

PLANNING DES SEANCES 2015 - 2016



H	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE	
9h30		FERME AU PUBLIC					CP/STAGE SPORT SANTE/ BALADE montée ou attelée Tous publics Selon programmation	
10h	CP SPORT SANTE Tous publics		CP SPORT SANTE/ EQUITHERAPIE Tous publics Selon planning de la semaine	CP SPORT SANTE A DOMICILE Selon planning de la semaine	CP SPORT SANTE Tous publics	C SP Sport santé Enf 10-12- D/G2 9h45h-10h45	CP/STAGES SPORT SANTE/ BALADE montée ou attelée Tous publics Selon programmation	
10h30								
11h								
11h30								
12h								
12h30								
13h								
13h30								
14h	CP SPORT SANTE ou EQUITHERAPIE/ Selon planning de la semaine		FERME AU PUBLIC	C SP Sport santé Enf 7-9- D 14h30 -15H30	EQUITHERAPIE et /ou CP SPORT SANTE selon planning de la semaine Tous publics	CP SPORT SANTE/ EQUITHERAPIE/ SHIATSU Selon planning de la semaine Tous publics	C SP Ados- G3/4 14h30-15h30	CP/STAGES SPORT SANTE/ BALADE montée ou attelée Tous publics Selon programmation
14h30								
15h								
15h30								
16h								
16h30								
17h								
17h30	SHIATSU		FERME AU PUBLIC	CP SPORT SANTE/EQUITH ERAPIE Tous publics	C SP sport santé Enf 7-9 – D 17h30-18h30	C SP Ados/ adultes– D- G1 18h45-19h45	CP/STAGES SPORT SANTE/ BALADE montée ou attelée Tous publics Selon programmation	
18h								
18h30								
19h								
19h30								
20h								

Légende des activités :

CP SPORT SANTE: cours particuliers SPORT SANTE

C SP SPORT SANTE: cours semi-particuliers SPORT SANTE
C SP Enf 7-9: Cours semi-particuliers enfants 7-9 ans
C SP Ados/Adultes : Cours semi-particuliers adolescents/adultes

EQUITHERAPIE
SHIATSU

D : Débutant De G1 à G5: niveau de galop fédéral

Les cours Sport santé s'adressent aux personnes désirant pratiquer l'équitation dans une approche qui s'oriente non de la compétition ou de la recherche de performance mais plutôt à partir d'un cadre de détente d'une découverte du cheval et à travers lui d'une prise en compte de soi dans les différents champs corporels et psychiques.



Les **cours semi-particuliers** sont d'une durée de 1h. Leur effectif est réduit à 4 personnes maximum. Leur objectif est bien évidemment l'acquisition des compétences équestres édictées par la fédération Française d'équitation mais également la connaissance du cheval et son maniement dans des situations variées, ceci afin d'être à l'aise avec l'animal en privilégiant l'autonomie, la sécurité, et la recherche de complicité. Dans cette optique, toute ou partie de certaines séances peut se faire à pied, à côté du cheval, ou avec un seul cheval dans un souci **de sensibilisation à la prise de conscience de soi, du cheval ou encore à la mise en forme du cavalier.**

La durée des **cours particuliers** peut varier de 45 min à 1h. **Ils se construisent avec la participation du cavalier en fonction de ses besoins, demandes et attentes.** Ils peuvent également comporter des séances à pied, à la longe, ou au pré. Ils offrent une possibilité de progression plus rapide et plus adaptée aux spécificités de chacun. Les galops fédéraux peuvent également être préparés dans le cadre de ces cours.

L'encadrement des cours et des séances d'équithérapie est assuré par **Mme Laurence Gomez** titulaire du « Brevet d'état d'éducateur sportif 1^{er} degré option : activités équestres » et du diplôme « d'équithérapeute » ; assisté pour certains cours ou séances d'équithérapie de **M. Christophe Moreau** (psychologue clinicien et meneur accompagnateur de tourisme équestre).