



DIANE ROCHE  
FORMATION HYBRIDE



RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

Action de formation  
et VAE



## Formation terrain : L'équitation par le rythme et la musique comme outil pédagogique

Proposée par Diane ROCHE  
BEES1 (Championne de France des cavalières de CSO et  
2 fois Championne d'Europe des Majors)

### - A qui s'adresse cette formation :

A tous les cavaliers dont la cadence et la régularité sont une priorité

### - Objectifs de cette formation :

- Objectifs pédagogiques :

- ✚ Évaluer le rythme des allures du cheval (pas, trot, galop) en utilisant l'application « métronome ».
- ✚ Vérifier l'évaluation du rythme en utilisant l'application sur smartphone « Tap that tempo »
- ✚ Trouver 4 musiques qui correspondent au pas-galop et 4 musiques qui correspondent au trot en utilisant l'application « BPM counter »
- ✚ Faire une play list de 4 musiques « pas-galop » et une play list de 4 musiques « trot » en utilisant son smartphone.

### - Contenus de cette formation en présentiel :

Les stagiaires sont séparés en 2 groupes (1&2)

#### Le matin :

- Groupe 1 à cheval : Définir le rythme naturel de son cheval aux 3 allures.
- Progresser vers la cadence idéale où tout devient plus facile
- Conserver cette cadence idéale en enchainant les exercices
- Groupe 2 à pied : Utiliser l'application « métronome » sur smartphone
- Apprendre à mesurer le rythme avec l'application « Tap that tempo »
- En salle : Trouver 4 musiques qui correspondent au « pas-galop » et trouver 4 musiques de trot

#### L'après-midi :

Les groupes sont inversés

### - Moyens, méthodes, évaluations :

Présentation PowerPoint et méthode participative, interactive et échanges avec le groupe.  
Fiche d'auto-évaluation d'acquis de compétences et questionnaire de satisfaction.

### - Durée totale : 11 heures

1 classe virtuelle en amont de 2 heures, 7 heures de formation présentielle, 1 classe virtuelle en aval de 2 heures.

### - Lieu et date :

Selon vos besoins

### - Prise en charge des frais de formation :

VIVEA pour les chefs d'exploitation, OCAPIAT pour les salariés, AGEFICE ou FIFPL pour les indépendants.

Conditions de prise en charge précisées dans le bulletin d'inscription.

Contact: Diane ROCHE

Tel : 06.07.47.32.51 - [diane@diane-roche.fr](mailto:diane@diane-roche.fr)

Siret 433 653 730 00039 - APE 927 C - NDA : 117705394 77

Site: [www.diane-roche.fr](http://www.diane-roche.fr)