



## STAGE ÉCOLE DE LÉGÈRETÉ

∞ Formule Perfectionnement ∞



### Présentation du stage :

Ce stage s'adresse à tous les cavaliers pratiquant déjà l'équitation sur les principes de l'Ecole de Légèreté, et souhaitant se perfectionner dans la ou les discipline(s) de leur choix.

### Niveau requis :

Connaissance et pratique de l'Ecole de Légèreté. Aucune restriction d'âge ou de discipline.

### Exemple de programme\* (sur 2 jours) :

#### Jour 1 :

- 9h00 - 9h30 : Accueil et café/thé de bienvenue - présentation stagiaire
- 9h30 - 10h00 : Présentation et préparation du cheval d'école ou du cheval du stagiaire
- 10h00 - 11h30 : Travail monté dans le manège : diagnostique du couple cavalier/cheval
- 11h30 - 12h00 : Point et définition du programme de travail personnalisé
- 12h00 - 14h00 : Repas convivial sur place
- 14h00 - 15h00 : Perfectionnement du travail au sol
- 15h00 - 16h00 : Perfectionnement du travail monté
- 16h30 - 17h00 : Séance de théorie de l'Ecole de Légèreté

17h30 - 18h30 : Possibilité de regarder Sandra Ciano travailler ses chevaux en musique dans le manège

18h30 : Fin de la première journée

#### Jour 2 :

- 9h00 - 9h30 : Accueil et café/thé - préparation de la journée
- 10h00 - 10h30 : Perfectionnement au travail à la longe
- 10h30 - 12h00 : Confirmation du travail monté
- 12h00 - 14h00 : Repas convivial sur place
- 14h00 - 15h00 : Confirmation du travail au sol
- 15h00 - 16h00 : Confirmation du travail monté - au choix : séance sur le plat ou séance d'obstacle et/ou terrain varié
- 17h00 - 17h30 : Bilan du stage et définition d'un programme de travail personnalisé
- 18h00 - 19h00 : Possibilité de regarder Sandra Ciano travailler ses chevaux en musique dans le manège
- 19h00 : Fin de la deuxième journée

*\*Tous nos stages sont entièrement personnalisables. N'hésitez pas à nous indiquer vos envies et préférences (pratique d'autres disciplines, sortie à cheval dans le Piémont Pyrénéen...) et nous vous enverrons un programme adapté à votre demande.*

### Tarifs (TTC) :

	1 JOUR	2 JOURS	3 JOURS	LONGUE DUREE
Avec votre cheval	270 €	560 €	810 €	Nous contacter
Avec cheval école	300 €	600 €	900 €	Nous contacter

*Hébergement cheval et cavalier et restauration non inclus. Possibilités sur place ou à proximité.*

### Infos et réservations :

Sandra CIANO : 06 20 74 76 20 – [infos@equizones.com](mailto:infos@equizones.com) – [www.equizones.com](http://www.equizones.com)  
Ecole d'Equitation Equizones – Le Bourtol – 09240 La Bastide de Sérour