La Fédération Française d'Équitation présente

TOUS à cheval !

La Fédération Française d'Équitation présente

JOURNÉE du cheval

15 SEPTEMBRE

©Création FFE2024/GB - Photographie : FFE/PSV/NHodys

DOSSIER DE PRESSE

FFE

TOUSACHEVAL.FFE.COM

ÉDITO

©FFE/PSV

« À chaque rentrée de septembre, l'envie de pratiquer un sport, pour soi et pour ses enfants, revient. C'est le moment idéal pour prendre de bonnes résolutions et décider de pratiquer une activité régulière pour sa santé. L'équitation est un sport doux, qui se pratique au grand air, en pleine nature, qui permet de s'aérer et d'aller à la rencontre des animaux. C'est le combo gagnant pour se maintenir en forme tout en découvrant de nouveaux univers et en faisant de nouvelles connaissances.

Aujourd'hui, les poney-clubs et centres équestres sont les dernières « fermes » accessibles à tous, offrant une véritable bouffée d'oxygène et une impression de campagne. Ces lieux familiaux nous plongent dans nos racines rurales et favorisent les échanges intergénérationnels tout en découvrant le monde du cheval.

Avec près de 6000 clubs adhérents à la FFE, il est facile de trouver un club près de chez soi rendant l'équitation accessible à tous.

La Journée du cheval est la bonne occasion pour découvrir la diversité des activités équestres et trouver celle qui correspond le plus à ses aspirations.

C'est le moment de franchir le pas et de passer la porte d'un poney-club ou d'un centre équestre ! »

Serge Lecomte,
Président de la FFE

SOMMAIRE

LA JOURNÉE DU CHEVAL 4

TOUS A CHEVAL À LA RENTRÉE 5

LES BIENFAITS DE L'ÉQUITATION 7

DES BIENFAITS SUR LA SANTÉ 8

6 BIENFAITS DU PONEY SUR LE DÉVELOPPEMENT DE L'ENFANT . . . 9

36 DISCIPLINES POUR RÉPONDRE À TOUTES LES ENVIES 10

L'ÉQUITATION, DU LOISIR À LA COMPÉTITION 12

L'ÉQUITATION EN FRANCE 14

L'ÉQUITATION EN CHIFFRES 15

INFORMATIONS PRATIQUES 16

©FFE/PSV/N.Hodys

LA JOURNÉE DU CHEVAL

Septembre est le mois où petits et grands décident des activités qu'ils vont pratiquer toute l'année. Si pour certains, déjà passionnés, la question ne se pose pas, pour d'autres, le choix paraît moins évident.

Créée en 1989 par la Fédération Française d'Équitation, et organisée chaque année, la Journée du cheval a pour objectif de promouvoir **la pratique régulière de l'équitation dans un poney-club ou centre équestre**, mettre en avant **la pluralité des activités** pour générer une envie de pratique régulière en toute sécurité et **repositionner le club comme un lieu de vie et d'épanouissement.**

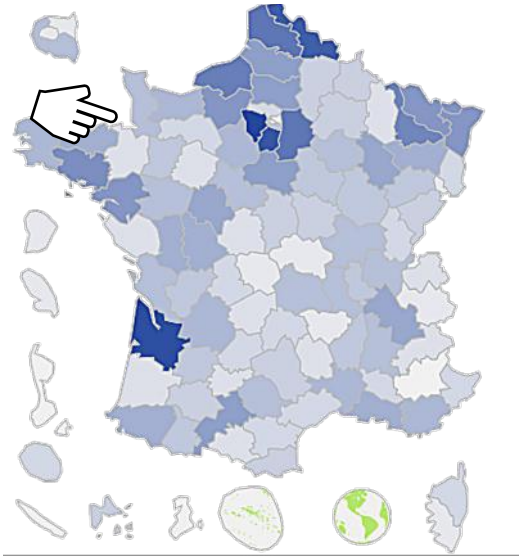
À cette occasion, la FFE invite le public à venir découvrir, dans les clubs participants à la Journée du cheval, les poneys, les chevaux, la diversité des activités équestres et les bienfaits de l'équitation.

Au programme de cette journée, un panel d'activités pour tous publics avec des ateliers pansage, des initiations à poney, à cheval, à pied, en attelage, des promenades, des animations, des spectacles équestres et des visites des installations. Un programme festif et personnalisé par chaque club, avec entrée libre, pour dévoiler à tous les bienfaits de l'équitation et du contact avec les équidés ainsi que la richesse des activités.

Cette année, plus de 600 poney-clubs et centres équestres participent à la Journée du cheval qui se déroule le **dimanche 15 septembre.** L'occasion pour chacun de découvrir les lieux où l'on peut pratiquer l'équitation près de chez soi.

L'ensemble des événements et des programmes sont répertoriés sur la carte interactive Tous à cheval.

DÉCOUVRIR LA CARTE SUR LE SITE tousacheval.ffe.com



TOUS à cheval À LA RENTRÉE !

DU PARKING AUX ÉCURIES, LES CLUBS QUI PARTICIPENT À LA JOURNÉE DU CHEVAL S'ORGANISENT AU MIEUX POUR ACCUEILLIR LES VISITEURS, AVEC DES DÉCOUVERTES POUR TOUS LES GOÛTS ET POUR TOUS LES ÂGES. C'EST UNE OCCASION À NE PAS MANQUER POUR S'INITIER AUX PLAISIRS AINSI QU'AUX BIENFAITS DE L'ÉQUITATION ET DU CONTACT AVEC L'ANIMAL.

DES INITIATIONS POUR TOUS LES ÂGES !

DÉCOUVRIR L'ÉQUITATION DÈS SON PLUS JEUNE ÂGE

Les enfants ont très souvent un attrait naturel pour l'animal. Cela se vérifie lors de l'animation star de la Journée du cheval : l'initiation poney. En selle sur des poneys adaptés à leur taille, les enfants expérimentent leurs premières sensations de cavalier, tout en douceur. Ils découvrent les joies de la nature et de l'autonomie en s'occupant des poneys bien plus grands qu'eux.

RÉVÉLER UNE NOUVELLE PASSION À L'ADOLESCENCE

Les adolescents, souvent amateurs de sports collectifs, de vitesse et de sensations fortes, peuvent trouver leur bonheur avec l'équitation. Les disciplines comme le horse-ball, le pony-games, le ride and run ou le tir à l'arc à cheval, fédèrent de plus en plus ces jeunes publics, qui se retrouvent régulièrement au centre équestre et deviennent de véritables amis. **Le 15 septembre**, c'est donc une occasion pour eux de trouver leur club, nouveau lieu de retrouvailles amicales !

S'INITIER MÊME À L'ÂGE ADULTE !

Les adultes ont parfois du mal à franchir le pas de se remettre à cheval ou de débuter la pratique de l'équitation. La Journée du cheval leur permet de réaliser une initiation à cheval en douceur, tout en sécurité avec un enseignant diplômé et des chevaux maîtres d'école et ainsi, (re)découvrir pleinement les joies de l'équitation.

SELON SES ENVIES !

EN SELLE POUR DE NOUVELLES SENSATIONS

Allant de la promenade à la découverte de nouvelles disciplines, chaque club propose un programme différent. Il y en a pour tous les goûts : en plus des traditionnelles initiations à poney ou à cheval, ceux qui préfèrent le siège à l'étrier peuvent effectuer une initiation en attelage et ceux qui souhaitent associer gymnastique et équitation peuvent s'essayer à la voltige !

EN PLEINE NATURE

L'équitation est un sport qui s'apprécie aussi bien en carrière qu'à l'extérieur. Tous ceux qui cherchent avant tout l'oxygénation d'un sport de pleine nature peuvent bénéficier d'une initiation équestre lors d'une promenade sur un itinéraire sécurisé aux alentours du club.

©FFE/PSV/N. Hodys

EN CONNEXION AVEC L'ANIMAL ET LE MONDE QUI NOUS ENTOURE

Le lien qui se crée entre le cavalier et le cheval est une relation unique basée sur la confiance, la communication non verbale et le respect mutuel. Cultiver une connexion profonde avec le cheval ne se limite pas seulement à l'équitation (le monter, le panser, le soigner ou simplement être avec lui), mais repose sur des fondements de confiance, de compréhension et de respect mutuel. Se connecter avec lui est un voyage gratifiant qui nécessite du temps, de la patience et de l'engagement.

De plus, cette connexion offre un véritable voyage de développement personnel, de bien-être et de connexion avec le monde qui nous entoure. Passer du temps au contact des équidés, c'est aussi apprendre et comprendre le monde qui nous entoure et le respect de la nature, de l'environnement et de la biodiversité.

POUR DÉCOUVRIR L'AMBIANCE ET L'ENVIRONNEMENT DU CLUB

Profiter de la Journée du cheval permet de partir à la découverte des infrastructures du poney-club ou centre équestre. Les cavaliers passent en général beaucoup de temps au sein du club, ainsi il est important de se sentir bien et en accord avec l'environnement proposé. Entre deux activités, c'est l'occasion de se promener au milieu des chevaux et de se projeter pour la suite.

CHOISIR UN CLUB LABELLISÉ

La Journée du cheval, c'est aussi l'occasion de choisir son club en fonction de son projet équestre. Les labels qualité de la FFE permettent d'identifier facilement les activités disponibles : École Française d'Équitation, Centre de Tourisme Équestre, Écurie de Compétition, Equi-Handi Club, École Française d'Attelage, Sport Études et Sport Études Excellence.

LES BIENFAITS DE L'ÉQUITATION

DE VÉRITABLES VERTUS ÉDUCATIVES !

L'ÉQUITATION PERMET À L'ENFANT DE DÉVELOPPER SES APTITUDES. IL DEVIENT DE JOUR EN JOUR PLUS ADROIT, PLUS FORT, PLUS RESPONSABLE, PLUS SOCIABLE ET PLUS AUTONOME.

APPRENDRE EN S'AMUSANT

Les enseignants d'équitation proposent aux enfants cavaliers de courtes séances autour du jeu. Elles cultivent l'imaginaire de l'enfant, les encouragent et les valorisent. Dans le jeu, l'enfant prend du plaisir, il a envie de réussir et maîtrise ses appréhensions.

GRANDIR AUX CÔTÉS DES PONEYS

L'équitation permet d'établir une relation privilégiée avec l'animal et développe son sens des responsabilités. Quotidiennement pris en charge par ses parents, au poney-club, c'est l'enfant qui veille au bien-être de son poney. Il lui permet de développer ses qualités d'observation, d'analyse, d'intuition, de patience, de compréhension, sans oublier l'estime de soi et la communication. Dans le cadre de la pratique collective, l'enfant s'auto-évalue et trouve naturellement sa place dans le groupe.

S'INTÉGRER DANS UN LIEU DE VIE

Un poney-club ou un centre équestre sensibilise à la vie animale, à ses rythmes, à ses exigences. Véritable lieu de vie, il réunit autour d'une même passion des personnes de tous les horizons où tous les âges s'y croisent, enfants, adolescents et adultes. C'est une vie de club qui s'organise autour de l'équitation : goûters, anniversaires, barbecues, soirées. Sans compter les spectacles ou les concours qui mobilisent tout un club autour d'un projet commun.

DÉCOUVRIR LA MÉDIATION ÉQUINE

L'équitation se pratique à deux avec un animal sans a priori, qui vit dans l'instant présent et nous invite en permanence à l'être. Cela instaure une vraie relation qui favorise l'insertion sociale et restaure une démarche de confiance en soi.

BON À SAVOIR

Passer du temps avec un cheval lorsqu'il est dans son box ou au pré, le promener en main, le panser, le récompenser… sont autant de moments privilégiés qui créent et entretiennent notre complicité avec lui. Sa posture, la position de ses oreilles, ses expressions faciales, sa façon de nous accueillir, sont des signaux qui renseignent sur notre état émotionnel.

Les poneys et chevaux des établissements équestres de la FFE sont de véritables maîtres d'école. Ils sont bienveillants et rassurants envers les cavaliers débutants. Quant aux enseignants, ils sont tous diplômés et formés pour adapter le cheval au niveau du cavalier et à ses aspirations.

©FFE/PSV

DES BIENFAITS SUR LA SANTÉ

D'UN POINT DE VUE SANTÉ PHYSIQUE, PSYCHIQUE ET PSYCHOLOGIQUE, L'ÉQUITATION RASSEMBLE DE MULTIPLES BIENFAITS À TOUS NIVEAUX.

BON POUR LA SANTÉ

L'équitation est un sport doux et symétrique qui entretient la forme, donne du souffle et de l'énergie. À chaque pas, le mouvement du bassin mobilise les muscles du dos et de la ceinture abdominale. Le cavalier regarde au loin et se tient droit. C'est bon pour son dos. Il est en équilibre dans le mouvement. C'est bon pour sa coordination et pour sa musculature.

BON POUR LE MORAL

Monter à cheval ou à poney est un plaisir qui permet de se ressourcer.

La chaleur du cheval est relaxante et procure une détente favorable à la complicité avec l'animal. De plus, réussir à cheval donne confiance en soi.

BON POUR LA VIE SOCIALE

L'équitation est un sport individuel que l'on pratique en groupe. Cela permet de rencontrer des personnes de tous les horizons et de tous les milieux qui partagent la même passion. C'est un univers que l'on peut partager avec ses proches à l'occasion des animations ou des manifestations comme la Journée du cheval.

BON POUR LA VIE EN PLEIN AIR

À cheval, on vit dehors, au rythme des saisons. Cela incite à respecter la vie animale et le milieu naturel. Le cavalier s'intéresse au comportement de sa monture qu'il apprend à déchiffrer en l'observant. Il développe sa connaissance de la faune et de la flore qu'il s'attache à préserver.

L'ÉQUITATION-SANTÉ, PRATIQUER SUR PRESCRIPTION MÉDICALE

L'équitation est également accessible aux personnes en situation de handicap et recommandée pour les personnes souffrant de pathologies chroniques. On parle aujourd'hui d'équitation-santé avec l'inscription au médicosport-santé, le dictionnaire des disciplines sportives utilisées par les médecins en prévention et traitement des pathologies chroniques.

Le milieu équestre a désormais pris sa place dans le schéma Sport Santé / Bien-être impulsé et appuyé par l'ensemble des acteurs du sport et de la santé.

Certaines problématiques de santé publique sont soutenues et peuvent aujourd'hui être prescrites par un médecin et renouvelées par un kinésithérapeute. Les activités équestres s'imbriquent dans ce schéma car elles mobilisent le corps vers une amélioration de la condition physique générale, du système musculo-squelettique, des fonctions cognitives, affectives et sociales.

Cette prescription peut être un levier motivationnel pour la personne afin qu'elle s'inscrive dans une activité physique, mais cela peut également lever dans un premier temps des freins financiers, certaines mutuelles s'engageant aujourd'hui à prendre en charge de différentes façons la pratique d'une activité physique.

6 BIENFAITS DU PONEY SUR LE DÉVELOPPEMENT DE L'ENFANT

LES BIENFAITS DU PONEY SUR LES ENFANTS NE SONT PLUS À DÉMONTRER. ACCÉLÉRATION DU DÉVELOPPEMENT PSYCHOMOTEUR, AFFECTIF, COGNITIF OU ENCORE RESPONSABILISATION, AUTONOMIE ET CONFIANCE EN SOI SONT AUTANT D'APTITUDES DÉVELOPPÉES ET AVÉRÉES GRÂCE AU CONTACT DE L'ANIMAL.

> DÉVELOPPEMENT PSYCHOMOTEUR

Les mouvements du corps de l'enfant indiquent au poney ce qu'il doit faire. Le jeune cavalier doit donc apprendre à coordonner ses mouvements en souplesse. L'enfant doit se redresser pour regarder au loin, ce qui lui permet de s'équilibrer. Il muscle ainsi en douceur son dos et sa ceinture abdominale.

> DÉVELOPPEMENT AFFECTIF

Au sein de sa famille, l'enfant est celui sur qui l'on veille. Au poney-club, c'est à son tour de prendre soin d'un poney. Il le brosse et le dirige de manière autonome. Il prend peu à peu conscience qu'il est responsable du bien-être de l'animal. L'enfant aime cette inversion des rôles qui le fait se sentir grand. Il développe avec l'animal une relation affectueuse et met en place un langage intuitif.

> DÉVELOPPEMENT COGNITIF

Au poney-club, l'enfant trouve un monde à sa mesure pour satisfaire son insatiable curiosité. Du fonctionnement du club à celui du poney, le jeune cavalier apprend beaucoup grâce à l'observation et aux expériences. Pour comprendre son poney, il doit être attentif à ses attitudes et apprendre à les interpréter.

> DÉVELOPPEMENT DE LA CONFIANCE EN SOI

Avec une pédagogie centrée sur la réussite, l'enfant développe peu à peu son assurance à poney et intègre sa capacité d'auto-évaluation. Par exemple, il sait instantanément s'il a réussi l'exercice de prendre la balle sur le plot, ou non. Évoluant dans un groupe, son évaluation passe aussi par la comparaison avec les autres. Sa place dans le groupe, se positionner, expliquer la manière dont il a réussi à faire l'exercice… sont des vecteurs d'amélioration de la confiance en soi au sein d'un groupe hétérogène.

> DÉVELOPPEMENT PSYCHIQUE

Monter à poney enseigne la patience et la persévérance : il en faut pour ajuster sa posture, dominer ses émotions et répondre aux besoins de l'animal. L'enfant ressent naturellement que la gestion des émotions est primordiale face à l'animal et il la développe au fur et à mesure de son contact avec le poney. Lorsqu'il part au trot, il peut avoir des émotions très fortes, mais il doit se contrôler pour réussir à s'arrêter.

> DÉVELOPPEMENT DU LIEN SOCIAL

Les enfants sont en interaction avec leurs camarades et leurs poneys. En participant à la vie du poney-club, ils échangent et partagent des expériences. L'entraide entre les enfants nourrit leur évolution dans cet environnement. De retour à l'école ou à la maison, les enfants continuent de raconter leurs découvertes, revivent les instants émotionnellement forts qu'ils ont vécus.

36 DISCIPLINES POUR RÉPONDRE À TOUTES LES ENVIES

PRATIQUÉE EN SIMPLE LOISIR OU EN VÉRITABLE SPORT DE COMPÉTITION, L'ÉQUITATION REGROUPE PLUS DE 30 DISCIPLINES ÉQUESTRES. ELLE OFFRE À CHAQUE CAVALIER UNE MULTITUDE DE CHOIX ET PERMET À CHACUN DE TROUVER LA DISCIPLINE QUI LUI CONVIENT.

POUR LES ENVIES DE SENSATIONS NOUVELLES

La voltige croise la danse, la gymnastique et l'équitation. Il s'agit pour les voltigeurs d'effectuer des figures seuls ou en groupe, sur un cheval guidé par un longeur. La voltige est souvent utilisée pour débuter l'équitation. Elle permet de faire découvrir la sensation du trot et du galop à un cavalier qui n'a pas à diriger le cheval et qui peut se tenir à la poignée du surfaix.

Le mountain trail est un parcours d'obstacles de montagne qui met en valeur le parfait cheval d'extérieur : un cheval confiant, qui se déplace avec une allure naturelle, de manière sûre et sécuritaire pour son cavalier, sur des parcours d'obstacles naturels qui pourraient être rencontrés en extérieur. Cette discipline démontre le haut niveau de connexion du cheval avec son cavalier.

Le tir à l'arc à cheval est la réunion de deux disciplines sportives traditionnelles : l'équitation et le tir à l'arc. La combinaison de ces deux sports provient de traditions asiatiques. L'objectif est de tirer dans un temps déterminé des flèches en mouvement dans une ou plusieurs cibles en ligne droite ou sur un parcours de chasse vallonné, sur une piste encadrée. L'esthétisme du geste et la difficulté d'allier vitesse et précision en font tout le charme.

Tir à l'arc à cheval

©FFE/PSV

POUR LES AMATEURS DE SPORTS COLLECTIFS

Le horse-ball s'apparente à plusieurs sports d'équipe : basket, football et rugby. Lors des matchs, l'objectif est d'aller marquer des buts dans le camp adverse matérialisé par un cercle en hauteur. Le ballon comporte des anses, utiles pour les cavaliers qui rattrapent la balle même lorsqu'elle est au sol. Six joueurs (dont deux remplaçants) composent les équipes.

Le pony-games valorise l'apprentissage de l'équitation par le jeu. Véritable sport d'équipe, il rassemble plus de 32 jeux différents pratiqués en ligne et en relais. L'objectif est d'effectuer son passage sans erreur tout en étant le plus rapide.

Le ride and run pour les fans de nature et de dépense énergétique est la discipline rêvée. En binôme, les pratiquants se relaient à cheval et à pied pour parcourir une distance variable selon les catégories. Pour ceux qui préfèrent le vélo à la course à pied, une variante nommée ride and bike existe.

POUR CEUX QUI SOUHAITENT RESTER À PIED

L'attelage est la discipline où une voiture est attelée derrière un ou plusieurs poneys/chevaux. Elle comporte 3 tests : le dressage, le marathon et la maniabilité. La catégorie phare est celle de l'attelage à 4 chevaux que l'on retrouve à haut niveau.

L'equifeel représente un ensemble de tests ludiques à pied où le cavalier choisit des niveaux de difficulté de contrat pour mettre en valeur sa complicité avec son poney/cheval.

Le travail à pied se décline au travers du travail à la longe et du travail aux longues rênes. Ce mode de pratique permet aux futurs cavaliers de découvrir les activités équestres tout en restant au sol !

POUR LES AMOUREUX DE LA NATURE

Le TREC (Techniques de Randonnée Équestre de Compétition) est une discipline sportive née de la volonté des pratiquants de randonnée à cheval de se mesurer sur une compétition en trois tests : le Parcours d'Orientation et de Régularité (POR), la Maîtrise des Allures (MA) et le Parcours en Terrain Varié (PTV). Le TREC peut également se pratiquer en attelage.

L'endurance est une course de fond à cheval, réalisée sur un itinéraire balisé en extérieur à une vitesse imposée ou libre. Le cavalier doit trouver le meilleur compromis entre vitesse et forme de son cheval, car les contrôles vétérinaires vérifient que chaque cheval récupère de façon optimale. L'endurance peut se pratiquer également en attelage.

POUR LES ENVIES PLUS CLASSIQUES

Le saut d'obstacles (CSO) est la discipline la plus connue et la plus pratiquée. Elle consiste à enchaîner un parcours de plusieurs obstacles ayant différents niveaux de difficultés en fonction des catégories.

Le concours complet d'équitation (CCE) consiste à enchaîner 3 tests : le dressage, le cross et le saut d'obstacles.

Le dressage montre les qualités athlétiques et artistiques d'un couple constitué par un cavalier et son cheval. Évalué par des juges, le duo exécute des figures précises sur un terrain appelé carrière de dressage. Les enchaînements codifiés de ces figures sont appelés « reprises ».

Le para-dressage est une épreuve de dressage à destination des personnes en situation de handicap. En fonction des possibilités de chacun, 5 grades définissent les catégories.

Le hunter, codifié aux États-Unis, a été créé pour croiser dressage et saut d'obstacles. Cette discipline consiste à enchaîner, sous le regard des juges, un parcours d'obstacles avec la plus grande harmonie possible.

POUR LES CURIEUX À LA DÉCOUVERTE DES CULTURES & TRADITIONS

Les disciplines culturelles sont imprégnées d'une culture ancrée dans un terroir. C'est le cas de **l'équitation camargue, western, portugaise, islandaise, de la doma vaquera ou encore du dressage de tradition ibérique. La monte en amazone, la vénerie et les courses de galop et de trot à poney** sont la perpétuation des premières utilisations sportives du cheval. Toutes ces pratiques se caractérisent généralement par une tenue typique !

Équitation western

©FFE/PSV

Saut d'obstacles

©FFE/PSV

RETROUVER L'ENSEMBLE DES DISCIPLINES ICI

L'ÉQUITATION, DU LOISIR À LA COMPÉTITION

L'ÉQUITATION EST UN SPORT D'EXTÉRIEUR QUI PERMET DE S'OXYGÉNER TOUT AU LONG DE L'ANNÉE ET DE PROFITER DE LA NATURE. C'EST UN SPORT QUE L'ON PRATIQUE SEUL OU EN GROUPE, QUI PERMET DE NOMBREUX ÉCHANGES AVEC DES PERSONNES PARTAGEANT LA MÊME PASSION. DANS CERTAINES DISCIPLINES, COMME LE HORSE-BALL, C'EST UN LOISIR IDÉAL POUR LES AMATEURS DE SPORT COLLECTIF CAR IL SE PRATIQUE EN ÉQUIPE.

LOISIR OU COMPÉTITION, À CHACUN SON RYTHME ET SON OBJECTIF !

Selon ses appétences, l'équitation peut se vivre de plusieurs façons. Elle peut être une activité de loisir, que l'on pratique à son rythme et ne demandant pas une condition physique particulière. Chaque cavalier apprend à s'occuper et préparer sa monture avant chaque cours, découvre et met en pratique les techniques nécessaires pour monter et diriger son poney ou son cheval aux différentes allures, comme le trot assis ou enlevé, le galop, à sauter quelques obstacles ou simplement à le diriger.
L'apprentissage se fait en club, en manège ou en carrière, accompagné d'un enseignant d'équitation.

Le cavalier a la possibilité de faire valider ses connaissances par des diplômes, les Galops® , qui vont de 1 à 9 et jalonnent le parcours d'apprentissage des cavaliers. Les Galops poneys s'inscrivent dans un projet éducatif, ils évaluent de façon ludique les acquis des plus jeunes.

Lorsque la pratique est régulière et que l'on s'y investit, cette activité devient un sport à part entière. Elle se pratique alors souvent plusieurs fois par semaine et le cavalier peut choisir de participer à des concours (Club, Amateur ou Pro). Les concours équestres existent pour chaque discipline et permettent aux cavaliers de démontrer leurs capacités et mesurer leurs progrès en faisant face aux autres concurrents. Les cavaliers choisissent leur discipline en fonction de leurs intérêts, de leurs compétences et des aptitudes de leur cheval.

Les concours les plus connus sont ceux des disciplines olympiques : saut d'obstacles, concours complet, dressage et para-dressage. Mais il existe de nombreuses autres disciplines donnant lieu à des championnats de France, d'Europe ou du monde, comme le pony-games ou l'endurance dont des échéances internationales majeures se tiennent en France cette année.

LES JEUX OLYMPIQUES ET PARALYMPIQUES, VECTEUR DE VALEURS FORTES... POUR ALLER AU BOUT DE SES RÊVES !

Les Jeux olympiques de Paris 2024 se sont achevés le dimanche 11 août avec un nombre record de **64 médailles pour la France** et une **5ème place au tableau des médailles.** Les sports équestres ont participé à ce bilan historique avec **deux podiums par équipes** obtenus par les Bleus, en **argent en concours complet et en bronze en saut d'obstacles.**

En équitation, certains cavaliers auront pour ambition de devenir cavalier professionnel, d'intégrer le haut niveau et l'équipe de France. Et pour nombre d'entre eux, d'atteindre le Graal : participer aux Jeux olympiques et paralympiques. Les valeurs, telles que la persévérance, le dépassement de soi, la compétitivité mais aussi l'union, le soutien et l'amitié, portées par les Jeux olympiques et paralympiques, soutiennent les futurs athlètes dans leur quête de réussite et démontrent que tout est possible. Les athlètes émeuvent et sont des exemples, car ils mettent tout en œuvre pour réussir, que ce soit par leur volonté, leur mental d'acier ou leur capacité à se concentrer sur leur objectif.

Le parcours des cavaliers de l'équipe de France en est l'exemple. Si certains cavaliers qui ont représenté la France à Versailles cet été sont issus de famille du milieu équestre, de nombreux autres, à l'instar de **Stéphane Landois (concours complet), Alexandre Ayache (dressage) ou encore Chiara Zenati (para-dressage)**, se sont pris de passion pour l'équitation après avoir découvert l'activité dans un club. Leur force intérieure et l'accompagnement de la famille, des entraîneurs et entraîneures les poussent à atteindre le bout de leurs rêves : participer aux Jeux olympiques et paralympiques.

Stéphane Landois (médaillé d'argent par équipes en complet à Paris 2024) suivait ces deux grandes soeurs sur les terrains de concours de saut d'obstacles. À six ans, il se met alors à son tour à monter et progresse rapidement. Stéphane a d'abord fait ses armes sur le circuit Poneys, aux rênes d'Ick Cayennais. Ce dernier lui offre en 2009 une première participation européenne, à Moorsele (BEL), déjà en concours complet.

Alexandre Ayache (dressage), issu d'une famille non cavalière, se passionne pour les chevaux dès son plus jeune âge. À 3 ans, ses parents lui achètent un poney qu'ils installent à la maison. Il monte ensuite en club où il s'initie à toutes les disciplines équestres. Il s'intéresse plus particulièrement au dressage à 17 ans, lorsqu'une amie lui confie un jeune Lusitanien délicat. Ils commencent ensemble les compétitions et iront jusqu'en Grand Prix.

Chiara Zenati (para-dressage) découvre l'équitation au centre équestre de La Courneuve (93) à l'âge de 6 ans. Très curieuse, son hémiplégie droite qu'elle a depuis sa naissance ne l'empêche pas de s'essayer à d'autres sports en parallèle. Elle décide de se consacrer au cheval et découvre la compétition en 2017 aux côtés de sa coach, Brigitte Rinaldi. Elle évolue à la fois en para-dressage et avec les valides. Les résultats ne se font pas attendre puisqu'elle est sacrée championne de France de para-dressage Club 2 en 2018 puis Club 1 en 2019 à Lamotte-Beuvron (41) avec Summerhill Boy.

DÉCOUVRIR LEUR BIOGRAPHIE ICI

L'ÉQUITATION EN FRANCE

UN ATOUT POUR L'ÉDUCATION ET LA SANTÉ

L'équitation :

- Favorise le respect des autres, de la vie animale et du milieu naturel,
- Donne le goût de l'effort, de l'engagement et de la persévérance,
- Contribue au bien-être physique des pratiquants.

UN SPORT ACCESSIBLE A TOUS

- 1er sport de nature et 1er sport féminin,
- Sport pour tous : à partir de 2-3 ans, quel que soit sa condition physique,
- Un club à moins de 13 km de chez vous,
- 1 Million de familles concernées par le cheval.

UN ATOUT POUR L'EMPLOI

- 35 000 actifs, emplois essentiellement ruraux et non délocalisables,
- 9 500 établissements dont 6 000 poney-clubs et centres équestres,
- Une filière économique équilibrée, créatrice d'emplois,
- Le 1er employeur sportif privé en France.

UN MODÈLE DE DÉVELOPPEMENT

Unique au monde, le « poney-club à la française » est un modèle qui a démontré sa viabilité et est souvent pris comme exemple. Les cavaliers peuvent pratiquer l'équitation à un moindre coût, grâce au partage de la cavalerie (chevaux prêtés par le club), des infrastructures et de l'enseignement.
Ce modèle permet aujourd'hui de rendre ce sport accessible au plus grand nombre.

LE PROJET ÉDUCATIF DE LA FFE

Favoriser une vie en société dans le respect des autres, de la vie animale et du milieu naturel.
Donner le goût de l'acquisition et de la transmission des savoirs.
Promouvoir les bienfaits des activités physiques et sportives.
Développer le goût de l'effort et des satisfactions qu'il donne.
Valoriser l'engagement et le sens des responsabilités.

L'ÉQUITATION EN CHIFFRES

3ème fédération sportive olympique en nombre de licenciés (650 000 en 2024)

1er **sport de nature** par le nombre de licenciés

1er **sport féminin** par le nombre de licenciés

Le cheval est le **3e animal préféré des Français** en 2019

33% des licenciés sont agés de **4 à 12 ans (plus de 210 000 licenciés 2024)**

27% des licenciés sont agés de **13 à 18 ans (plus de 170 000 licenciés 2024)**

25% des licenciés font de la compétition

36 **disciplines équestres** à la FFE

6 000 **poney-clubs** et centres équestres en France

Chiffres du 31 août 2024

©FFE/PSV

DÉCOUVRIR TOUTES LES STATISTIQUES ICI

INFORMATIONS PRATIQUES

L'ÉQUITATION, POUR QUI ?

- Les enfants, à partir de 3 ans à poney
- Les adolescents, à double poney ou à cheval, pour s'initier, se perfectionner, pour le loisir dans le cadre de promenades à cheval en pleine nature ou pour la compétition
- Les adultes, à cheval, quel que soit son âge ou sa condition physique
- Les personnes en situation de handicap ou qui ont besoin d'aide, avec un accompagnement tel que l'équithérapie ou l'équicoaching, pour aider certaines personnes au niveau psychique ou corporel (perte de confiance en soi, problèmes de communication.)

OÙ MONTER À CHEVAL ?

Dans l'un des 6 000 poney-clubs et centres équestres adhérents à la FFE et répartis sur l'ensemble du territoire français.

OÙ S'INSCRIRE PRÈS DE CHEZ SOI ?

Dans tous les clubs FFE partout en France. Le site ffe. com permet de rechercher le club le plus près de chez soi, en fonction du code postal, du département ou de la région : ffe.com.

À PONEY OU À CHEVAL ?

La taille de la monture doit être en adéquation avec celle du cavalier. Débuter à poney est préférable quand on est jeune.

À PARTIR DE QUEL ÂGE PEUT-ON MONTER ?

La plupart des clubs accueillent les enfants à partir de 4 ans. Certains proposent le baby poney, à partir de 2-3 ans. On peut aussi apprendre plus tard et même débuter adulte. L'avantage est de pouvoir continuer très tard.

QUELLE TENUE METTRE ?

Pour commencer, un pantalon souple et des bottes suffisent. La plupart des structures équestres proposent un casque homologué pour les premières séances. Ensuite, l'idéal est d'avoir son casque, ses bottes ou ses mini-chaps et un pantalon d'équitation plus confortable sans couture à l'intérieur des jambes.

FAUT-IL UNE ASSURANCE ?

La licence de la FFE, délivrée lors de votre inscription dans le club, comporte une assurance qui permet de pratiquer l'équitation en toute sérénité.

OÙ SE PROCURER SA LICENCE ?

Les clubs de la FFE délivrent la licence du millésime en cours. C'est le passeport d'accès à toutes les activités fédérales. Elle permet de passer ses diplômes fédéraux et de participer aux compétitions officielles FFE. Elle offre des réductions et des tarifs préférentiels sur les équipements, les loisirs et les assurances. Elle est disponible chaque année dès le 1er septembre et elle est valable jusqu'au 31 décembre de l'année suivante. La licence verte est un premier pas vers la licence. Cette dernière proposée au prix de 10 € permet d'accéder aux services fédéraux et possède une durée de validité de 30 jours.

COMBIEN ÇA COÛTE ?

Les clubs renseignent directement sur leur site internet les différents prix et formules. L'inscription annuelle ou trimestrielle est en général plus avantageuse.

CONTACT

CONTACT PRESSE FFE

Fédération Française d'Équitation / Service Communication
communication@ffe.com
02 54 94 46 78

Service Développement
developpement@ffe.com
02 54 94 46 82

FEDERATION FRANÇAISE
D'EQUITATION