



Obsah

Obsah Jezdeckého průvodce Galop® 1.....	3
Charta jezdců.....	4
Výchovný plán České jezdecké federace.....	4
Předmluva.....	5
Úvod.....	5
OBSAHOVÉ VYMEZENÍ Galopu® 1: Stávám se jezdcem.....	6

1 Obecné znalosti 7

Jezdecká centra.....	8
Česká jezdecká federace.....	10
Jezdectví v České republice.....	11
Jezdecká licence.....	14

2 Vědomosti o koních 15

Správný přístup ke koni.....	16
Co je to kůň?.....	16
Popis koně.....	18
Rozpoznání tří základních chodů.....	19
Pozorování chování koně.....	19
Různé nálady koně a jak k němu přistupovat.....	20
Rozpoznání tří základních typů zbarvení koně.....	22

3 Péče o koně 23

Čas strávený péčí o koně.....	24
Získání pozornosti koně.....	25
Nasazení a správné nastavení ohlávky.....	26
Uvázání bezpečnostního uzlu.....	28
Čištění koně pomocí kartáče a hřebílka.....	30
Bezpečné obcházení koně.....	31
Ustoupení koně.....	31
Sejmutí uzdečky a její uklizení.....	32
Sejmutí uzdečky a nasazení ohlávky.....	33
Odsedláání a uklizení sedla.....	34
Péče o koně po ježdění.....	35

4 Práce ze země 37

Vedení koně v kroku.....	38
Zastavení koně.....	40
Odvedení koně do haly či na jízdárnu.....	40
Vstup do haly.....	41

5 Jízda na koni 43

Nasednutí s pomocí nástupního ostrůvku.....	44
Dotážení podbřišníku ze sedla.....	46
Dát / vyndat nohy do / ze třmenů v kroku.....	47
Správné držení otěží.....	48
Pomůcky jezdců.....	49
Pobídka ke kroku.....	50
Zastavení.....	51
Správný sed v kroku.....	51
Vedení koně.....	52
Zůstat ve stehenním sedu několik kroků v kroku a klusu.....	54
Vysestat v rytmu po jednoduché trase.....	55
Zvládnout jednoduché přechody (zastavení, krok, klus).....	55
Cvátat několik cvalových skoků.....	56
Samostatně seskočit.....	56
Závěr.....	57

6 Zvládnutí Galopu 1 59

30 cílů lekcí pro budoucí jezdce.....	60
Ohodnoťte se!.....	64
Testy s výběrem z více odpovědí.....	66
Absolvoování úlohy typu Galop® 1.....	74
Příklad zkuškového formuláře pro Galop® 1.....	75
OBSAHOVÉ VYMEZENÍ Galop® 2: zlepšování ve všech třech chodech.....	79



17/10 947