

Sommaire

Remerciements	8
À propos de l'auteur	9
Glossaire	10
Avant-propos	11
Introduction	12

PARTIE 1 L'entraînement du cheval : connaître les bases

1. Les bases de l'anatomie	14
2. La maturité du squelette	26
3. La posture	32
4. La préparation physique du cheval	50
5. L'incidence du cavalier	64
6. L'asymétrie	83
7. Les allures	90

PARTIE 2 Améliorer la performance

8. Position de la tête et de l'encolure	104
9. Le terrain	115
10. Se préparer au rassembler	120
11. Exercices d'incurvation	131
12. Les déplacements latéraux	139
13. Travail sur les barres au sol	151
14. Gymnastique à l'obstacle	161

Index	173
-------	-----