

Galop 1

Vous n'êtes déjà plus débutant, vous savez panser et desseller votre cheval. En carrière, pour marcher au pas ou trotter, pas de problème non plus. Bravo ! Vous êtes prêt pour votre premier diplôme équestre : le Galop 1.



L'objectif

Le premier Galop ! Autant dire une grande première ! Après avoir pansé et amené votre monture en main sur le terrain, vous êtes capable de vous déplacer au pas et au trot.

Le programme

- ▶ **Equitation** : s'arrêter, marcher au pas et tourner sur des courbes larges, s'équilibrer au trot, découvrir le galop.
- ▶ **Soins** : aborder, mettre un licol, attacher, panser, débrider et desseller.
- ▶ **Connaissances** : les parties de son poney ou de son cheval, les robes, les activités équestres, la marche avec son poney ou son cheval en main, les règles élémentaires de sécurité, le matériel de pansage.

A savoir

Il existe aussi des galops spécifiques à certaines activités comme la voltige ou l'attelage. Les Galops 1 à 4 de cavalier sont réciproques. On peut aussi bien les passer en extérieur, Galops de Pleine Nature, qu'en équitation Camargue, en amazone ou dans toutes les disciplines. Les connaissances et pratiques de base restent néanmoins toujours identiques.



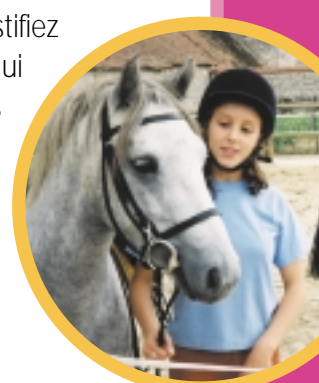
Conseils pratiques

- ▶ N'hésitez pas à vous entraîner en aidant d'autres cavaliers à panser et débrider ou desseller leurs montures. Quand vous serez capable de montrer, vous saurez faire.
- ▶ Pour connaître les robes des poneys et des chevaux, identifiez toute la cavalerie du club.
- ▶ N'hésitez pas à vous faire aider par des cavaliers confirmés du club pour réviser vos connaissances.



Et après...

Avec votre premier galop, vous justifiez désormais d'un apprentissage de base qui vous permettra de franchir les étapes suivantes. En particulier, vous pourrez apprendre à galoper et ensuite même franchir de petits obstacles.



Diplôme

Dès que votre moniteur a validé votre Galop par minitel ou internet, il s'affiche sur votre licence. Vous pouvez en avoir la preuve en allant voir sur www.ffe.com. Vous sélectionnez Rechercher un licencié. Vous mettez votre nom et votre prénom et vous voyez votre Galop inscrit. Quelques jours plus tard, votre club reçoit votre diplôme. N'oubliez pas de le demander.



Bienvenue au club !

www.ffe.com



L'équitation c'est bon

- Une manière active de s'aérer la tête et les poumons.
- Un moyen agréable de parfaire sa forme.
- L'occasion de rencontrer d'autres cavaliers qui partagent la même passion et la même conception active des loisirs.
- L'opportunité de se ressourcer au contact de la nature et de renouer avec ses racines rurales.
- Un contact privilégié avec les poneys et les chevaux.
- Un nouvel univers à partager avec ses proches.

Sport pour tous par excellence

Bon pour les enfants

Ils se responsabilisent. Ils développent leurs capacités psycho-motrices. Ils apprennent le respect des règles.

Bon pour les adolescents

Ils passent leur temps dans une activité saine. Ils apprennent à se mesurer avec eux-mêmes et avec les autres.

Bon pour les adultes

Ils sont transportés dans un univers où la sensation prime sur le rendement.

Bon pour les seniors

C'est un sport qu'on peut pratiquer très longtemps. Le doyen des Jeux Olympiques est presque toujours un cavalier de dressage.

Bon pour les personnes en difficulté

Le rapport à l'animal permet de réussir une approche relationnelle sur des bases nouvelles.

Bon pour les personnes handicapées

Les vertus de l'équithérapie sont multiples. L'animal compense les difficultés de son cavalier. La pratique intégrée est très souvent possible.

L'équitation en France

- 1^{er} sport féminin par les licences
- 1^{er} employeur du secteur sportif
- 1^{ère} nation européenne de tourisme équestre
- 4^e sport olympique
- 33 médailles depuis la création des JO
- 5 000 concours
- 6 000 centres équestres
- 50 000 éleveurs de poneys et chevaux
- 60 000 actifs dans le secteur cheval
- 200 000 poneys et chevaux dans les clubs
- 500 000 licenciés
- 1 million de pratiquants
- 1 million de participations par an en compétitions officielles FFE

Centres équestres poney-clubs

L'âme de chaque club reflète la personnalité de ceux qui le dirigent et qui l'animent.

Comme la ferme d'autrefois, le centre équestre est un **lieu de vie** rythmé par les cycles biologiques des animaux et des saisons.

L'équitation est un sport **très abordable** dont les pratiquants financent les infrastructures, les poneys, les chevaux et le fonctionnement.

Cela génère une belle indépendance et explique la **dynamique** d'entreprise du secteur cheval.

Mon club :

Rêves de poney et de cheval

Le **poney** est en tête des activités que les enfants rêvent de pratiquer.

L'**équitation** est en seconde position des rêves de sport des Français tous âges confondus, après la natation.

La **licence** est le passeport d'accès à toutes les activités fédérales.