr

1°	<b>Faire reculer le poney</b>
2°	<b>Faire trotter le poney quelques foulées en ligne droite</b>
3°	<b>Arrêter son poney pour le monter</b>
4°	<b>Resangler mon poney</b>
5°	<b>Monter seul(e) en tenant mes rênes</b>
6°	<b>Régler mes étriers</b>

