



CATALOGUE FORMATIONS EQUESTRES



CFA & CFPC
de Rethel

Perfectionnement CSO

Niveau de diplôme

Formation non certifiante ;
Attestation de fin de formation.

Durée

14 heures - 2 jours

Public

- Cavalier tout âge.

Conditions d'entrée

- S'équilibrer à l'obstacle.

Objectifs

Initier des cavaliers au saut d'obstacle.

Contenu de la formation

Équilibre

- S'équilibrer sur une ligne de plusieurs sauts ou modifier son équilibre.
- Savoir rééquilibrer et conserver l'équilibre longitudinalement de son cheval entre les sauts.
- Savoir rééquilibrer et conserver latéralement son cheval dans les courbes.
- Savoir conserver l'équilibre longitudinal et latéral de son cheval sur un parcours de sauts d'obstacle.

Avancer

- Conserver un galop régulier entre deux sauts.
- Transition intra allures au galop entre deux obstacles.
- Etre capable d'adapter sa vitesse et sa cadence sur différents profils d'obstacles et sur un parcours, pour être compétitif.

- Etre capable d'appréhender sa vitesse et sa cadence sur les différents points techniques d'un parcours.

Conduite

- Etre capable d'enchaîner un parcours sur courbes variés en conservant la rectitude.
- Etre capable de conduire son cheval avec précision avant et après un obstacle.
- Etre capable d'optimiser ses courbes entre deux obstacles, des abords, des réceptions avec courbes serrées et d'en assurer la réception, sur un parcours pour être compétitif.
- Etre capable de prendre un obstacle de biais en conservant la rectitude.

Méthode pédagogique

Formation en présentiel.

Méthode didactique

- Mémorisation par répétition.

Méthode Alexander

- Mieux accompagner son élève, individualiser l'enseignement en s'adaptant au profil physique, mental et émotionnel de chaque cavalier.

Modalités de financement

- Pour les exploitants agricoles, cette formation peut être prise en charge par le VIVEA.
- Pour les salariés, cette formation peut être financée par OCAPIAT.

Pour toute demande de devis,
contacter le centre de formation.





Un centre de formation à taille humaine pour des métiers d'avenir.
CFA/CFPC de Rethel | Route de Novion CS75112 - 08305 Rethel Cedex | 03 24 39 60 00
www.eplefpa-rethel.fr | contact@cense08.fr

