



Domaine des Chimères

Kergustiou
56110 Le Saint

tel : 06.18.58.19.21 / 02.97.23.58.86

domaine.des.chimeres@wanadoo.fr

www.domaine-des-chimeres.com



Pour aller plus loin dans la relation...

Stage de 10 samedis matins à compléter par une pratique personnelle avec votre cheval ou en « séances solo »

Le stage peut s'effectuer avec votre cheval ou avec un cheval de la ferme équestre, vous gardez alors le même cheval pour tout le cycle (sauf cas de force majeure).

Les dates 2016 / 2017 sont les suivantes : 1/10, 15/10, 27/11, 17/12 en 2016 et 21/01, 25/02, 25/03, 22/04, 20/05, 24/06 en 2017. Une fois le groupe formé, elles peuvent être modifiées avec l'accord de tous les membres du groupe.

Séance de base (3 heures)

Les activités de ces séances évolueront avec le temps. Leur but sera de répondre à la demande des cavaliers tout en sachant que « l'offre crée la demande ».

Elle se déroulera selon une trame en principe invariable :

Première heure : préparation

1) Transition

Dès l'arrivée, **sas de décompression** entre le quotidien du cavalier et l'univers « cheval » du Domaine des Chimères.

Je commence par un « **tour de parole** » pour que le cavalier fasse le point sur le travail qu'il a fait en amont avec son cheval, qu'il établisse un diagnostic concernant la relation qu'il a avec son cheval et les problèmes rencontrés, qu'il commente ses propres problèmes eu égard à son comportement personnel (colère, impatiences, manque d'autorité, manque de bienveillance...) et qu'il fasse état de son humeur du moment.

Je propose ensuite une **séance d'assouplissements basé sur le Qi Gong cavalier** (respiration, centrage, gymnastique de la colonne vertébrale et du bassin pour une meilleure assiette, etc.).

Ces séances seront l'occasion d'aborder ce que Stéphane Bigo appelle le « rassembler cavalier » ou « comment se comporter avec le cheval pour créer une relation de respect, d'attention et de confiance ». Ce « savoir-être » sera la base de notre savoir-faire et de notre rapport de légèreté avec le cheval.

2) Relation avec le cheval

Puis vous irez chercher votre cheval dans le troupeau pour l'amener sur l'aire de pansage. Après le pansage, suivra un **passage dans le rond de longe**.

Objectifs : Détendre le cheval. L'observer. Créer avec lui l'indispensable relation qui présidera à l'activité du jour. Le préparer à cette activité par un travail à pied spécifique. Résoudre éventuellement quelques résistances qui pourraient se révéler.

Puis ramener les chevaux sur l'aire de pansage pour être sellés.



Heure et demie suivante : Activité proprement dite

Viennent ensuite les activités en selle qui vont occuper la prochaine heure et demie, axées en priorité sur la décontraction à cheval et le plaisir de monter, saupoudrées de petits défis à la portée de tous pour rendre l'activité « piquante ». Ce à travers des promenades et des exercices en terrains variés dans les endroits propices. Ou par des alternances d'équitation sans rêne ou de voltige en carrière avec des temps en terrains variés en forêt (par exemple) ou encore par l'utilisation du parcours existant dans la ferme. De façon à exploiter toutes les ressources offertes par la forêt et par la ferme.

Demie-heure finale : remise des chevaux au pré

A la fin de la séance, vous ramenez tranquillement les chevaux sur l'aire de pansage. Les harnachements sont rangés dans la sellerie, les chevaux reconduits dans leur pré.

Tarifs

Forfait 10 séances : 320€

Pour des raisons de progression pédagogique, il est impossible de s'inscrire pour moins de 10 séances. Pas de remboursement en cas d'annulation, mais possibilité de rater une séance avec rattrapage en été ou sur le cycle de l'année prochaine.

La participation au cycle complet donne accès au tarif "habitués hebdo" pour les randos de l'été.

BULLETIN D'INSCRIPTION

Stage « pour aller plus loin dans la relation » animé par Gaëlle Leprévost

Nom, prénom-----

Adresse-----

Téléphone-----

E-mail-----

Je suis propriétaire de mon cheval : -----

Je souhaite louer un cheval : -----

Arrhes versées : 125 euros à l'ordre du Domaine des Chimères-----

Déclaration pour les cavaliers propriétaires : Je suis seul maître de ma relation avec le ou les chevaux que je travaillerai durant ce stage et entièrement responsable de mes faits et gestes. A ce titre, je me réserve d'accepter ou de refuser les exercices proposés par Gaëlle LEPREVOST et ne pourrai en aucun cas la tenir pour responsable d'un accident éventuel qui pourrait survenir à moi ou à mon cheval.

Fait à Le-----

Signature :