



CURS ETO-RIDER

BLOC COMÚ

MÒDUL 1

TEORIA

ETOLOGIA I CIÈNCIA DE L'EQUITACIÓ I

- Aprendre a observar
- El món sensorial del cavall
- Els "signes de comunicació" i el seu significat
- Les capacitats cognitives dels cavalls
 - Introducció sobre la teoria de l'aprenentatge
 - Reforç
 - Càstig
 - Habitució
- La repetició
- La noció de treball i repòs

SABER ESTAR I

- Saber com convertir-se en un referent per al cavall
 - Sigues tu qui "porta el ball"
 - Controla els moviments
- Sigues un professor en lloc d'un entrenador per al teu cavall
 - La capacitat d'adaptació
 - La capacitat d'atenció
 - La capacitat de memorització
 - La capacitat d'anticipació
 - La capacitat de visualització
 - Planifica la sessió
- L'essència d'una bona relació home-cavall
 - La confiança
 - La coherència
 - El cavall és la nostra "parella de ball"
 - El control del moviment
- Conèixer les eines naturals a disposició del genet per comunicar-se a peu:
 - El llenguatge corporal
 - La nostra posició en l'espai en relació al cavall
 - La intenció



PRACTICA

La importància del treball peu a terra i la seva coherència amb el treball muntat

TREBALL A PEU I (amb capçada)

- Ser capaç de captar l'atenció, obtenir la confiança i mantenir la comunicació en tot moment de la sessió.
- Descriure els observables en el cavall durant el treball
- Descriure els observables en el genet durant el treball

EXERCICIS

- Nusos de seguretat
- Demanar els peus al cavall
- Criteris per ajustar i posar una capçada
- Captar l'atenció del cavall
- Apropar-se a un cavall al camp/paddock
- Apropar-se a un cavall al box
- Relaxar un cavall al camp/paddock
- Sortir i entrar al paddock sol i amb altres cavalls
- Caminar de la mà

TREBALL PEU A TERRA I (amb filet i capçada)

- Ser capaç de captar l'atenció i obtenir la confiança recíproca en tot moment de la sessió
- La utilitat del treball a peu
- Com demanar educadament: les quatre fases successives

EXERCICIS

- Criteris per ajustar i posar una filet
- Mobilitzar el cap, els posteriors i les espatlles
- «Donar el cap a les mans»
- Cedir a la tracció de la corda cap avall, dreta, esquerra, cap amunt
- Connectar la regna als peus
- El botó «on» + la regna d'impulsió
- Els exercicis bàsics per mobilitzar el cavall

TREBALL A LA CORDA I

- Enviar el cavall endavant des de diferents posicions
- Demanar la parada a distància
- Canvi de direcció a distància

TREBALL A CAVALL I

- Escalfament a peu
- Pujar al cavall
- Primeres passes: escalfament a una regna
- Sessió de treball variada
- Refredament progressiu a cavall, al pas
- Fi de la sessió. A peu, línies rectes



EXERCICIS

- Com pujar correctament al cavall
- El treball a 1 regna + 1 regna : els 2 cavalls
- El treball a una regna: els gestos de les mans
- Connectar la regna: demanar/deixar
- Flexió lateral del coll
- Desplaçament lateral dels posteriors
- Botó «on» + regna d'impulsió
- Botó «off» : parada d'emergència

TREBALL EN LLIBERTAT I

La importància del treball en llibertat i la seva coherència amb el treball muntat

TEORIA

- L'interès del treball en llibertat:
 - L'Educació
 - La Reeduació
 - L' Equitació
- Per què treballar en una pista rodona i els seus requisits.
- Les eines que podem utilitzar com a prolongació del nostre cos
- El nostre posicionament respecte al cavall

EXERCICIS

- Els 2 canvis de direcció: interior i exterior
- Els 3 aires
- Les transicions ascendents i descendents



MÒDUL 2

TEORIA

ETOLOGIA I CIÈNCIA DE L'EQUITACIÓ II

Vida social: estructura, organització dels grups

- Vida salvatge
- Vida domèstica
- Conèixer les conseqüències dels nostres comportaments de depredació

Les capacitats cognitives dels cavalls II

- La capacitat d'adaptació
- La capacitat d'atenció
- La capacitat de memorització
- La capacitat d'anticipació

SABER ESTAR II

Conèixer les eines de comunicació a disposició del genet a cavall

- Les regnes
- El llenguatge corporal
- La intenció

Conèixer les qualitats principals per fer-se comprendre

- Tenir un programa
- La claredat
- La coherència
- Aprendre a visualitzar
- L'educació
- L'adaptabilitat
- La seguretat: el control dels moviments
- Conèixer els signes de decontractió del cavall
- Conèixer els diferents tipus de conducció a peu i el seu interès en funció del cavall

Els criteris per preparar bé el cavall

- La sella
- La capçada
- La brida
- Els protectors

Altres

- Nocions d'alimentació



PRACTICA

TREBALL PEU A TERRA II

- Pivotar sobre els anteriors
- Pivotar sobre els posteriors
- Desplaçaments laterals
- Control de la posició del cap i el coll
- Controlar els aires i la direcció

Treballar en un terreny sense obstacles

- Trotar a la mà
- La parada
- Pas enrere
- Volta interior
- Volta exterior

TREBALL A LA CORDA II

- Demanar transicions ascendents i descendents
- Canviar de cercle
- Mobilització dels posteriors i les espatlles a distància

TREBALL EN LLIBERTAT II

- Control dels canvis de direcció
- Control del pas enrere
- Control dels 3 aires

TREBALL A CAVALL II

- Canvi de direcció amb els posteriors
- Pivotar sobre el terç anterior (espatlles)
- Pivotar sobre el terç posterior (malucs)
- Desplaçament lateral de les espatlles en la direcció oposada a la flexió
- Pas enrere
- Tres aires a regnes soltes
- La immobilitat



MÒDUL 3

TEORIA

ETOLOGIA I CIÈNCIA DE L'EQUITACIÓ III

- Diferències entre els cavalls i adaptar-se a cada individu
- Mode de vida, funcionament dins de "la manada"
- El cavall: un animal lliure
- Comportaments socials naturals

SABER ESTAR III

Pla de sessió: Pujar i baixar del remolc

- Exercicis preparatoris per al remolc
- La sessió de remolc

El llenguatge corporal a cavall

- Les mans
- La intenció

PRACT&ICA

TREBALL PEU A TERRA III

- Més impulsió
- Més lleugeresa
- Més equilibri
- Preparar els desplaçaments laterals

Treballat a través d'obstacles simples

- Serpentine
- Passar per sobre de les barres
- Maniobrabilitat: barres per terra, quadrat, estrella...
- Pas lateral sobre barres per terra
- Passar zones estretes

TREBALL EN LLIBERTAT III

- Control de les transicions
- Control de la parada, la mirada i l'atenció
- Control del cap: flexió lateral del coll
- Desplaçaments laterals
- Conducció virtual



TREBALL A LA CORDA III

- Donar corda sobre diferents cercles, canviant de diàmetre i de posició
- Donar corda sobre diferents quadrats, canviant de mida i de posició
- Gestió dels 3 aires i les transicions
- Conducció des del darrere
- Introducció al treball de regnes llargues

TREBALL A CAVALL III

- El llenguatge corporal
 - Les mans
 - La intenció
- Desplaçaments laterals
- Control de la velocitat
- Control de la posició del cap i el coll
- Control del moviment dels posteriors i les espatlles
- Els observables
- Afinar el treball a dos regnes
- Afinar el treball a 1 regna + 1 regna
- Afinar el treball a 1 regna
- Contacte/ No contacte
- Control dels aires



MÒDUL 4

TEORIA

ETOLOGIA I CIÈNCIA DE L'EQUITACIÓ IV

- Aprofundir en les nocions teòriques dels Mòduls 1 a 3
- L'Equitació Etològica i l' Equitació Clàssica
- A la recerca d'una equitació d'alt rendiment i ètica
- El control d'un mateix

SABER ESTAR IV

Saber organitzar, gestionar, adaptar el treball del cavall

- Millorar la impulsió = Millorar la motivació
- Mil i un exercici
- Tenir un programa
- Genet Actiu, no Reactiu
- Concentrar-se
- Visualitzar el moviment
- Les 4 energies
- Adaptar-se permanentment

PRACTICA

TREBALL PEU A TERRA IV

- Més impulsió
- Més lleugeresa
- Més equilibri
- Control dels desplaçaments laterals

TREBALL A LA CORDA IV

- Control dels 3 aires
- Control de la direcció
- Control de la posició del cap i el coll
- Passar obstacles



TREBALL EN LLIBERTAT IV

- Control dels 3 aires : el cavall "self carry"
- Control de les espatlles
- Optimitzar la conducció virtual
- Control de la direcció: traçats
- De l'Est a l'Oest

TREBALL A CAVALL IV

- Perfeccionar la comunicació a dos regnes
- Perfeccionar la comunicació a 1 regna + 1 regna
- Perfeccionar el llenguatge corporal
- Introducció del llenguatge de les cames
- La independència de les ajudes
- Ajudes flotants
- Perfeccionar el control dels aires
- Perfeccionar el control de les transicions
- Control del pas enrere en traçats
- Els desplaçaments laterals

EXERCICIS

- Petit cercle
- Petit tren
- Conduir els posteriors
- Conduir les espatlles
- Espatlla endins , com i perquè
- Contra espatlla endins, com i perquè
- Travers, com i perquè
- Renvers, com i perquè

PERFECCIONAMENT DE LA COMUNICACIÓ

- La incurvació
- La connexió de les regnes als posteriors
- La connexió de les regnes a les espatlles
- La impulsió
- La rectitud
- L' Equilibri
- Un cavall reunit amb ajudes lleugeres
- El cavall "self-carry"

PASSAR OBSTACLES

- Lones, barres, cortines, desnivells, passatges estrets...