C.R.E.B.

Comité Régional d'Equitation
De Bretagne

STAGE D'ENDURANCE ANIME PAR JACK BEGAUD

Samedi 6 février à 9 h à la salle de la mairie de Corlay

Programme

I **Choix du cheval**
1) Génétique
2) Modèle/sexe
3) Cardiaque
4) Allures/tempérament

II **Entraînement**
1) Protocole/calendrier
2) Résultats de l'entraînement (cardio respiratoire, musculaire, postarticulaire, psychique)

III **Alimentation**
1) Bases
2) Spécificités de l'effort « Endurance »
3) Compléments alimentaires

IV **Ferrures**
1) Bases
2) Ferrures spécifiques/alternatives

V **Les Courses**
1) Prévoir, suiveurs et tactiques

Conditions de participation

Cavalier : moins de 21 ans : **gratuit** Cavalier + de 21 ans : **10 €**

Prévoir votre repas

Le chèque à l'ordre du CREB doit parvenir au CREB avant le 1er février

✂.....

STAGE D'ENDURANCE DU 6 FEVRIER

Nom & Prénom* : .....

Adresse : .....

CP : /__/__/__/__/__/ VILLE : .....

✆/__/__/__/__/__/__/__/__/__/__/ 📱 /__/__/__/__/__/__/__/__/__/__/

Adresse mail : .....

N° de licence A JOUR : .....Date de naissance : .....

❑ Je joins un chèque de _____ € à l'ordre du CREB, pour l'inscription de ____ personne(s).

***Nota** : Merci d'indiquer le nom de tous les participants au stage.

Le chèque à l'ordre du CREB doit parvenir au CREB avant le 1 février 2010
BP 307 - 56103 Lorient Cedex

5 bis, rue Waldeck Rousseau – BP 307 - 56103 LORIENT Cedex
Tel : 02.97.84.44.00 – Fax : 02.97.84.89.33 – Messagerie : creb@wanadoo.fr Site : www.bretagne-equitation.com