

LE FONCTIONNEMENT MUSCULAIRE DU CAVALIER

MÉTHODE "ETRE CHEVAL" DIDIER LAVERGNE

Objectifs de la formation

Cette formation a pour objectif principal d'intégrer à sa pédagogie la méthode "Etre Cheval" de Didier Lavergne . Cette méthode permet d'améliorer le fonctionnement du cavalier, son liant et sa symétrie.

- S'initier ou s'améliorer dans la méthode "Etre Cheval" de Didier Lavergne
- Maîtriser la méthodologie du Bilan de Fonctionnement du cavalier
- Découvrir les exercices d'equigym en lien avec ce Bilan de Fonctionnement (BF)
- Intégrer le Bilan de Fonctionnement dans son enseignement



6 à 12 personnes



4 jours en présentiel



728 €

Pré-requis

- Professionnels équestres titulaires d'un diplôme d'enseignement.
- Licence FFE en cours de validité
- Avoir 18 ans révolus
- Carte Pro à jour
- Acheté et parcouru le livre "Fonctionnement musculaire du cavalier : Confort et performance » éditions Lavauzelle

**Prise en charge possible
VIVEA, OCAPIAT (boost
compétence), FIFPL**

Pour tout autre type de
financement, n'hésitez
pas à nous contacter.

LE FONCTIONNEMENT MUSCULAIRE DU CAVALIER

MÉTHODE “ETRE CHEVAL” DIDIER LAVERGNE

Contenus

- Bilan de fonctionnement 3 et 4 de la Méthode “Etre Cheval” (exercices de fonctionnement, d’étirements et de renforcement à pied et en selle, exercices de respiration...)
- Pratique à pied et à cheval des différents exercices de la méthode
- Exercices d’Equigym (centrage, symétrie et équilibrage du cavalier)

Formateur principal

Didier LAVERGNE : BEES 1, cavalier pro, auteur de 2 livres “Etre cheval en 150 exercices” et “Le Fonctionnement musculaire du cavalier. Contrôle et Performance”

Méthodes pédagogiques

- Apports de connaissances (PowerPoint)
- Méthode participative et d’échange avec le groupe
- Ateliers pratiques en centre équestre

Satisfaction

1ère mise en place de la formation en 2025

Accessibilité

Les infrastructures sont accessibles aux personnes en situation de handicap, prenez contact avec le référent handicap pour mettre en œuvre les aménagements nécessaires au moment de votre pré-inscription.