

**THÉORIE**

1/ Matériel et vocabulaire .....	11
2/ Les aides .....	24
3/ Le contact .....	30
4/ Équiper un cheval pour les longues rênes .....	31
5/ Règles de sécurité .....	32

**PRATIQUE**

1/ Ranger les longues rênes .....	38
2/ Sur le cercle : l'équilibre du longeur .....	49
3/ Avancer sur le cercle .....	53
4/ Déplacer le cercle .....	55

<b>1</b>	<b>THÉORIE</b> .....	<b>61</b>
	1/ Description du cheval.....	62
	2/ Les allures.....	64
	3/ Les figures de manège.....	68
<b>2</b>	<b>PRATIQUE</b> .....	<b>71</b>
	1/ L'équilibre du longeur, sur le cercle, de trois quarts et derrière.....	72
	2/ Avancer sur le cercle : régularité et précision.....	78
	3/ Changer de main .....	80

<b>1</b>	<b>THÉORIE</b> .....	<b>87</b>
	1/ L'équilibre et les attitudes du cheval.....	88
	2/ Rectitude et équilibre.....	90
	3/ Rectitude et incurvation.....	90
<b>2</b>	<b>PRATIQUE</b> .....	<b>95</b>
	1/ Équilibrer sa monture.....	96
	2/ Avancer en contrôlant la cadence.....	105
	3/ Enchaîner, inverser les courbes, déplacer le cheval latéralement...	112