Equirider

L'assistant cavalier

Mon carnet de progression

Galop® 5 — les 8 étapes, à cocher au fur et à mesure



Prénom _____ Mon club _____ Début _____

- [ ] **01 L'entraînement du cheval de sport** — le _____
  Je planifie une semaine de travail progressive et variée, avec ses temps de repos.
- [ ] **02 L'épaule en dedans** — le _____
  Je place mon cheval sur trois pistes, incurvé autour de ma jambe intérieure.
- [ ] **03 La reprise de dressage Galop 5** — le _____
  J'enchaîne la reprise avec précision et je sais ce que le juge regarde.
- [ ] **04 Le cross-country : obstacles et technique** — le _____
  Je reconnais les obstacles de cross et j'adapte ma position à chaque profil.
- [ ] **05 Le galop à faux et les changements de pied** — le _____
  Je tiens un galop à faux, et je change de pied par le trot puis par le pas.
- [ ] **06 Le parcours de CSO : technique et stratégie** — le _____
  Je règle mon galop de référence et je choisis mes trajectoires entre les obstacles.
- [ ] **07 Le système respiratoire du cheval** — le _____
  Je sais comment le cheval respire, pourquoi seulement par le nez, et ce qui l'essouffle.
- [ ] **08 Les aplombs du cheval** — le _____
  Je juge des aplombs de face et de profil, et je nomme les défauts courants.

Ce que je veux revoir au prochain cours



Bon à savoir

Ce carnet sert à réviser et à voir la progression : il n'a aucune valeur officielle.
Seul un enseignant à code examinateur valide le Galop® 5 dans la plateforme de la FFE,
et la validation devient définitive quand elle est rattachée à une licence fédérale valide.

Les 8 fiches, les quiz et le carnet : equirider.fr/galop-5/

Scanne le QR code →

Galop® est une marque déposée de la Fédération Française d'Équitation. Equirider est un service indépendant, non affilié à la FFE : nous préparons le Galop® 5, nous ne le délivrons pas.
Romy & Pépite — personnages Equirider.