

EQUILIBRE AU SEIN DES EXERCICES

Ma feuille de route

Il est essentiel que les exercices que mon cheval pratique soient équilibrés.
 Comme au yoga, chaque posture devrait avoir une contre-posture.
 Par exemple, si je travaille le montoir d'un côté, je devrais le travailler de l'autre côté aussi.

LA DISTANCE	Exercices proches : - - - - - - - -	Exercices loin : - - - - - - - -
LE MOUVEMENT	Exercices en mouvement : - - - - - - - -	Exercices statiques : - - - - - - - -
LATERAUX	Exercices qui travaillent son côté droit : - - - - - - - -	Exercices qui travaillent son côté gauche : - - - - - - - -