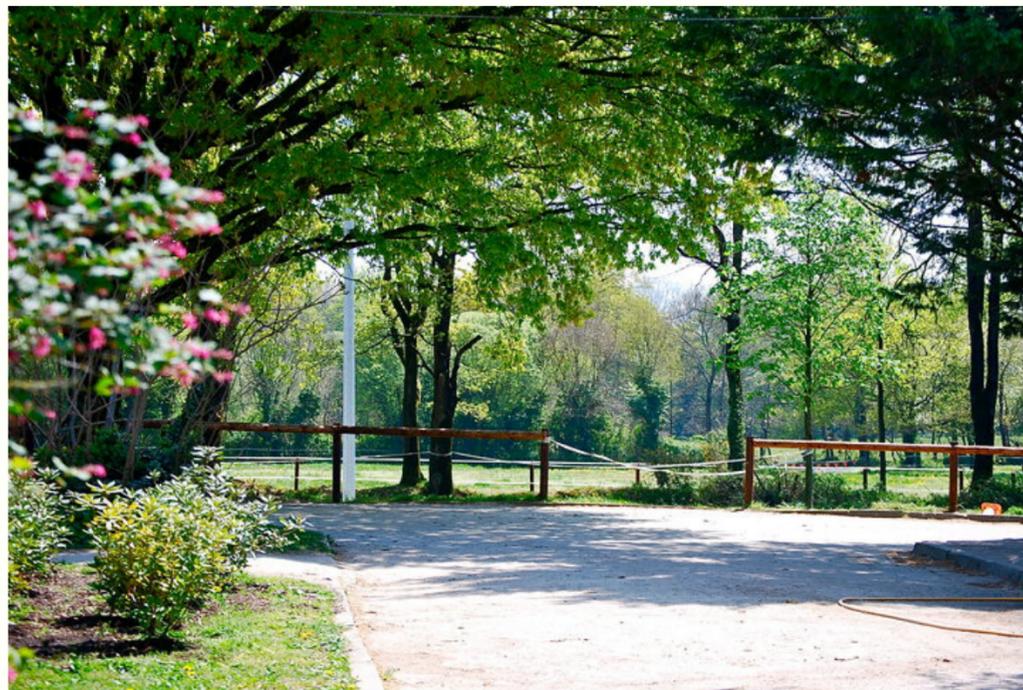


LA GOURMETTE PRÉSENTE

# SES NOUVEAUX PROGRAMMES

Juin 2020

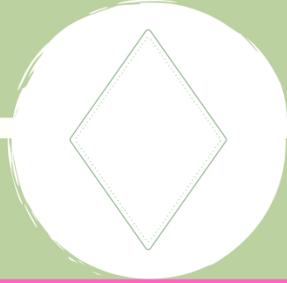


Après avoir longuement repensé le modèle classique d'enseignement de l'équitation, nous avons créé des formules incluant un suivi plus individualisé, un enseignement approfondi permettant aux cavaliers de s'approprier leur progression et atteindre leurs objectifs. Ces progressions sont réunies en 5 piliers :

- Pilier Dexter
- Pilier Quabar
- Pilier Jappeloup
- Pilier Baloubet
- Pilier Quickstar

Grâce à un programme pédagogique réalisé par l'équipe enseignantes, et une progression par étape, le cavalier se projette dès le début d'année dans son cycle d'apprentissage. Le moniteur référent du programme assure à la fois un coaching individuel tout en favorisant les échanges et les moments de convivialité.

# Nos piliers



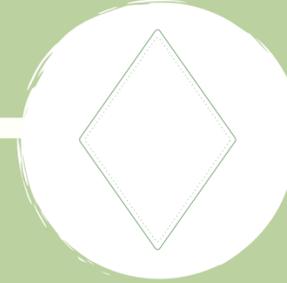
## Dexter

Shetlands

Programme Galop 1 et Programme Galop 2 à shetland -  
Programme Multi-activités

- 36 heures de cours
- 1 concours interne
- 1 semaine de stage (demi-journée)
- 1 Perfectionnement
- 1 après-midi festive de jeux

Tarif : 75€ / mois



## Quabar

Shetlands

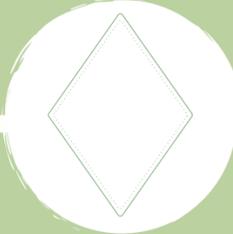
Programme Compétition Shetlands

- 36 heures de cours
- 1 cours particulier
- 1 concours interne
- 2 concours extérieurs
- 1 semaine de stage journée

Tarif : 90€ / mois



# Nos piliers



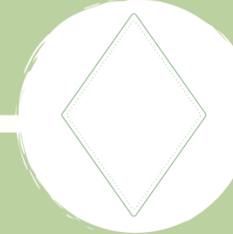
## Jappeloup

DP & Chevaux

Programme Galop 1 - Programme Galop 2 - Programme Galop 3 - Programme Galop 4 - Programme Galop 5 - Programme Découverte (Hunter, Trec ou Equifun) - Programme Environnement, éthologie et Equifeel

- 36 heures de cours
- 2 cours particuliers
- 1 rendez-vous avec votre responsable de formation
- 2 concours internes
- 2 Perfectionnements de 2h
- 1 semaine de stage (demi-journée)
- 1 demi-journée de travail à pieds, initiation éthologie (selon programme)

Tarif : 95€ / mois



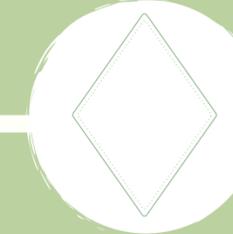
## Baloubet

DP & Chevaux

Programme Galop 6 - Programme Galop 7 - Programme Lamotte

- 36 heures de cours
- 2 cours particuliers
- 2 rendez-vous avec votre responsable de formation
- 1 semaine de stage (journée)
- 3 concours extérieurs
- 2 concours internes
- 1 perfectionnement travail à pieds

Tarif : 125€ / mois



## Quickstar

DP & Chevaux

Programme Futurs propriétaires  
Programme pré-professionnels

- 36 heures de cours
- 2 cours particuliers
- 2 rendez-vous avec votre responsable de formation
- 1 stage la Baule CSO et reprise de dressage (déjeuner inclus)
- 2 journées de stage
- 1 concours extérieur
- 2 concours internes
- 1 pratique libre par mois
- 1 perfectionnement travail à pieds

Tarif : 145€ / mois



# L'UTILISATION D'UNE APPLICATION



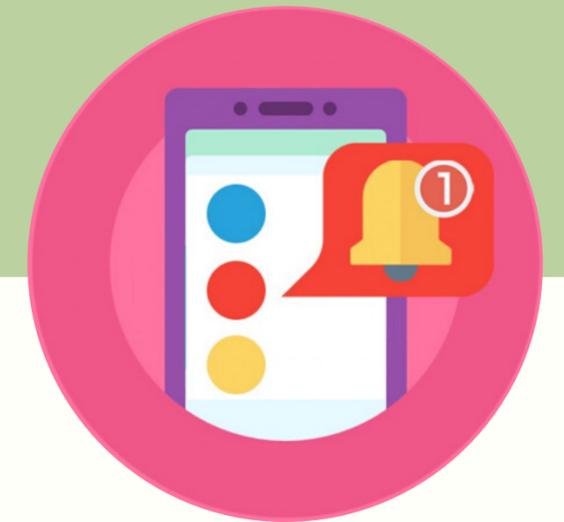
## SUIVI DE LA PROGRESSION

Grâce à l'application, vous pourrez avoir un suivi en continu de vos séances, avec des vidéos de vos séances de vos parcours lors des concours.



## CONTACT CONTINU AVEC VOTRE RÉFÉRENT

Cette application vous permettra également de rester en contact permanent avec votre référent..



## CONSEIL

Des rappels de vos échéances, de vos objectifs, des conseils de lecture, de travail, des idées d'exercice et des infos de votre club et de de votre groupe en continu!



PILIER DEXTER

## Programme Galop 1

PILIER DEXTER



- 36 heures de cours
- 1 concours interne
- 1 semaine de stage (5 demi-journées).
- 1 perfectionnement
- 1 après-midi festive de jeux.

Pour permettre une progression satisfaisante et individualisée, nous bloquons les cours à 8 cavaliers.

**75€ / mois**

L'accès à l'application et une balade à la plage de la Baule vous sont offerts !



## Programme Galop 2

PILIER DEXTER



- 36 heures de cours
- 1 concours interne
- 1 semaine de stage (5 demi-journées)
- 1 perfectionnement
- 1 après-midi festive de jeux

Pour permettre une progression satisfaisante et individualisée, nous bloquons les cours à 8 cavaliers.

**75€ / mois**

L'accès à l'application et une balade sur la plage de la Baule vous sont offerts !



## Programme Multi-activités



- 36 heures de cours
- 1 concours interne
- 1 semaine de stage (5 demi-journées).
- 1 perfectionnement une
- 1 après-midi festive de jeux.

Pour permettre une progression satisfaisante et individualisée, nous bloquons les cours à 8 cavaliers.

**75€ / mois**

L'accès à l'application et une balade sur la plage de la Baule vous sont offerts !





PILIER QUABAR

# Programme compétition

PILIER QUABAR

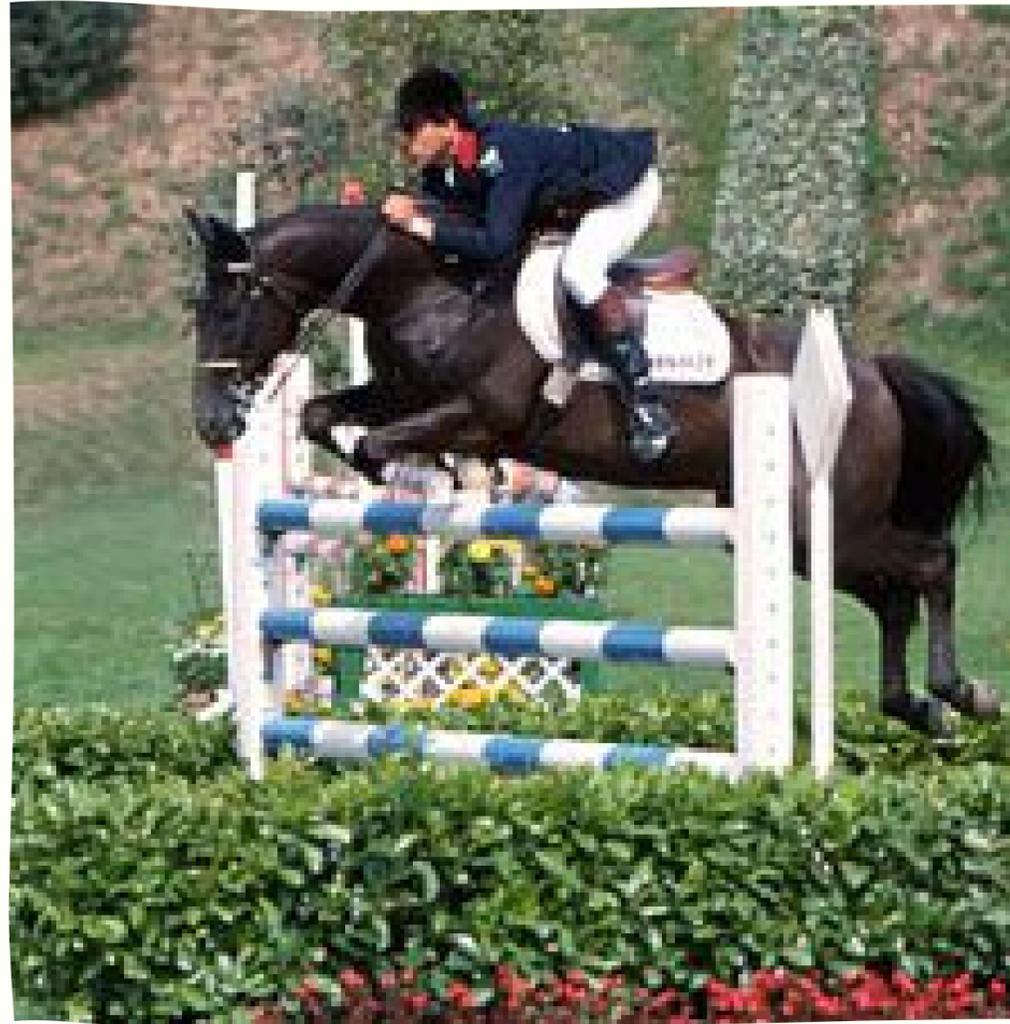


- 36 heures de cours
- 1 cours particulier
- 1 concours interne
- 2 concours extérieurs
- 1 semaine de stage journée.

**90€ / mois**

**L'accès à l'application et une balade sur la  
plage de la Baule vous sont offerts !** |





PILIER JAPPELOUP

## Programme Galop 1

PILIER JAPPELOUP



- 36 heures de cours
- 2 cours particuliers
- 1 rendez-vous avec votre responsable de formation
- 2 concours internes
- 1 semaine de stage (5 demi-journées). 2 perfectionnements de 2h
- 1 après-midi de travail à pieds ou initiation à l'éthologie (voir selon programme).

**95€ / mois**

Pour permettre une progression satisfaisante et individualisée, nous bloquons les cours à 8 cavaliers.

**L'accès à l'application et une balade sur la plage de la Baule vous sont offerts !**



## Programme Galop 2

PILIER JAPPELOUP



- 36 heures de cours
- 2 cours particuliers
- 1 rendez-vous avec votre responsable de formation
- 2 concours internes
- 1 semaine de stage (5 demi-journées). 2 perfectionnements de 2h
- 1 après-midi de travail à pieds ou initiation à l'éthologie (voir selon programme).

**95€ / mois**

Pour permettre une progression satisfaisante et individualisée, nous bloquons les cours à 8 cavaliers.

**L'accès à l'application et une balade sur la plage sur la Baule vous sont offerts !**



## Programme Galop 3

PILIER JAPPELOUP



- 36 heures de cours
- 2 cours particuliers
- 1 rendez-vous avec votre responsable de formation
- 2 concours internes
- 1 semaine de stage (5 demi-journées). 2 perfectionnements de 2h
- 1 après-midi de travail à pieds ou initiation à l'éthologie (voir selon programme).

**95€ / mois**

Pour permettre une progression satisfaisante et individualisée, nous bloquons les cours à 8 cavaliers.

**L'accès à l'application et une balade sur la plage à la Baule vous sont offerts !**



## Programme Galop 4

PILIER JAPPELOUP



- 36 heures de cours
- 2 cours particuliers
- 1 rendez-vous avec votre responsable de formation
- 2 concours internes
- 1 semaine de stage (5 demi-journées).
- 2 perfectionnements de 2h
- 1 après-midi de travail à pieds ou initiation à l'éthologie (voir selon programme).

**95€ / mois**

Pour permettre une progression satisfaisante et individualisée, nous bloquons les cours à 8 cavaliers.

**L'accès à l'application et une balade sur la plage de la Baule vous sont offerts !**



## Programme Galop 5

PILIER JAPPELOUP



- 36 heures de cours
- 2 cours particuliers
- 1 rendez-vous avec votre responsable de formation
- 2 concours internes
- 1 semaine de stage (5 demi-journées).
- 2 perfectionnements de 2h
- 1 après-midi de travail à pieds ou initiation à l'éthologie (voir selon programme).

**95€ / mois**

Pour permettre une progression satisfaisante et individualisée, nous bloquons les cours à 8 cavaliers.

**L'accès à l'application et une balade sur la plage à la Baule vous sont offerts !**



## Programme Environnement, Ethologie et Equifeel

PILIER JAPPELOUP



- 36 heures de cours
- 2 cours particuliers
- 1 rendez-vous avec votre responsable de formation
- 2 concours internes
- 1 semaine de stage (5 demi-journées).
- 2 perfectionnements de 2h
- 1 après-midi de travail à pieds ou initiation à l'éthologie (voir selon programme).

**95€ / mois**

Pour permettre une progression satisfaisante et individualisée, nous bloquons les cours à 8 cavaliers.

**L'accès à l'application et une balade sur la plage à la Baule vous sont offerts !**



# Programme découverte, hunter, Trec et équifun

PILIER JAPPELOUP



- 36 heures de cours
- 2 cours particuliers
- 1 rendez-vous avec votre responsable de formation
- 2 concours internes
- 2 Perfectionnements de 2h
- 1 semaine de stage (demi-journée)
- 1 demi-journée de travail à pieds| , initiation éthologie (selon programme)

Pour permettre une progression satisfaisante et individualisée, les cours sont bloqués à 8 cavaliers.

**95€/mois**

**L'accès à l'application et une balade à la plage de la Baule vous sont offerts !**





PILIER BALOUBET

## Programme Galop 6

PILIER BALOUBET



- 36 heures de cours
- 2 cours particuliers
- 2 rendez-vous avec votre responsable de formation
- 2 concours internes
- 3 concours extérieurs
- 1 semaine de stage (5 demi-journées).
- 1 perfectionnement de travail à pieds

**125€ / mois**

Pour permettre une progression satisfaisante et individualisée, nous bloquons les cours à 8 cavaliers.

**L'accès à l'application et une balade sur la plage de la Baule vous sont offerts !**



## Programme Galop 7

PILIER BALOUBET



- 36 heures de cours
- 2 cours particuliers
- 2 rendez-vous avec votre responsable de formation
- 2 concours internes
- 3 concours extérieurs
- 1 semaine de stage (5 demi-journées).
- 1 perfectionnement de travail à pieds

**125€ / mois**

Pour permettre une progression satisfaisante et individualisée, nous bloquons les cours à 8 cavaliers.

**L'accès à l'application et une balade sur la plage à la Baule vous sont offerts !**



## Programme Lamotte

PILIER BALOUBET



- 36 heures de cours
- 2 cours particuliers
- 2 rendez-vous avec votre responsable de formation
- 2 concours internes
- 3 concours extérieurs
- 1 semaine de stage (5 demi-journées).
- 1 perfectionnement de travail à pieds

**125€ / mois**

Pour permettre une progression satisfaisante et individualisée, nous bloquons les cours à 8 cavaliers.

**L'accès à l'application et une balade sur la plage de la Baule vous sont offerts !**





PILIER QUICKSTAR

## Programme Pré-professionnels

PILIER QUICKSTAR



- 36 heures de cours
- 2 cours particuliers
- 2 rendez-vous avec votre responsable de formation
- 1 stage La Baule CSO et Dressage (déjeuner inclus)
- 2 journées de stage
- 2 concours internes
- 1 concours extérieur
- 1 pratique libre par mois
- 1 perfectionnements de travail à pieds

Pour permettre une progression satisfaisante et individualisée, nous bloquons les cours à 8 cavaliers.

**145€ / mois**

**L'accès à l'application et une balade sur la plage de la Baule vous sont offerts !**



## Futurs propriétaires

PILIER QUICKSTAR



- 36 heures de cours
- 2 cours particuliers
- 1 stage la Baule CSO et reprise de dressage (déjeuner inclus)
- 2 rendez-vous avec votre responsable de formation
- 2 journées de stage
- 1 concours extérieur
- 2 concours internes
- 1 pratique libre par mois
- 1 perfectionnement travail à pieds

Pour permettre une progression satisfaisante et individualisée, les cours sont bloqués à 8 cavaliers.

**145€ / mois**

**L'accès à l'application et une balade sur la plage de la Baule vous sont offerts !**



# TARIFS

Lors de l'inscription paiement Cotisation + licence et remise du RIB pour prélèvement SEPA  
(1ère échéance 5/09)

## Programme cavalier 2020/2021

Pilier Dexter

75,00 € / par mois

Pilier Quabar

90,00 € / par mois

Pilier Jappeloup

95,00 € / par mois

Pilier Baloubet

125,00 € / par mois

Pilier Quickstar

145,00 € / par mois



# Planning DP & Chevaux

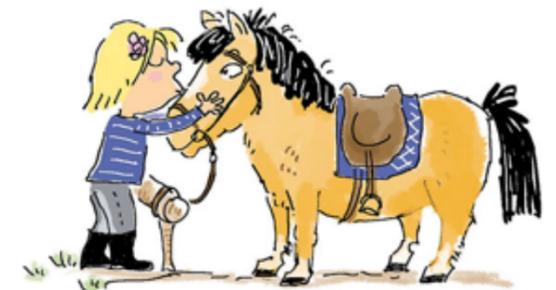


	9h	9h30	10h	10h30	11h	11h30	12h	12h30	13h	13h30	14h	14h30	15h	15h30	16h	16h30	17h	17h30	18h	18h30	19h	19h30	20h	20h30	21h	21h30	
Lundi													14h30 - 15h30 Cours Adultes C					18h - 19h Programme Environnement, Ethologie et équilibre C					19h15 - 20h15 Programme Futurs Propriétaires C		20h30 - 21h30 Programme Galop 6 C		
Mardi					11h - 12h Cours Adultes M																	18h - 19h Programme Lamotte M				20h15 - 21h15 Cours Adultes M	
Mercredi	9h - 10h Programme Galop 2 C		10h15 - 11h15 Programme Galop 1 C							14h - 15h Programme Galop 4 M		15h15 - 16h15 Programme Galop 5 M		16h45 - 17h45 Programme Galop 1 C		17h30 - 18h30 Programme Galop 6 M		19h - 20h Cours Adultes confirmés M									
					10h30 - 11h30 Programme Galop 3 C							14h30 - 15h30 Programme Galop 2 C		16h30 - 17h30 Programme Lamotte M		18h - 19h Programme Pré- Professionnels C					20h - 21h Cours Adultes M						
Jeudi					11h - 12h Cours Adultes M							14h - 15h Cours étudiants A						17h30 - 18h30 Cours Découverte (Hunter - TREC - Equifun) M				20h - 21h Cours Adultes A					
Vendredi					11h - 12h Cours Adultes M																	18h30 - 19h30 Programme Pré- Professionnels C		19h15 - 20h15 Programme Environnement, Ethologie et équilibre C			
																	17h30 - 18h30 Programme Galop 3 M		18h30 - 19h30 Cours Adultes G3/4 M		19h15 - 20h15 Programme Galop 7 M						
Samedi	9h - 10h Programme Galop 2 C		10h - 11h Cours Adultes Galop 7 C		11h - 12h Cours Découverte (Hunter - TREC - Equifun)							14h - 15h Programme Galop 4 C		15h15 - 16h15 Programme Galop 5 M		16h30 - 17h30 Programme Lamotte C		17h30 - 18h30 Programme Galop 6 M		19h15 - 20h15 Programme Galop 7 M							
				10h15 - 11h15 Programme Galop 1 C		11h30 - 12h30 Programme Galop 3 C							14h30 - 15h30 Programme Galop 2 C		16h45 - 17h45 Programme Galop 1 M												
Dimanche					11h - 12h Cours Adultes M																						



# Planning shetlands

	9h	9h30	10h	10h30	11h	11h30	12h	12h30	13h	13h30	14h	14h30	15h	15h30	16h	16h30	17h	17h30	18h	18h30	19h		
Lundi																							
Mardi																							
Mercredi	9h15 - 10h15 Programme Galop 2 M			10h30 - 11h30 Programme Galop 1 M			11h45 - 12h30 Baby M									15h45 - 16h45 Programme Multi- activités C							
Jeudi																		18h - 19h Programme compétition A					
Vendredi																							
Samedi	9h15 - 10h15 Programme Galop 2 M			10h30 - 11h30 Programme Galop 1 M			11h45 - 12h30 Baby									15h45 - 16h45 Programme Multi- activités C							
Dimanche											Perfectionnement												



Plannings pédagogiques établis pour  
chaque programme et disponibles pour  
la rentrée.



# Programme Galop 1

PILIER JAPPELOUP

Semaine 1	Découverte du poney à l'écurie + montoir	Semaine 19	Changement d'allure pas arrêt sur un tracé précis
Semaine 2	Découvre la tenue des renes + partir au pas	Semaine 20	Approfondir mon aisance au trot
Semaine 3	Apprendre à partir au pas et contrôler la direction	Semaine 21	Changement d'allure pas arrêt trot sur un tracé précis
Semaine 4	Préparer, seller et desseller son poney + ballade au pas	Semaine 22	Conduire son poney au trot en conservant l'allure
Semaine 5	Découverte de l'équilibre assis au pas	Semaine 23	A pied je dirige mon poney au pas et au trot
Semaine 6	Changement d'allure pas arrêt en ligne droite	Semaine 24	Maintenir l'équilibre lors de changement d'allures
Semaine 7	Apprendre à tourner avec les 2 rênes dans une main au pas	Semaine 25	Transitions à un point précis
Semaine 8	Rechercher l'équilibre au pas sur des exercices d'assouplissements	Semaine 26	Conduire son poney au trot en conservant l'allure
Semaine 9	A pied je dirige et contrôle mon poney + ballade	Semaine 27	Recherche équilibre sur les étriers
Semaine 10	Découverte du trot assis	Semaine 28	Conserver la même vitesse lors des changements de positions
Semaine 11	Figures de manèges simple	Semaine 29	Conduire son poney sur un tracé précis au trot en effectuant des changements de positions
Semaine 12	Changement d'allure pas trot arrêt en ligne droite	Semaine 30	Conserver l'équilibre sur les barres au sol
Semaine 13	Mettre un filet + balade	Semaine 31	Effectuer des transitions en conservant la position en équilibre
Semaine 14	Découverte de la position en équilibre	Semaine 32	Tourner en conservant la position en équilibre ou le trot enlevé
Semaine 15	Apprendre à tourner les rênes dans chaque main	Semaine 33	Adapter son équilibre à des situations spécifiques
Semaine 16	Conserver le trot lors de changement de direction	Semaine 34	Découverte du galop
Semaine 17	Découvre le trot enlevé	Semaine 35	Franchissement d'un petit obstacle
Semaine 18	Conduire son poney au pas sur un tracé précis en autonomie	Semaine 36	Passage de galop

# Programme Galop 2

PILIER JAPPELOUP

Semaine 1	Apprendre à régler ses étriers + stabilisé son équilibre au pas	Semaine 19	Améliorer la capacité à amortir le saut lors du franchissement d'un obstacle isolé au trot
Semaine 2	Recherche équilibre au trot assis	Semaine 20	Maintenir le galop sur un cercle de 20m
Semaine 3	Maîtriser les changements d'allures et de vitesse de son cheval	Semaine 21	Evolution individuellement au pas et au trot avec les règles de priorité
Semaine 4	Diriger sa monture au trot sur un tracé précis en rène d'ouverture	Semaine 22	Renforcer la stabilité en variation d'amplitudes 3 allures
Semaine 5	Apprendre à resangler + lâcher et reprendre les rênes à volonté	Semaine 23	Maintenir le galop pour franchir un obstacle
Semaine 6	Améliorer l'équilibre et la solidité au trot en équilibre	Semaine 24	Evolution individuellement aux 3 allures
Semaine 7	Contrôler la vitesse et tracé au trot sur un parcours de barres au sol	Semaine 25	Déplacer les hanches de son poney en main
Semaine 8	Perfectionner le maniement des rênes au trot	Semaine 26	Améliorer la stabilité dans la selle dans diverses situations (spring garden)
Semaine 9	Diriger son poney en main sur un tracé précis au pas et au trot	Semaine 27	Effectuer des transitions au pas et au trot à un point précis
Semaine 10	Changer de diagonal au trot enlevé	Semaine 28	Diriger son poney droit et perpendiculaire sur un parcours de barres sur éléver
Semaine 11	Conserver le trot lors d'enchaînement de figures de manège	Semaine 29	Déplacer les épaules de son poney en main
Semaine 12	Apprendre les différents diamètres de cercle	Semaine 30	Améliorer la capacité à amortir le saut lors du franchissement d'obstacles au galop
Semaine 13	Améliorer la stabilité stabilité au trot et galop assis	Semaine 31	Départ au galop sur le bon pied dans une zone étroite
Semaine 14	Variations de vitesse au pas et au trot	Semaine 32	Sortie en extérieur au pas
Semaine 15	Conserver le tracé précis sur un cercle	Semaine 33	Stabilise la position en équilibre et assise sur les barres sur éléver
Semaine 16	Améliorer la position en équilibre sur les étriers lors des changements d'allures	Semaine 34	Effectuer des transitions 3 allures à un point précis
Semaine 17	Départ au galop sur le bon pied dans une zone	Semaine 35	Sortie en extérieur au pas et au trot
Semaine 18	Diriger son poney droit et perpendiculaire sur un parcours de barres au sol	Semaine 36	Passage de galop

# ADÉLAÏDE CAFFIN



Moi c'est Adélaïde, je suis diplômée d'un bac S ainsi que d'une licence professionnelle management des établissements équestres et d'un BPJEPS. Je suis enseignante depuis 3 ans au centre équestre baulois j'ai été formé par Céline et Damien Haddad. J'adore enseigner aux enfants, je m'occupe notamment d'encadrer les écoles. Je sors en concours CSO. J'ai beaucoup de projets pour la compétition shetlands à la Gourmète !

# MARION HIOLLE



Marion diplômée d'un bac pro CGEH, d'un BPJEPS équitation et d'un DJEPS complet je suis actuellement enseignante d'équitation tous niveaux, responsable d'écurie et je forme les apprentis et les stagiaires à La Gourmette. Mes qualités : passionnée et polyvalente. Je sors en concours CSO, CCE et dressage (niveau amateur) □ 6 participations au championnat de France. En ce qui concerne mes anciennes expériences j'ai réalisé un stage de 2 semaines avec les écuyers du cadre noir de Saumur. Le projet des programmes à la Gourmette est une grande motivation pour ma part, il va me permettre de réunir mes connaissances et transmettre au mieux ma passion à mes cavaliers!



# CÉLINE HADDAD

Gérante de centres équestres depuis 11 ans, j'enseigne pour tous les niveaux avec passion., et je gère tous les axes de la vie du club.

Je m'attache à donner à mes cavaliers une équitation juste, favorisant le confort du cheval.

Je donne beaucoup d'importance au travail sur le plat et au dressage, la connexion entre le cheval et son cavalier.

Je souhaite par le biais de ces programme redonner une vraie valeur à la progression et à l'objectif individuel dans l'équitation.

Avec mon équipe, nous souhaitons apporter le maximum au cavalier en le plaçant au centre de son projet comme dans un centre de formation.

En tant que responsable des formations je serai le lien entre les cavaliers, les enseignants et les parents. Notre objectif: assurer des formations de qualité avec des outils innovants dans un centre équestre convivial.



**Céline Haddad,**

Responsable de formations,  
enseignante.

Responsable des programmes : futurs propriétaires, pré-professionnels,  
Galop 1, Galop 2, Galop 3, Galop 6, Galop 7 et Environnement Ethologie Equifeel.



**Marion Hiolle,**

Responsable de la compétition DP & chevaux,  
enseignante.

Responsable des programmes : Découverte Hunter, Equifun et Trec, Lamotte,  
Galop 1, Galop 2, Galop 3, Galop 4, Galop 5, Galop 6 et Galop 7.



**Adélaïde Caffin,**

Responsable de la compétition Shetlands,  
enseignante.



**Anna Bonnefous,**

Chargée de supports et responsable  
des inscriptions.



**Camille Girard,**

Créatrice support (chargé de mission)  
et inscriptions.



**Arlette Simonet,**

Accueil bureau, missions  
associatives et référente  
des inscriptions.

# S'inscrire à la Gourmchette c'est...



# Evolution dans des installations rénovées.



Avec une cavalerie adaptée, saine et sélectionnée pour vos objectifs.



Être accompagné  
d'un enseignant  
professionnel,  
formé et passionné.





**Vous  
profitez :**

de cours pour toute l'année en cohérence  
avec votre objectif initial.



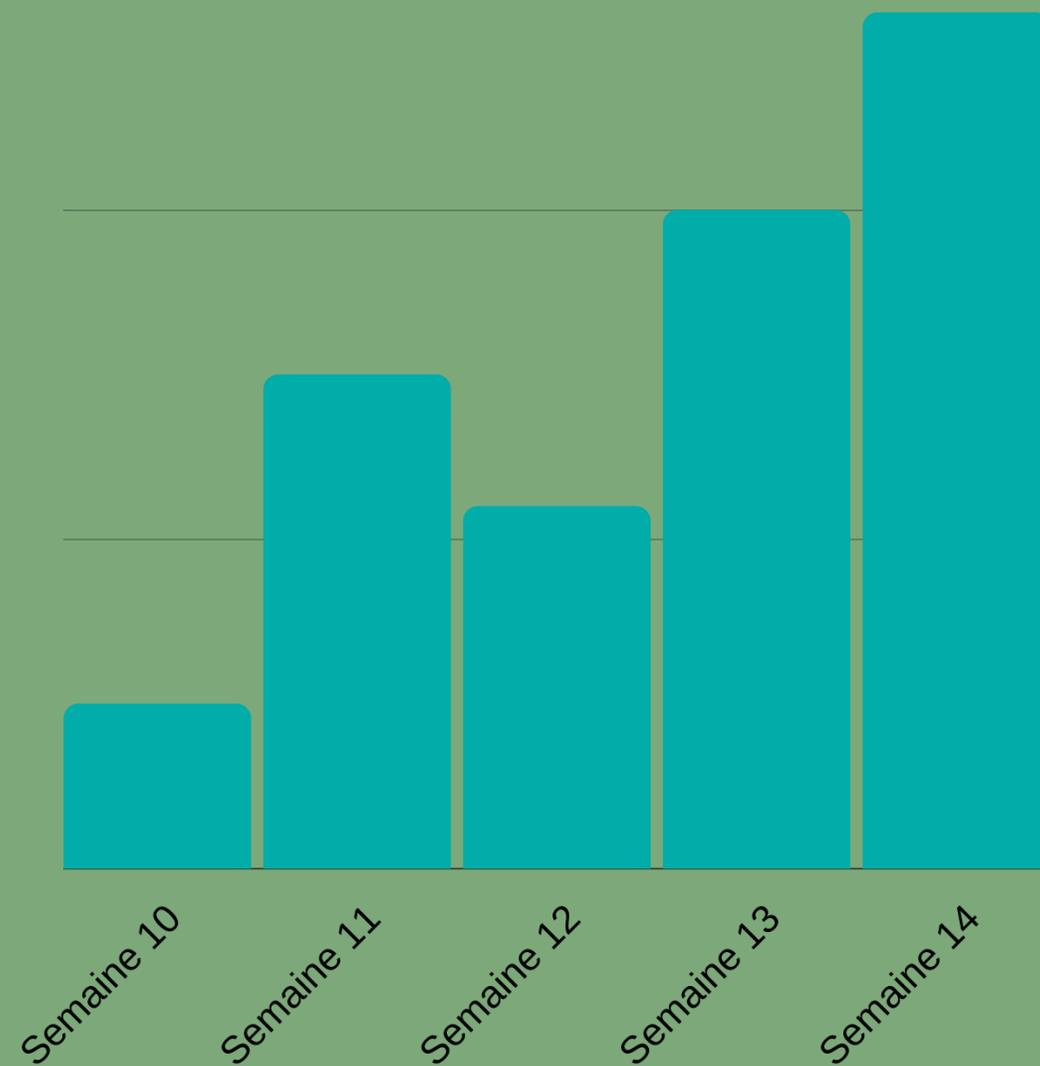
# Des points réguliers et des séances individualisées.



de la compétition, avec des concours internes et extérieurs qui font partie intégrante du programme de formation.



d'un suivi sur une application : visuel de progression, échange avec la responsable de formation, rappels des cours à venir.



**Pour vous souhaiter la bienvenue au club,  
nous vous offrons ...**



# Une balade à la plage au Centre équestre de la Baule ...





**Nous avons hâte de vous  
retrouver dans  
notre centre équestre**

**l'équipe de la Gourmette vous remercie pour  
votre présence et votre intérêt, et espère vous  
compter dans nos programmes pour de  
nouvelles aventures équestres !**