

L'ESTAFETTE

LE JOURNAL DES PASSIONNÉS DU TOURISME ÉQUESTRE

DÉCEMBRE 2025 / JANVIER / FÉVRIER 2026

N° 167



ITINÉRANCE
TOURISME ÉQUESTRE
& GASTRONOMIE

12

DÉVELOPPEMENT
DU TOURISME ÉQUESTRE
AU PIED DU SAPIN

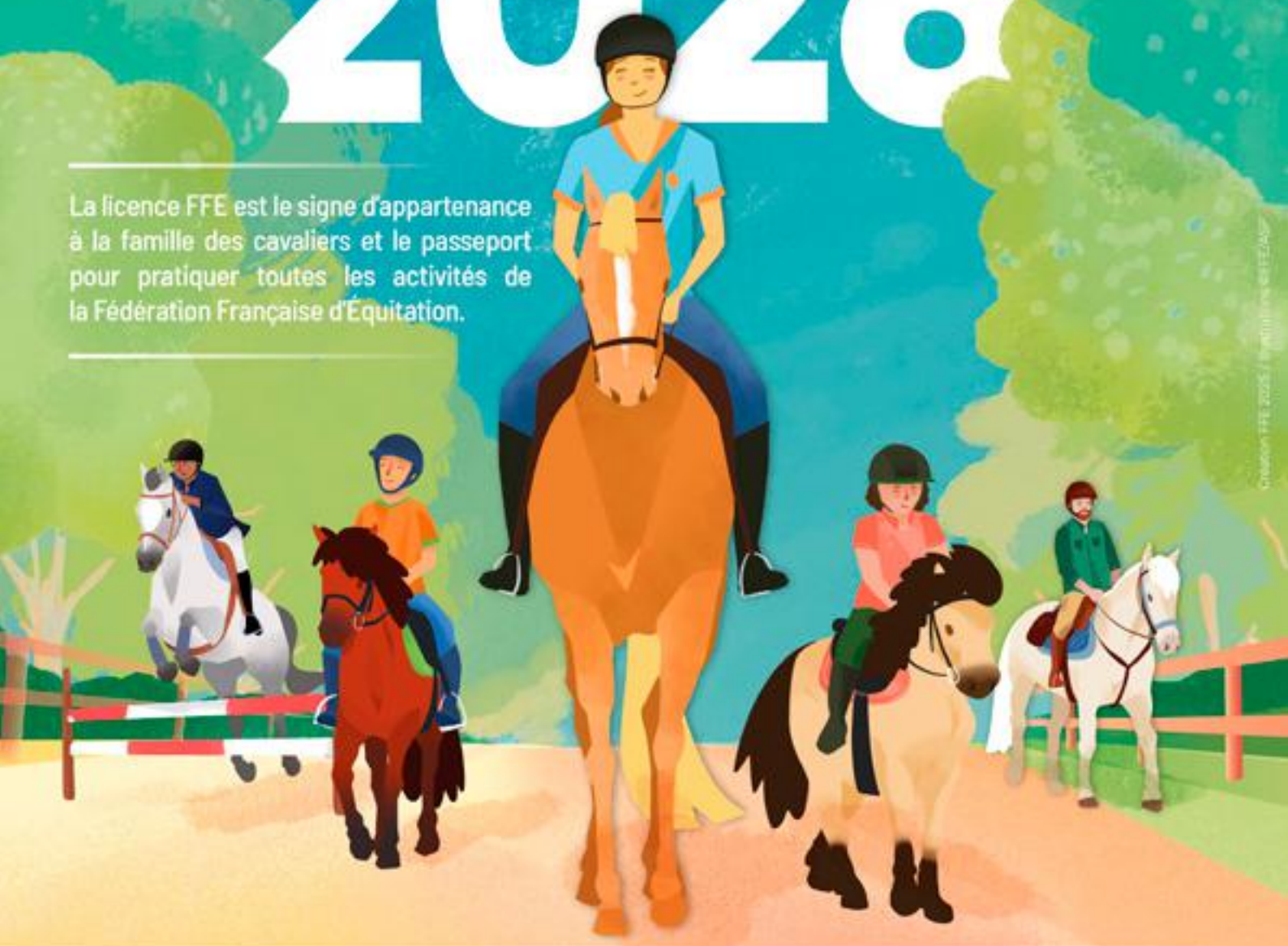
18

Comité National de
**TOURISME
ÉQUESTRE**
Le cheval

FFE
naturellement

licence 2026

La licence FFE est le signe d'appartenance à la famille des cavaliers et le passeport pour pratiquer toutes les activités de la Fédération Française d'Équitation.



GRÂCE À SA LICENCE, CHAQUE CAVALIER PEUT :

-  Pratiquer son sport sans limite.
-  Accéder à sa Page Cavalier FFE et ses services.
-  Valider ses Galops® et examens fédéraux.
-  Participer à des compétitions.
-  Être assuré pour toutes ses activités équestres.
-  Profiter de promotions et réductions chez de nombreux partenaires.
-  Recevoir des informations exclusives.



Pensez à mettre à jour vos données personnelles sur votre Page Cavalier pour être régulièrement informé des activités et services FFE qui vous concernent.

SUIVEZ-NOUS SUR



FÉDÉRATION FRANÇAISE D'ÉQUITATION - FFE.COM

sommaire

Les brèves	4
Technique équestre	6
◆ Étalonner son cheval pour gagner en précision	
Itinérance	8
◆ Tutoriels Geocheval : imprimer une carte personnalisée	
◆ Randonner au sec	
◆ Tourisme équestre & gastronomie	
Événement	15
◆ Mission réussie pour la Rando régionale poney 2025	
◆ 24 heures avec un organisateur de GRTE	
Développement	18
◆ Du Tourisme équestre au pied du sapin	
◆ Fête du sport : découvrir la nature à poney	
Infos juridiques	20
◆ Achat d'un équidé : quelles précautions ?	
Bien-être animal	21
◆ L'exercice du cheval en hiver : trouver le bon équilibre	
Randonneurs en herbe	22
◆ Jeux	

L'ESTAFETTE, D'UN RANDONNEUR À UN AUTRE

Chers amis randonneurs,

Alors que la fin de l'année approche, l'heure est souvent au bilan.

2025 a débuté avec l'élection quelques jours auparavant de Frédéric BOUIX, issu du tourisme équestre, à la présidence de la FFE, soutenant un plan d'action Cheval Nature pleinement intégré dans le Projet fédéral 2025-2028, déployé en lien avec les Comités régionaux et départementaux en charge du tourisme équestre.

A l'occasion de son Assemblée générale ce 27 novembre, le Comité National de Tourisme Equestre a présenté l'action des mois écoulés, marqués en 2025 par la modernisation d'outils phares pour promouvoir nos pratiques auprès du plus grand nombre : le lancement de l'application mobile GeoCheval, déclinée de la carte interactive éponyme, et l'évolution du journal L'Estafette, prenant en compte les retours exprimés lors de l'enquête de lectorat en février 2025.

Ainsi, depuis deux numéros, vous retrouvez dans votre trimestriel préféré, des articles de fond et techniques, tant sur le choix d'équipement de randonnée, que de perfectionnement en équitation d'extérieur, faisant de L'Estafette un magazine spécialisé sur nos pratiques, que nous vous invitons d'ailleurs à partager autour de vous à tous les amoureux de cheval et de nature.

Puisse chaque Estafette ravir, former et informer, faire découvrir le tourisme équestre, à plusieurs lecteurs !

Bonne lecture hivernale à chacune et chacun,

Valérie DALODIER
Présidente du CNTE



L'Estafette, trimestriel, N°167, est la revue officielle du Comité National de Tourisme Equestre.
Siège social : CNTE - FFE Tourisme, Parc équestre fédéral, 41600 Lamotte-Beuvron
02 54 94 46 00, tourisme@ffe.com
Représentant légal : Frédéric Bouix
Directrice de la publication : Valérie Dalodier
Rédactrice en chef : Cécilia Do
Secrétariat de rédaction : Hélène Lacombe
Ont collaboré à ce numéro : Baptiste Dumoulin, Claire Kergus, Marie Raulier, Clément Vincendeau
Charte graphique : IMMAX
Mise en page : FFE - Gautier Billault
Imprimerie : STF Imprimeries, 54200 TOUL
Commission paritaire : 0725 6 86918
Date de parution : Décembre 2025
N° ISSN : 1276-7905
Dépôt légal : Décembre 2025
Tarif abonnement annuel : licenciés FFE - hors fléchage Tourisme - 4,00 € // grand public : 8,00 €
Tirage : 77 500 exemplaires
Illustrations : FFE / AdobeStock/Sk/Manumoro/
GoodStudio/Denys/YummyBoom/4zevar/hvostik16/Tatiana
Photo de couverture : ©FFE/PSV
Petite histoire de couverture... : Ce numéro met l'Équitation de travail à l'honneur. Cette photo de Clara et sa jolie Fiesta de Calabrun, Camargue de 10 ans, a été prise lors de l'épreuve de la maniabilité chrono des championnats d'Europe organisés à Vendres, dans l'Hérault, du 8 au 12 octobre 2025.



Au national

HOMMAGE

Disparition de Jean-Patrick Ramillon

C'est avec une profonde tristesse que la grande famille du Tourisme équestre a appris la disparition de Jean-Patrick Ramillon, figure incontournable et passionnée du mouvement.

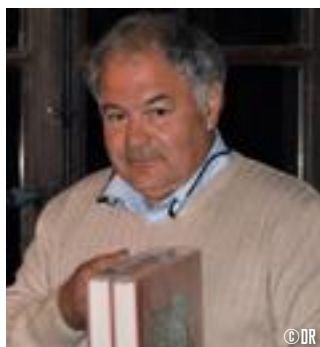
Guide de tourisme équestre depuis 1988, dirigeant du centre équestre L'Éperon de Lantilly, Jean-Patrick a consacré sa vie à la randonnée équestre et à la promotion de l'itinérance à cheval.

Président de l'Association Régionale de Tourisme Équestre Bourgogne-Morvan de 1989 à 1999, il a œuvré sans relâche pour structurer le réseau, soutenir les acteurs de terrain et développer les itinéraires. Administrateur de la Délégation Nationale au Tourisme Équestre de 1992 à 2000, ce professionnel visionnaire a participé à de nombreux travaux tels que la création d'un inventaire des chemins, la signature de la première convention avec l'IGN ou encore la mise en place du label Centre de Tourisme Équestre, pilier de la qualité d'accueil de notre filière.

Jean-Patrick fut également à la présidence de la FRETE - Fédération française des Relais

d'Étape et de Tourisme Équestre -, groupement national rassemblant les exploitants des relais d'étape ouverts aux randonneurs pour l'accueil de passage et leurs utilisateurs, durant plus de 10 ans.

Il était aussi l'un des acteurs de la parution régulière des travaux de la commission Infrastructures dans les pages de l'Estafette.



En décembre 2023, à l'occasion des Rencontres des 60 ans du Tourisme équestre, la FFE et le CNTE lui avaient décerné la Médaille d'honneur du CNTE pour récompenser son implication et tout son travail.

La Fédération Française d'Équitation et le Comité National de Tourisme Équestre saluent la mémoire de Jean-Patrick et adressent à sa famille et à ses proches leurs sincères condoléances. Sa passion du cheval et son engagement resteront dans les mémoires du Tourisme équestre.

Médaille d'honneur pour Claude Guilbaud

Lors du salon du cheval d'Angers, qui s'est tenu du 8 au 11 novembre, Claude Guilbaud, acteur passionné et investi du Tourisme équestre, s'est vu remettre la Médaille d'honneur du CNTE par sa présidente. Cette distinction salue son dévouement, son travail et son militantisme en faveur de l'itinérance équestre depuis plus de 40 ans.



Championnats de France de TREC en attelage

Une quarantaine d'attelages se sont retrouvés à Uzès, dans le Gard, les 26 et 27 octobre derniers à l'occasion du championnat de France de TREC en attelage. Au total, cinq médailles d'or ont été décernées en épreuves Club A1, Club 1 et Club Élite, où les participants s'affrontaient sur la Maîtrise des allures, le Parcours en Terrain Varié et le Parcours d'Orientation et de Régularité.

Sur cette édition 2025 à nouveau, nous pouvions observer une riche diversité de races : Comtois, Franches-Montagnes, Haflinger, Irish Cob, Mérens, Pinto, Poney Français de Selle, Shetland... Une belle représentation de cette discipline complète et ouverte à tous !

En savoir plus sur la discipline du TREC en attelage : ffe.com/pratiquer/disciplines/trec-en-attelage



Les salons, nouvelles éditions

Cette année à nouveau, les équipes de la FFE-CNTE seront présentes au salon du Cheval de Paris, du 12 au 14 décembre 2025, au salon International

de l'Agriculture, du 21 février au 1^{er} mars, ainsi qu'au salon Destinations Nature, du 12 au 15 mars 2026. Autant d'occasions de venir nous rencontrer pour poser toutes vos questions, vous informer ou simplement échanger. Lors de l'édition 2025 du salon Equita Lyon, du 29 octobre au 2 novembre 2025, le CNTE était représenté au sein du village Tourisme équestre, aux côtés d'autres Comités régionaux et départementaux. Cela a permis à Valérie Dalodier, présidente du CNTE et Frédéric Bouix, président de la FFE, de réunir les acteurs du Tourisme équestre présents pour un temps de convivialité autour de l'actualité Pleine nature.



Vie fédérale

A l'heure où nous bouclons ce numéro, les deux Assemblées générales de la Fédération Française d'Équitation et du Comité National de Tourisme Équestre se tiendront le jeudi 27 novembre 2025 au Parc équestre fédéral à Lamotte-Beuvron (41).

Retrouvez toutes les actus liées à la vie de la fédération sur le site internet : ffe.com/actualites

À l'international

Retour sur l'Assemblée générale 2025 de la FITE

L'Assemblée générale 2025 de la Fédération Internationale de Tourisme Équestre s'est déroulée le dimanche 14 septembre 2025 à Rome, en Italie, au lendemain des championnats d'Europe de TREC. Au total, 15 des 22 ONTE membres - Organismes Nationaux

de Tourisme Équestre - étaient représentés, avec la participation de 16 personnes en présentiel et 11 en visioconférence.

Deux mandats au sein du Conseil d'administration arrivant à échéance, des élections se sont tenues. Mei Hwa Khoe (Pays-Bas) et Thomas Ungruhe (Allemagne),

vice-président, ont été réélus à l'unanimité. Loredana Fani (Italie) a intégré l'instance.

Ce rendez-vous annuel important pour la FITE a permis de dresser le bilan des activités de l'année 2025 et de présenter les objectifs futurs de l'organisation.

2025 c'était...

- L'année 2025 a marqué le cinquantième anniversaire de la FITE. Pour souligner ce jubilé, un communiqué de presse a été diffusé, mettant en lumière l'expérience et l'expertise acquises au fil des décennies. Ce demi-siècle d'existence a permis à la FITE de consolider sa reconnaissance sur la scène internationale et de s'affirmer comme un acteur incontournable, guidé par des valeurs de coopération, de passion et d'accessibilité.
- Une participation et représentation active au sein de diverses instances européennes et internationales, telles que le MEP Horse group (Member of the European Parliament), European Horse Network, le European Network of Outdoor Sports et l'Association Européenne de la Route d'Artagnan.
- Assurer une veille législative et informationnelle sur des sujets pouvant impacter les activités des membres, notamment au niveau européen (transport des animaux, directive Voyage à forfait, etc.).
- Côté sport, l'organisation des championnats d'Europe d'Equitation de travail et de TREC 2025.
- Une formation des officiels de compétition internationaux en TREC.

2026 sera...

- La troisième édition des Rencontres Internationales du Tourisme Équestre, prévue au printemps 2026 en Allemagne, s'annonçant comme un temps fort pour la FITE. Thomas Ungruhe et Joséphine Holz, déjà participants aux éditions 2022 et 2024, sont chargés de l'organisation de l'événement.
- Les commissions sportives se réuniront prochainement afin d'examiner les modifications réglementaires et de planifier le développement du TREC et de l'Equitation de travail.
- La FITE est également présente au sein du réseau partenarial ENOS et a déposé sa candidature au projet Rating Overall Use of Trails for Environmental Sustainability, « ROUTES », en mars 2024. Elle a été reçue par la Commission européenne mi-août 2025. Ce projet vise à intégrer les défis liés au sport, au tourisme et au développement culturel des sentiers de randonnée, ainsi que les différentes activités qui peuvent y être pratiquées.



Retour sur les championnats d'Europe de TREC 2025

Du 10 au 13 septembre 2025, Montelibretti (Italie) a accueilli les championnats d'Europe de TREC. Placée sous l'égide de la FITE et organisée par la FITETREC-ANTE, la compétition militaire et a rassemblé 75 cavaliers représentant 8 nations différentes.



Saluons la performance des français, présents sur tous les podiums ! Ils remportent l'or par équipe dans toutes les catégories et deux médailles d'argent en individuel Jeunes cavaliers et Seniors.

Championnats d'Europe d'Equitation de travail

Le Haras de la Gesmeray à Vendres, dans l'Hérault, était l'hôte des championnats d'Europe d'Equitation de travail 2025. Organisés sous l'égide de la Fédération Internationale de Tourisme Équestre, l'événement a rassemblé près de quarante couples cheval-cavalier représentant la France, l'Italie et la Suisse.

L'équipe de France réalise un exploit en remportant les six titres de champions d'Europe pour la deuxième année consécutive !



Réseaux Sociaux

La FITE est désormais présente sur Instagram ! Découvrez plus de contenu inédit sur le compte officiel de la FITE : [fite_officiel](https://www.instagram.com/fite_officiel)



Centaure 2026

Le célèbre Raid du Centaure verra s'affronter les cavaliers les plus courageux pour une épreuve d'orientation nocturne inédite du 20 au 22 février 2026 au départ de Roybon, en Isère, sur le plateau de Chambaran. Organisée sous l'égide de la FITE, la nouvelle édition de ce parcours de 100 kilomètres sera concoctée par le CDTE de l'Isère, qui est déjà à pied d'œuvre.

Suivez toute l'actualité du Raid du Centaure sur le site de la FITE : fite-net.org

chevalnature
Le mag du tourisme équestre

**RETROUVEZ VOS ÉVÉNEMENTS
PLEINE NATURE
ET TOUTE L'ACTUALITÉ
DES COMITÉS DÉPARTEMENTAUX
ET RÉGIONAUX
DE TOURISME ÉQUESTRE :**

chevalnature.info

Étalonner son cheval *pour gagner en précision*



A cheval, l'hiver est une saison idéale pour travailler sa technique et mettre à profit ses connaissances. Pour ce premier chapitre, qui s'adresse aussi bien aux cavaliers désireux de participer à des compétitions de TREC aux beaux jours qu'aux fans d'extérieur souhaitant en apprendre plus sur leur cheval, le focus est fait sur la régularité de l'allure et plus particulièrement : l'étalement de sa monture.

Apprendre à mieux se connaître pour être plus précis

Le TREC évalue la complicité du couple cheval-cavalier dans des situations variées, entre orientation, maniabilité et régularité. Savoir-faire technique de base, l'étalement de sa monture est indispensable pour permettre au cavalier de « lire » son cheval et son environnement, au pas près.

Il s'agit d'apprendre à connaître la vitesse naturelle de son cheval à chaque allure, ce qui s'avère ensuite très utile sur le Parcours d'Orientement et de Régularité (POR), où il faut maintenir des vitesses imposées (souvent entre 5 et 12 km/h), comme sur la Maîtrise des Allures, qui consiste à évoluer au pas le plus rapide et au galop le plus lent, tout en restant dans la décontraction.

Ce travail à la fois méthodique et sensoriel va développer la complicité, la précision et la justesse du cavalier.

Et si la régularité est une affaire de sensation, c'est aussi une affaire de sciences.



L'étalement en théorie

Étalement son cheval consiste donc à évaluer le nombre de foulées nécessaires à celui-ci pour parcourir une distance donnée, dans une cadence dite « de référence ».

Chaque cheval a sa propre cadence. Certains ont un pas tranquille, d'autres trottent volontiers ; certains galopent ronds et souples, d'autres « courent » un peu. Ces nuances, peu considérées tant qu'on ne les mesure pas, sont pourtant essentielles dans les épreuves du TREC, où la précision du rythme fait souvent la différence entre une bonne et une excellente note.

Ainsi, l'étalement permet de traduire le ressenti en chiffres : combien de mètres parcourus en une minute, combien de foulées pour cent mètres, quelle sensation correspond à 8 km/h au pas ou à 10 km/h au trot ?

Peu à peu, le cavalier apprend à « entendre » le tempo de son cheval, à le ressentir dans son bassin, dans ses mains, dans la tension du dos.

La vitesse d'un cheval dépend de deux paramètres : l'amplitude (la longueur des foulées) et la fréquence (le nombre de foulées par minute).

Cela donne le calcul suivant :

$$\text{Vitesse} = \text{amplitude} \times \text{fréquence}$$

Ainsi, un cheval au pas qui pose 90 foulées par minute, avec une amplitude moyenne de 1,3 mètre, avance à environ 7 km/h.

Un autre, plus ample, qui fait 100 foulées d'1,5 mètre, atteint facilement 9 km/h.

L'étalement n'a pas pour but d'allonger artificiellement la foulée. Il s'agit au contraire de trouver la combinaison la plus économique pour maintenir la vitesse souhaitée sans tension ni fatigue.

C'est pourquoi les meilleurs cavaliers de TREC insistent sur la régularité du pas, la constance du trot, la stabilité du galop.

**Un cheval précipité est irrégulier ;
un cheval posé avance juste.**

Cette régularité vous permettra d'évaluer avec précision les distances parcourues par votre cheval, ce qui peut, par exemple, faire la différence lorsqu'il s'agit de trouver une balise ou de savoir quel chemin emprunter !



L'étalement en pratique

Passons maintenant à la pratique à cheval. Voici quelques idées d'exercices simples pour s'entraîner. En carrière, en manège, dans un chemin près de chez vous ou lors d'une promenade : le terrain de jeu est illimité et accessible à tous.

• Ligne droite chronométrée

Tout d'abord, nous allons travailler sur une portion de ligne droite chronométrée. Choisissez un terrain plat afin d'être le plus régulier possible. Il vous suffit de jalonner une ligne droite à 100 puis 200 mètres (plots, cônes, rubans, lignes de chaux, branches, seaux...) et de vous munir d'un chronomètre ou d'une montre avec cette fonction. Effectuez plusieurs passages au pas, au trot et au galop, en chronométrant le temps mis pour parcourir la distance.

Il ne reste plus qu'à calculer la vitesse moyenne, en divisant la distance par le temps mis. La moyenne de chaque allure vous donne votre cadence de référence. L'objectif est ici de conserver une allure la plus régulière possible, pour développer ses sensations et essayer de sentir l'allure.

Vous avez désormais votre « compte-tour », qui vous permettra d'évaluer avec précision les distances parcourues avec votre cheval.

Attention, un écart supérieur à 5 % entre deux essais révèle souvent un manque de régularité !

• Une histoire de foulées

Pour étalonner, il est également possible de compter ses foulées. Pour cela, sur la même distance jalonnée et après avoir trouvé sa cadence de référence, il suffit de compter les foulées réalisées sur le tronçon. Le nombre de foulées total divisé par le temps, en secondes, permettra d'obtenir le nombre de foulées par seconde. On peut ainsi estimer combien de foulées réalisera son cheval sur un tronçon plus long, à la même allure. Au trot enlevé, il est aussi possible de compter le nombre de fois où l'on se lève de sa selle.

En TREC, cette information sert ensuite à régler le rythme sur le terrain : en connaissant le nombre de foulées et la distance, il est possible d'anticiper les ajustements de vitesse à faire pour rester dans la vitesse imposée et éviter les pénalités.

S'il n'est, certes, pas facile d'être régulier lorsqu'on est le nez dans la carte, bien connaître son cheval est gage de réussite !



Pour aller plus loin

Il est possible d'imaginer plein d'exercices différents, en fonction des axes que vous souhaitez travailler et de votre niveau.

Voici quelques idées :

• Variation contrôlée

Sur un même parcours, alterner un trot « lent » et un trot « rapide », sans perdre le calme ni l'équilibre. Cela renforce la souplesse du cheval et la finesse du cavalier. En vous aidant du chronomètre, il est possible de réaliser le même temps au total, mais en variant l'amplitude.

• 1 km chronométré

Sur un kilomètre, le but est de maintenir une vitesse cible fixée au départ, par exemple : 8 km/h. Ensuite, comparez votre chronomètre à la vitesse théorique. Il faudra certainement plusieurs passages pour s'approcher de la vitesse moyenne idéale : c'est un excellent test de ressenti !

• Utiliser la technologie

Il est possible d'utiliser un métronome, en téléchargeant une application mobile gratuite. Bien réglé sur la cadence moyenne de votre cheval à chaque allure, celui-ci vous aidera à caler votre rythme sur ce tempo. Certaines montres-chronomètres émettent un signal sonore toutes les 30 secondes. Cela peut constituer une aide pour vérifier sa régularité sur une minute.

Transformez vos sorties en extérieur en sessions d'observation ! Grâce à une application GPS, notez vos vitesses moyennes pour affiner votre perception. Vous verrez que petit à petit, vous saurez instinctivement si vous êtes à 7, 9 ou 11 km/h au pas ou au trot. Cette conscience fine du rythme est une alliée précieuse, même hors compétition. Recommencez régulièrement dans des conditions variées : sur chemin, en montée, en descente... Vous apprendrez ainsi à « sentir » les vitesses sans regarder l'horloge.



CONSEILS D'EXPERT : LES ERREURS À ÉVITER

• Confondre vitesse et précipitation

Un cheval qui se précipite perd équilibre et régularité. La vraie vitesse est fluide et contrôlée !

• Allonger plutôt que cadencer

L'étalonnage repose sur la constance des foulées, pas leur longueur. Cherchez la stabilité du rythme avant l'amplitude.

• Négliger le terrain

Un cheval n'avance pas de la même manière sur un terrain dur ou meuble, seul ou en groupe, en montée, en descente ou encore avec le vent de face. L'étalonnage est donc contextuel. Adaptez vos repères à chaque situation.

• Dépendre du GPS

La technologie aide, mais le but reste d'éduquer votre oreille et votre ressenti. On dit d'ailleurs que le bon étalonnage, c'est quand votre corps sait avant votre montre que vous êtes à la bonne allure.

Accessible à tous, le TREC peut se pratiquer seul, en duo, entre amis ou en club. Discipline d'extérieur par excellence, elle est accessible à tous les niveaux et à tous les types d'équidés. Envie de progresser à cheval en s'amusant, dans une ambiance conviviale ? N'hésitez-plus et devenez « treciste » à votre tour !

Pour en savoir plus :

ffe.com/pratiquer/disciplines/trec



Tutoriels GeoCheval : importer son tracé et **imprimer une carte personnalisée**

Depuis la création et le lancement de la carte interactive GeoCheval en 2017, la Fédération Française d'Équitation a valorisé plus de 2 500 itinéraires équestres, partout en France.

Parmi les nombreuses fonctionnalités accessibles en Avantages licence sur la carte GeoCheval Premium, un module d'impression permet d'éditer des cartes personnalisées afin de préparer vos sorties. Il est aussi possible d'importer vos propres tracés GPX. Voyons ensemble comment créer et imprimer vos cartes.

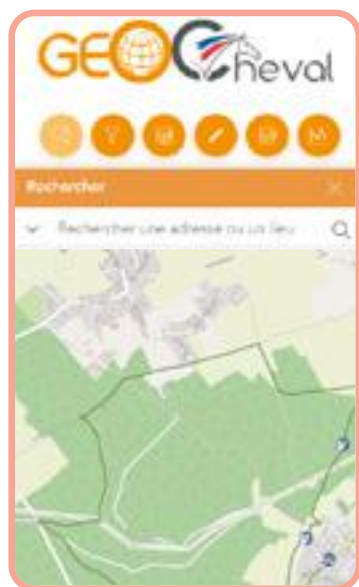
La qualité avant tout

Bien connu des cavaliers d'extérieur, GeoCheval est l'outil de référence de la FFE pour valoriser les itinéraires équestres répondant à un cahier des charges spécifique. Ce sont les Comités régionaux et départementaux de tourisme équestre et d'équitation, qui, en lien avec les collectivités locales, aménagent les itinéraires qui sont ensuite partagés sur cet outil unique. La carte web permet ainsi aux utilisateurs de consulter des itinéraires balisés et inscrits au Plan Départemental des Itinéraires de Promenade et de Randonnée (PDIPR), garantie de leur fiabilité et de leur pérennité. Sur GeoCheval, les tracés de ces itinéraires sont complétés par d'autres informations telles que les structures adhérentes à la FFE, les points d'intérêt inhérents au circuit ou encore la nature du sol. En somme, toutes les informations nécessaires à la préparation d'une promenade ou d'une randonnée.

Préparer votre sortie à cheval dans les moindres détails

Imprimer une ou plusieurs cartes pour une sortie à cheval présente de nombreux avantages. Contrairement aux outils numériques, une carte papier ne dépend ni de la batterie ni du réseau, assurant ainsi une sécurité supplémentaire en pleine nature. Elle permet d'avoir une vue d'ensemble du parcours, de mieux anticiper les dénivelés, les points d'eau ou les haltes équestres par exemple, et d'adapter facilement l'itinéraire en cas d'imprévu. Avoir une carte en main favorise aussi l'autonomie et la lecture du terrain, des compétences essentielles pour tout cavalier randonneur. Elle constitue également un support pratique à partager entre cavaliers, renforçant la préparation et la cohésion du groupe avant et pendant la promenade. Enfin, n'oublions pas que la manipulation d'une carte papier est un excellent exercice de désensibilisation pour sa monture !

Comment imprimer sa carte GeoCheval ?*



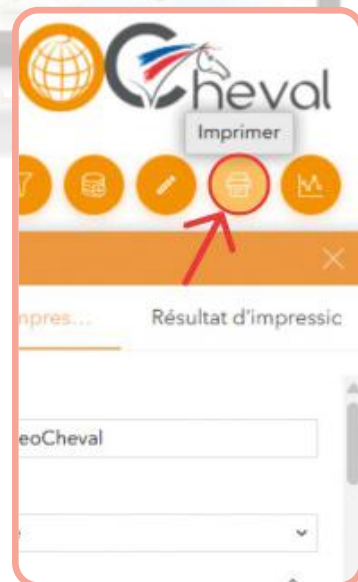
1.

Préparez votre zone d'impression en choisissant votre itinéraire et en changeant le fond de carte si besoin, via le menu déroulant en bas à gauche de l'écran.

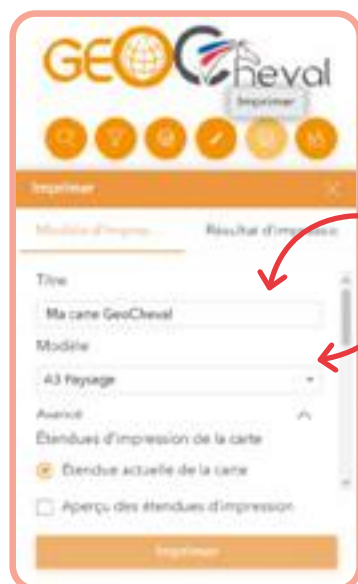


2.

Accédez à la fenêtre « Imprimer » qui se trouve dans la barre d'outils, dont les pictogrammes sont orange, en haut à gauche de votre écran.



*Uniquement sur ordinateurs et tablettes



3.

Personnalisez ensuite le titre de votre carte et sa taille d'impression.



4.

Cliquez sur l'onglet « Avancé » pour accéder aux paramètres supplémentaires.

L'étendue d'impression est très importante puisqu'elle va définir votre fond de carte et son rendu final. Si vous souhaitez obtenir le même rendu que celui affiché sur votre écran, il faut choisir « Échelle actuelle de la carte ».

Si vous préférez choisir vous-même l'échelle précise de votre carte, c'est « Définir l'échelle de la carte » qui vous le permettra. **Généralement, les cartes de randonnée sont à l'échelle 1:25000.** Pour cela, tapez « 25000 » : l'échelle s'ajustera automatiquement lors de l'impression.



5.

Terminez la personnalisation de votre carte en définissant les autres options d'impression : auteur éventuel, affichage de la légende, indication du Nord...



Astuces :

- Pour une qualité d'impression optimale, nous vous conseillons de choisir au moins « 300 DPI ».
- Attention, l'unité de mesure par défaut pour l'échelle est en miles. N'oubliez pas de la changer pour passer en kilomètres !

Une fois que tous les paramètres sont renseignés, il suffit de lancer l'impression en cliquant sur le bouton « Imprimer ». Celle-ci apparaît alors dans l'onglet « Résultat d'impression ». Vous pouvez répéter l'opération autant de fois que nécessaire pour toutes vos cartes !

Bonne utilisation et bonnes randonnées !

Comment importer un tracé sur GeoCheval

Pour anticiper au mieux votre départ et peaufiner vos impressions, il est tout à fait possible d'importer vos propres tracés sur GeoCheval. Ces derniers doivent être au format KML : si vos itinéraires sont au format GPX - plus classique - des outils en ligne sont à votre disposition pour les convertir facilement au format KML.

Le module « Importer un fichier » se situe dans la barre d'outils en haut à gauche de l'écran. Il faut ensuite cliquer sur « Ajouter des données », « Fichier », « Charger » puis « Terminer ». Pour afficher votre itinéraire importé sur la carte, une dernière action est à faire : cliquer sur les 4 points à côté du nom de ce dernier puis enfin sur « Ajouter à la carte ».

Votre tracé est désormais intégré et prêt à être imprimé.

Retrouvez une fiche-tutoriel détaillée en scannant ce QR Code :



Randonner au sec

Pas question de se priver de randonnée lorsque la météo est capricieuse ! On dit d'ailleurs des cavaliers randonneurs qu'ils sont assez passionnés pour oser affronter la pluie... Mais à une condition : être bien équipés ! Un bon imperméable transforme une sortie humide en une aventure confortable. Respirabilité, coupe ou encore étanchéité, suivez ce guide pour rester au sec, que vous chevauchiez une heure, une journée ou une semaine.



Bien choisir son imperméable de randonnée

Pièce maîtresse d'une armure anti-pluie, le choix d'un manteau imperméable est primordial ! **La performance d'un tissu dépend de deux facteurs : l'imperméabilité et la respirabilité.**

L'imperméabilité est la capacité du tissu à bloquer l'eau. Cette efficacité se mesure en « colonne d'eau », exprimée en millimètres. Ce chiffre indique la pression que le tissu peut supporter avant que l'eau ne traverse ; plus il est élevé, plus on peut affronter une grosse pluie sans être mouillé. Par exemple, pour une imperméabilité de 10 000 mm, le tissu résiste à une colonne d'eau de 10 mètres avant de laisser passer l'humidité. Ainsi, en dessous de 5 000 mm, on résiste à une petite averse ; à partir de 10 000 mm, on reste au sec sous une pluie soutenue ; au-delà de 15 000 mm, on parle d'une vraie protection contre les intempéries.

À cheval, le cavalier est particulièrement exposé : la pluie ruisselle vers les cuisses, le vent accentue le refroidissement et la position assise concentre l'humidité. Notre conseil est donc de choisir un **indice d'au moins 10 000 mm pour rester au sec**, même sous une averse prolongée.

Le second critère de choix d'un imperméable est la respirabilité. Très importante, elle va permettre à la vapeur d'eau produite par le corps de s'échapper et d'éviter l'effet « étuve ». Sans elle, la condensation s'accumule et l'on finit trempé... de l'intérieur. En plus de limiter la sensation de froid en fin d'activité, un tissu respirant empêchera cette impression de vêtement qui colle à la peau, très désagréable !

La respirabilité, généralement exprimée en g/m²/24h, est donc la capacité du tissu à évacuer cette vapeur d'eau. A nouveau, un chiffre élevé indique une meilleure évacuation pendant l'effort. Ainsi, un indice de 10 000 g (ou RET < 6) révèle que 10 litres de sueur peuvent s'échapper par mètre carré en 24h.

Les indices de respirabilité (« RET » ou « MVTR ») sont parfois indiqués sur les étiquettes, mais dans la pratique, on retiendra qu'une veste avec des aérations sous les bras, des empiècements ventilés dans le dos ou une doublure en filet offre un meilleur confort.

L'équilibre est la clé : plus un tissu est étanche, plus il a tendance à retenir la chaleur. À cheval, où l'effort est souvent modéré mais prolongé, la régulation thermique compte donc tout autant que la protection contre la pluie.

L'importance des détails

Pour garantir l'aspect imperméable, les finitions d'une veste sont aussi importantes que le tissu. En effet, chaque point de couture est une entrée potentielle pour l'eau. Ainsi, on accordera une attention particulière aux zips ou fermetures Eclair, aux rabats sur les poches et aux fermetures au niveau des poignets.

Les meilleures vestes de pluie utilisent aujourd'hui des coutures soudées ou thermocollées - parfois complétées par un rabat extérieur qui détourne l'eau - pour une meilleure étanchéité qu'une simple couture. Dans le cas de coutures soudées, les tissus sont assemblés puis soudés à chaud, souvent avec un procédé à haute pression ou un laser, ce qui fait fondre les fibres ensemble et garantit une étanchéité parfaite, même sous une forte pluie. Coûteux, ce procédé est aussi plus durable dans le temps : aucune aiguille ne vient perforer le tissu lors de la fabrication, il n'y a donc pas de micro-fuites possibles.

Les coutures thermocollées sont plus légères et souples, moins coûteuses à fabriquer, mais leur étanchéité est plus modérée que pour les coutures soudées. Le procédé est légèrement différent : une bande ou un film adhésif est appliqué sur la couture à chaud pour rendre le joint étanche. Ensuite, les tissus sont cousus puis la bande vient couvrir les perforations des aiguilles.



Une coupe adaptée pour les cavaliers

Les cavaliers randonneurs ont des besoins bien spécifiques en termes de coupe : la veste imperméable idéale n'est pas la même que pour un marcheur ou un cycliste.

À cheval, le plus important est de pouvoir conserver une liberté de mouvement des bras et des épaules. Cela sera aussi un avantage lors des passages à pied, dans les descentes par exemple, pour se mettre à cheval, lors de la préparation etc. En revanche, attention à l'effet inverse : un imperméable trop ample devient alors une voile au vent et risque de laisser passer la pluie.

Là où certains cavaliers ne jurent que par des imperméables longs - nous y reviendrons plus bas - qui vont couvrir la selle, d'autres préfèrent une veste plus courte, souvent complétée par un pantalon de pluie. Le principal avantage d'une coupe longue, avec un dos évasé et parfois un soufflet d'aisance au niveau des reins, est de permettre la couverture, et donc la protection, du cuir de la selle et parfois même de la bagagerie. Aussi, en plus de protéger davantage les jambes du cavalier, un imperméable long empêchera que l'eau ne glisse et s'infilte dans le bas du dos.

La capuche, si le vêtement en est équipé, doit être compatible avec un casque ou amovible, pour être enlevée lorsqu'on est à cheval. Dans tous les cas, cette dernière ne doit pas gêner la vision latérale.

Assurez-vous que les manches couvrent bien les poignets : l'eau ne doit pas pouvoir glisser le long de l'avant-bras !

Enfin, il s'agit d'un critère primordial : le vêtement doit être adapté à la pratique de la randonnée équestre ! **L'imperméable doit être compact et léger, pour pouvoir être facilement fixé à l'arrière de la selle ou glissé dans la bagagerie.** C'est très important pour les cavaliers qui randonnent en autonomie, donc sans intendance, pour qui le moindre gramme et centimètre carré sont précieux.

Bien entendu, lorsqu'elle n'est pas revêtue, la veste de pluie doit se trouver à portée de main et être enfilée rapidement en cas d'averse. Pas question de devoir fouiller le fond des sacoches, entre le pique-nique et la maréchalerie, pour y avoir accès...

Pour finir, des détails réfléchissants sur le manteau ajoutent un aspect sécurité et assurent une meilleure visibilité pour le cavalier, surtout par mauvais temps !

Quel imperméable choisir ?

Maintenant que nous avons passé en revue tous les critères essentiels pour choisir un imperméable, intéressons-nous aux différentes options qui s'offrent aux cavaliers randonneurs.

Si les marques de vêtements outdoor ont très largement progressé ces dernières années, utilisant plusieurs couches de tissus et des matières et membranes extrêmement techniques, leurs modèles peuvent être très onéreux et ne sont pas spécifiquement pensés pour les cavaliers.

Les boutiques et sites internet de matériel d'équitation proposent pour la plupart différents modèles de vestes de pluie, et certains offrent un très bon rapport qualité/prix.

Mais pour les véritables baroudeurs, rien ne vaut une protection éprouvée pour affronter la pluie sur plusieurs heures. Comme le confie un Equirandin : « J'ai appris à mes dépens que la pluie ne s'arrête jamais au milieu d'un chemin... Un tissu bien étanche fait toute la différence ! ».

C'est pourquoi il peut être intéressant de s'inspirer des professionnels exposés à une météo capricieuse, pêcheurs ou ouvriers de chantier, dont les vêtements sont conçus pour résister à des conditions extrêmes. Spécifiquement pensé pour les pêcheurs, le ciré se distingue par sa robustesse et sa résistance aux environnements humides et abrasifs. Souvent fabriqué en PVC ou en tissu enduit, il est équipé de renforts aux coudes et a des manches ajustables pour empêcher l'eau de rentrer. Dès les années 1950, certains cavaliers randonneurs utilisaient d'ailleurs déjà des cirés marins longs d'origine bretonne ou anglaise, en caoutchouc ou en toile enduite.

La distinction entre un ciré et un imperméable repose sur plusieurs aspects. Comme vu précédemment, un imperméable est fabriqué à partir de différents matériaux offrant une combinaison d'imperméabilité et de respirabilité, les rendant confortables et adaptés à une utilisation sportive. En revanche, le ciré est spécifiquement conçu pour une imperméabilité totale... au détriment de la respirabilité. Si le ciré marin est plus lourd et moins flexible que les imperméables « modernes », il est aussi très robuste et facile à entretenir. Le « slicker » américain, souvent en PVC de couleur jaune, s'en rapproche beaucoup.

Plus difficiles à trouver, les imperméables de chantier sont chauds, étanches et bien visibles car souvent fluorescents.

La cape de pluie, appelée aussi « poncho » est souvent utilisée mais n'est pas adaptée à un vrai randonneur. En effet, elle est fragile et n'est pas respirante du tout ! Sa coupe très ample, qui risque d'effrayer certains chevaux, permet au vent de s'engouffrer par les côtés du poncho et laisse entrer la pluie. Ajoutons à cela que l'enfiler facilement avec un casque sur la tête demande un peu de pratique ! Étant large et très longue, elle peut aussi s'accrocher aux ronces, aux branches, ou à tout autre chose qui se trouve en chemin.



Apparu avec les influences venues d'Australie et des États-Unis à partir des années 1960, l'imperméable huilé, avec sa coupe longue et son look indémodable est LA marque de fabrique du voyageur à cheval ! Son tissu imprégné de cire ou d'huile, offrant une protection contre la pluie, lui confère une odeur reconnaissable entre mille ! Appelé aussi « duster coat », « manteau australien », « riding coat » ou encore « driza-bone », ces manteaux de cow-boys et « stockmen » étaient déjà prisés pour leur robustesse et leur allure western. Aujourd'hui encore, cet imperméable a l'avantage d'être résistant, costaud, confortable à cheval et de bien protéger les jambes et la bagagerie. Cependant, relativement lourd et peu compact, il est aussi plus long à sécher et nécessite un entretien et une réimperméabilisation réguliers pour garantir sa longévité.

En conclusion, nous dirions que le bon imperméable est celui qui offre confort, praticité et vous correspond parfaitement ! Alors, prêts à affronter la pluie ?

le saviez-vous ?

Les tout premiers voyageurs à cheval portaient une cape de cavalerie pour se protéger des intempéries. Inspiré des capes militaires et des capes de berger du Massif central ou du Sud-Ouest, ce vêtement de pluie typique était en toile huilée et descendait jusqu'aux bottes, couvrant ainsi les sacoches. Certains portaient le « MacFarlane », manteau imperméable avec pèlerine, popularisé dans l'armée britannique. Ce look emblématique était souvent complété d'un chapeau de feutre.



La déperlance d'un tissu s'observe lorsque l'eau glisse en perles à la surface de celui-ci.

Tourisme équestre & gastronomie



Quand la randonnée équestre rencontre la gastronomie, l'itinérance prend une saveur nouvelle. Du casse-croûte tiré des sacoches aux repas conviviaux organisés lors des grands rassemblements en passant par la découverte de produits régionaux, le Tourisme équestre est une véritable porte ouverte vers les traditions culinaires et les plaisirs de la table.

Un héritage historique

Depuis ses origines, le Tourisme équestre associe la découverte des paysages à celle des tables et des saveurs. Du bivouac rustique aux randonnées gourmandes, la gastronomie fait partie de son ADN : elle donne rythme, convivialité et profondeur à l'expérience vécue à cheval.

Historiquement, voyager à cheval a toujours signifié s'arrêter pour se restaurer. Les grandes chevauchées médiévales, les courriers royaux ou les simples déplacements de paysans passaient nécessairement par des haltes où l'on mangeait et buvait. L'étape, parfois dans une auberge, parfois chez l'habitant, était indissociable de l'itinérance.

Et si l'on remonte encore plus loin, à la Préhistoire, se nourrir ensemble a structuré la vie sociale ; les repas renforcent les liens familiaux, amicaux, communautaires.

Dans les années 1960, lorsque le Tourisme équestre s'organise en France, l'ambition de ses pionniers n'est pas seulement de parcourir des kilomètres à cheval, mais de découvrir la France par ses chemins et ses terroirs, dans toutes leurs dimensions : nature, patrimoine, gastronomie. La convivialité autour d'un repas partagé devient alors rapidement une signature du mouvement. Ainsi, après une bonne journée passée en selle, on apprécie déjà se retrouver autour d'un bon verre de vin et d'un riche plat local. Ces repas, souvent improvisés au départ, rythment la journée de randonnée et permettent de créer du lien, de raconter ses anecdotes de route et de tisser des souvenirs communs.

Dans certaines régions, l'histoire des chemins équestres est profondément liée aux produits locaux. On peut ainsi suivre les traces des anciens commerçants ou paysans et déguster des recettes qui existaient déjà au temps des grandes chevauchées. Aujourd'hui encore, partager une table est un ciment social qui transforme une randonnée équestre en expérience collective et complète !

le saviez-vous ?

Le mot « copain » vient du latin populaire *companionem*, formé de *com* (« avec ») et *panis* (« pain »), soit littéralement « celui avec qui l'on partage le pain ». À l'origine, il désignait le compagnon de table, avant de prendre le sens plus large d'ami proche ou de camarade.



La gastronomie pour enrichir l'expérience d'une randonnée

Au-delà du simple plaisir gustatif, la gastronomie est donc un formidable vecteur de rencontres, d'émotions et de découvertes culturelles. Elle transforme l'escapade en aventure multisensorielle et complète parfaitement l'expérience de l'itinérance au rythme des sabots. Ainsi, les amateurs de nature, d'histoire ou de patrimoine trouvent dans la table un prolongement de la randonnée : les repas racontent l'histoire d'un territoire, reflètent les saisons et mettent en valeur le savoir-faire des producteurs. Chaque plat est une rencontre avec le patrimoine et les traditions locales ; le fromage, la charcuterie ou le pain peuvent raconter l'histoire d'une famille, d'une ferme, ou même d'une région entière !



© COREN C. Fruchard

© Charentes Tourisme

Découvrir ces produits permet donc de toucher du doigt l'âme des territoires que l'on traverse. Et, cassoulet, foie gras, fromages affinés, vins du terroir ou miels locaux sont autant d'étapes gustatives... que culturelles.

Pour Cécile, Accompagnatrice de Tourisme Équestre et dirigeante d'un établissement dans le Gers, les repas deviennent aussi une porte d'entrée vers le monde rural. Elle explique : « *Autour de notre structure, nous avons des producteurs locaux, des éleveurs, des maraîchers. L'idée de la randonnée équestre est de faire découvrir des territoires aux cavaliers. Je randonne dans le Gers mais aussi en Lozère, dans le Larzac, dans les Landes... Selon moi, pour découvrir un territoire, il faut y vivre complètement le temps d'un week-end, de quelques jours, d'une semaine : consommer local, aller à la rencontre des producteurs au cours de visites... Ainsi, lors de nos randonnées, nous consommons des aliments produits sur place. Et si mes cavaliers ont ensuite envie d'acheter des produits locaux pour les ramener chez eux, c'est super, c'est le prolongement de l'expérience ! Parcourir les territoires me permet de pratiquer mon métier. Alors si je peux vivre de ma passion en contribuant aussi à faire vivre les collègues agriculteurs et producteurs, c'est encore mieux. Tout cela donne du sens à ce que l'on fait !* ».

Cette philosophie de partage et de lenteur rejoint celle du cheval : prendre le temps, savourer chaque étape, apprécier la progression et la découverte.



© Isère Cheval Vert

Pour Philippe, dirigeant d'un pôle équestre en Occitanie, Tourisme équestre et gastronomie sont forcément liés, les cavaliers venant randonner pour découvrir l'ensemble d'un territoire : « *En général, dans les gîtes, on ne perd pas un gramme ! Les gens viennent autant pour les paysages que pour les bons repas. On se retrouve autour des grandes tables pour partager nos aventures de la journée. La découverte d'un territoire passe par la faune, la flore, les traditions et la gastronomie. Les repas, du petit-déjeuner au dîner, sont des moments de convivialité. Les cavaliers viennent souvent des grandes villes, et ils apprécient venir dans les milieux ruraux pour cela aussi* ».

Ainsi, les cavaliers repartent non seulement avec des souvenirs visuels et émotionnels, mais aussi avec le souvenir durable d'une cuisine authentique, unique et souvent insolite. La découverte d'une nouvelle saveur ou d'un plat raffiné devient un moment commun qui crée souvenirs et complicité, d'autant plus lorsqu'il se vit à plusieurs.

Des produits de randonnée créés autour de la table

Aujourd'hui, la rencontre entre sacoches et fourchettes inspire de nouvelles formules de promenades et de randonnées. De nombreux professionnels du Tourisme équestre créent des offres de séjours dont la gastronomie devient le fil conducteur, où le choix des tables et des produits locaux est minutieux. Ces derniers répondent aux attentes de cavaliers novices comme expérimentés, et séduisent également les non-cavaliers, invités à partager l'expérience.



© Aline M

Nombreux sont les professionnels qui en témoignent : les gens viennent pour l'aventure équestre, mais ce sont aussi des épicuriens. Beaucoup ne cherchent pas qu'une randonnée, mais un tout : être plongé entre nature, culture et gastronomie.

Chaque région possède ses spécialités, et les offres sont conçues autour de celles-ci : certaines promenades peuvent s'accompagner de visites et de dégustations de caves, de biscuiteries, de fromageries, de salaisons... ; des randonnées ont pour thématiques les vendanges, la transhumance ou encore les tables étoilées. L'offre est très variée, et vous pouvez en retrouver une partie sur le catalogue digital achevalenfrance.com



© Pixabay

Michel est organisateur de randonnées équestres depuis presque 20 ans. Ces dernières années, il a pensé des circuits intégrant le bien-manger : « Lors de la création d'une randonnée, j'accorde autant d'importance à l'itinéraire que nous emprunterons qu'au choix des emplacements de pique-niques, des étapes du soir et des tables où nous dînerons. Nous nous adaptons aux envies des cavaliers, à leurs appétences et à leur porte-monnaie pour proposer des offres différentes. Sur certaines randonnées, nous privilégions les repas chauds à midi et les dîners dans de bons restaurants, tandis que d'autres seront tout aussi gourmandes mais avec un budget plus abordable. Il n'existe pas une seule manière de randonner, mais autant que de cavaliers randonneurs ! ».

Philippe témoigne à nouveau : « Sur toutes nos randonnées et pour tous nos publics, nous bannissons les sandwiches industriels et les boîtes de conserve ! Nous travaillons avec un boulanger local, des producteurs et les gîteurs pour proposer une alimentation variée et de qualité. »

Pour Cécile aussi, prendre le temps de choisir des produits de qualité c'est s'assurer que les cavaliers gardent un bon souvenir de leur expérience : « Les repas, c'est aussi ce que les gens retiennent ! Entre deux randonnées similaires, le format et la qualité des repas est ce qui fera la différence. »

Cette ancienne restauratrice, passionnée de gastronomie et de randonnée à cheval, a toujours à cœur de proposer des repas à base de produits locaux cuisinés, quelle que soit la destination de randonnée. « J'inclue cela dans mon travail d'intendante : en arrivant sur place la veille de la randonnée plage à Mimizan, je me charge par exemple d'acheter des pâtisseries et de la bière locale ainsi que des produits pour le pique-nique du lendemain. Quelque part, on fait aussi passer un message aux cavaliers. C'est très bon car c'est fait par de vrais gens passionnés. »

Les rassemblements de Tourisme équestre ne sont pas en reste avec, chaque année, des événements à thèmes, ouverts à tous : la Randonnée des Confituriades dans le Lot-et-Garonne, les Chevauchées de la Blanquette dans l'Aude, la Rallye de la cerise et du vin dans la Vienne, la Randonnée des saveurs dans la Nièvre, la Randonnée vinogustative Sancerroise dans le Cher...

Retrouvez tous ces événements et le calendrier complet des manifestations Pleine nature sur : chevalnature.info/calendrier

Lors de l'Equirando, plus grand rassemblement européen de cavaliers randonneurs, les repas conviviaux sont également constitués, autant que possible, de produits locaux en circuit court. L'édition 2025 à Bagnoles de l'Orne Normandie mettait ainsi en avant un cocktail local à base de cidre brut pour l'apéritif, du camembert, du Neufchâtel, du jus de pomme artisanal...

En conclusion, cheval et gastronomie partagent une même philosophie : prendre le temps, savourer et créer du lien. Voilà pourquoi, depuis toujours, l'un et l'autre cheminent ensemble. Ainsi, le cheval impose une temporalité : on s'arrête, on se restaure, on partage. Et si finalement, la clé du bonheur était de mélanger des amis, une randonnée à cheval et de bons repas conviviaux ?

le saviez-vous ?

Biologie et plaisir sensoriel

Les aliments activent des zones du cerveau liées au plaisir, à la récompense et à la mémoire. Les saveurs sucrées et grasses, par exemple, sont instinctivement appréciées car elles nous promettent de l'énergie et des nutriments. Goûter un plat inconnu, apprécier des accords inattendus stimulent donc l'esprit et éveillent l'émotion. Partager un repas délicieux permet de libérer des endorphines et peut générer des sensations de bien-être, presque comme une petite « récompense chimique » naturelle. Enfin, la présentation d'un plat, la couleur, la forme et la mise en scène ajoutent un plaisir visuel qui se combine au goût.



© Isère Cheval Vert



Mission réussie pour la Rando Régionale poney *des Pays de la Loire*

Chaque été, la Randonnée Régionale Poney des Pays de la Loire est un événement incontournable, attendu avec impatience. Au programme, cinq journées festives entre randonnées et animations diverses pour les jeunes cavaliers. Pour sa 33^{ème} édition, c'est la commune de Couëron, en Loire-Atlantique, qui a accueilli la joyeuse caravane du 8 au 12 juillet.

400 jeunes cavaliers venus vivre une expérience inoubliable

Co-organisée par le Comité régional d'équitation et le centre équestre La Pirouette Equitation, hôte de ce millésime, l'édition 2025 de la Rando Régionale Poney fut une vraie réussite !

Cette année, pas moins de 25 clubs de toute la région ont répondu à l'appel, rassemblant plus de 400 jeunes cavaliers âgés de 8 à 16 ans, accompagnés de leurs fidèles poneys. Chaque jour, ces binômes parcouraient entre 20 et 29 kilomètres, suivant des boucles tracées avec soin autour de Couëron et de Sautron.

Grâce à un important travail de repérage, l'équipe organisatrice a su dénicher des itinéraires adaptés aux poneys et sécurisés pour les cavaliers. Antoine Têtard, dirigeant du centre équestre La Pirouette Equitation, confie : « *Nous avons eu plein de bons retours, notamment sur les tracés, alors que ce n'était pas un de nos points forts. Nous avions peur que ce soit ennuyeux car nous sommes dans un coin très urbain, avec la proximité de Nantes et de son périphérique, avec des contraintes géographiques fortes comme le passage de la Loire. Mais finalement, les paysages étaient variés, les chemins agréables et les enfants ravis !* ».

Impliqué depuis plus d'une quinzaine d'années en participant à la randonnée en tant qu'enseignant et depuis une décennie au sein de l'organisation, Antoine s'est porté volontaire pour l'organiser et fait partie d'une équipe motrice rajeunie, « *entre 25 et 35 ans, motivée pour la faire vivre le plus longtemps possible. C'est un projet unique en France, que d'autres régions nous envient, parti d'une idée de quelques moniteurs de se retrouver et qui est devenu une véritable tradition.* »



Une organisation digne d'un grand événement

Derrière la légèreté apparente de la randonnée, se cache une véritable machine logistique. Près de 80 bénévoles sont mobilisés pour faire vivre le camp et assurer l'intendance : montage des structures, repas pour plus de 500 personnes chaque jour, soins aux poneys, gestion de la sécurité et de la circulation, coordination des départs... Sans oublier les aspects plus techniques comme l'approvisionnement en 20 tonnes de foin et 90 m³ d'eau !



« *La réussite repose sur la rigueur de l'équipe et l'esprit collectif* », souligne Antoine Têtard. « *Chacun apporte sa pierre à l'édifice, des parents aux encadrants en passant par les clubs voisins.* »

Les repas, préparés à base de produits locaux, ont contribué à l'ambiance conviviale du bivouac, où la solidarité et la bonne humeur étaient de mise. Ainsi, les enfants ont appris à s'entraider, à s'occuper de leurs poneys, à vivre dehors et à savourer la simplicité du quotidien en randonnée.

Un esprit de fête et de transmission

Au-delà du sport et de la randonnée, cette rencontre régionale est avant tout une belle fête du poney. Chaque soir, le camp s'animait : défilé coloré dans les rues de Couëron, boum disco, jeux, concours de déguisements, chants et rires autour des tables. Ces moments partagés créent des souvenirs forts et tissent des liens entre cavaliers, encadrants et bénévoles. « *Pour les enfants, c'est une semaine magique. Ils vivent ensemble, en pleine nature, au contact des animaux. C'est une expérience qui les marque durablement.* »

Véritable école de vie, la randonnée poney responsabilise les jeunes et les initie à l'autonomie et à la connaissance du cheval. Elle leur fait aussi découvrir les territoires ruraux, les paysages ligériens et la richesse du patrimoine local — valeurs chères au Tourisme équestre.

Et déjà, cap sur 2026 !

Fort du succès de cette édition, l'équipe régionale prépare déjà la prochaine. En 2026, la Sarthe prendra le relais avec une édition accueillie par le centre équestre du Château de Dangeul. Un nouveau terrain de jeu, de nouvelles aventures, mais toujours le même esprit : celui de la randonnée, du partage et du plaisir de monter à poney ensemble.

En Loire-Atlantique, comme ailleurs, la Randonnée Régionale Poney continue de tracer son sillon. Année après année, elle reste un formidable outil de découverte, de transmission et de cohésion. Une tradition bien vivante, qui fait battre le cœur du Tourisme équestre ligérien.

24 heures avec un organisateur de GRTE



Président du Comité départemental de tourisme équestre du Lot-et-Garonne, bénévole engagé et passionné, Salvador Merida est aussi le chef d'orchestre d'une manifestation rassemblant les cavaliers randonneurs : une étape du Grand Régional de Tourisme Équestre de Nouvelle-Aquitaine.

L'organisation d'un tel événement est un projet au long cours qui se prépare plusieurs mois durant : démarches administratives, réunions avec les élus et les collectivités, recherche de partenaires locaux, création et reconnaissance des itinéraires, nettoyage des chemins, obtention d'autorisations de passage... Cet article se concentre sur le jour J, où nous avons suivi Salvador durant 24h sur le terrain.

7h - Début de journée

Ma journée commence tôt ! Le jour de l'événement représente la concrétisation d'un long travail réalisé en amont, car l'organisation d'un GRTE se déroule en plusieurs phases. La semaine passée, nous étions encore dans les chemins pour poser tout le balisage provisoire : des flèches directionnelles réutilisables, quelques piquets et des souches marquées à la bombe pour signaler les passages délicats.

Le jour se lève à peine sur le site d'accueil, le café fume, les bénévoles enfilent leurs gilets fluo. Pendant que certains terminent l'installation des zones avec le foin et l'eau pour les chevaux, les tous premiers cavaliers commencent à arriver. C'est parti pour une journée dense sur le terrain, entre petits imprévus et grands moments de partage.

8h30 - Accueil et premiers départs

Grâce à toute l'organisation des semaines passées, tout est bien rôdé. En tant qu'organisateur, je sais pouvoir me reposer sur une équipe de bénévoles motivés et expérimentés, où chacun connaît son rôle. Au cours de la journée, je n'ai pas de poste précis mais je vais plutôt naviguer à droite à gauche, pour être utile là où on a besoin de moi. Être entouré de tels bénévoles, sérieux et consciencieux, est le ciment d'une organisation réussie !

L'accueil des cavaliers sur le site est un gros poste : deux personnes les attendent avec les sacs de bienvenue - comportant plan, bracelet cavalier, fiche vétérinaire, dossard -, tandis que deux ou trois autres prennent les températures des chevaux à l'arrivée. Lors d'un rassemblement d'équidés, il faut absolument être vigilant sur toutes les mesures sanitaires.

Aujourd'hui, le but est que les cavaliers puissent vivre un week-end exceptionnel avec leurs chevaux, en se libérant des préoccupations habituelles de l'organisation d'un voyage à cheval. C'est aussi l'occasion de rencontrer ou de retrouver d'autres cavaliers. Tout doit être prêt pour eux et ils doivent pouvoir évoluer en sécurité tout du long.

Juste avant le départ des premiers cavaliers, je pars en renfort dégager un arbre tombé en travers d'un chemin : la tempête de la veille a laissé des traces.



© GRTE/NA

10h - Halte à la Maison de la Noisette

Dans la matinée, les cavaliers s'arrêtent chez une productrice locale de noisettes, découvrent les vergers, écoutent les explications sur la récolte et goûtent les spécialités maison. Dehors, j'aide à la surveillance des chevaux pendant la visite : on tend les lignes d'attache, on remplit les seaux d'eau, on garde un œil sur tout.

Le GRTE est un circuit qui fait le lien entre cheval et territoire, entre les producteurs et les randonneurs. Un Tourisme équestre vivant, ancré dans le terroir. Lorsque l'on imagine une étape, les enjeux majeurs sont les itinéraires mais également l'intérêt touristique : les cavaliers doivent pouvoir découvrir tout un département et repartir enrichis. Aussi, nous sommes très attachés à ce que la plus grande partie de ce qui est consommé par les participants soit produite localement.

Pour les clubs de la région, cet événement est l'occasion de proposer un week-end de détente et de découverte à leurs cavaliers, en dehors de tout esprit de compétition. Cela permet aussi de remettre le cheval dans son milieu naturel et rural, de le sortir de la carrière.



© JJ.MARCHE

« Ce que j'aime le plus, c'est la conception et le montage de l'événement : choisir le lieu, imaginer les circuits, valoriser les paysages et les producteurs. Le but, c'est que tout le monde reparte heureux — cavaliers, bénévoles, partenaires.

Le GRTE, c'est un grand moment de partage et de fierté pour nos territoires. C'est aussi un grand moment à vivre avec son cheval et d'autres personnes qui partagent les mêmes rêves de voyage à cheval et le même style de vie. »

Cette année, chaque étape du GRTE de Nouvelle-Aquitaine a été un moment exceptionnel et de qualité, aussi bien par le choix des lieux que des circuits, des visites, des animations, de la gastronomie. On note tous les ans de plus en plus de participants et les dates des prochains GRTE sont attendues avec impatience. On espère fidéliser les cavaliers pour qu'ils reviennent faire vivre nos circuits équestres !

11h30 - Pause déjeuner à Montpezat

Le repas du midi est prêt et servi à Montpezat par les bénévoles du club local Atout Crins. Ils connaissent la recette : efficacité, convivialité et bonne humeur. Pendant que les cavaliers se restaurent, mon rôle est d'aider à veiller sur les chevaux mais aussi d'accueillir les élus locaux, que nous avons invités à venir saluer les participants. Leur présence témoigne de l'intérêt porté au Tourisme équestre et à la valorisation des territoires. Un accueil soigné, quelques échanges personnalisés et une présentation claire du projet permettent non seulement de renforcer les liens avec les partenaires institutionnels, mais aussi de donner à l'événement une dimension officielle et conviviale. Ce temps d'accueil ne doit pas être considéré comme accessoire : il contribue pleinement à la réussite de la journée et à la reconnaissance de notre travail en tant qu'organisateur.



© JJ.MARCHE

15h30 - Renfort aux traversées de routes

A nouveau, tout événement est rendu possible grâce à une équipe de bénévoles soudés, prête à anticiper les besoins des cavaliers et à réagir efficacement si besoin. Avec l'accueil des cavaliers le matin, l'autre gros poste est celui des traversées de routes. Pour cela, une dizaine de signaleurs assurent la sécurité des cavaliers à des points stratégiques, et je viens les aider durant quelques heures.



© GRTE NA

19h - La soirée s'installe

Pour la soirée festive, nous avons la chance de pouvoir offrir un concert à l'auditorium de haute-technologie de Prayssas aux participants. Cette ambiance joyeuse et festive est l'essence même des manifestations comme le GRTE !

Mon rôle est de coordonner les discours des élus et des officiels, mais aussi de prendre le temps d'échanger avec tous les cavaliers, d'entendre leurs ressentis sur la journée, de nourrir les liens avec les uns et les autres.. C'est quelque chose qui me plaît et qui donne du sens à ce projet. C'est aussi l'occasion de remercier Gracianne Bazas, présidente du CRTE, à l'origine de la création du circuit GRTE, ainsi que Nathalie Maury pour son aide précieuse sur de tels événements.

23h - Fin de journée

Peu à peu, cette belle journée touche à sa fin. Les chevaux mangent paisiblement leur foin, les bénévoles rangent les tables et notent les dernières remarques pour demain.

Je souffle enfin. La journée a filé à toute allure, comme toujours. Demain est la seconde et dernière journée du GRTE, avant que chacun rentre chez soi. Après le rallye, il nous reste encore un peu de travail pour enlever le balisage provisoire, ranger, faire le bilan comptable, gérer la communication etc. Mais pour l'heure, voir les sourires des cavaliers et sentir cette énergie collective est la plus belle récompense !

Du Tourisme équestre *au pied du sapin*



À l'approche des fêtes de fin d'année, l'envie de faire plaisir à ses proches se fait sentir. Et si cette année, la Pleine nature s'invitait au pied du sapin ? Offrir ou s'offrir un cadeau autour de l'itinérance à cheval ou en attelage, c'est partager sa passion au-delà de la carrière, créer des souvenirs uniques et encourager la découverte de nouveaux territoires. Entre expériences, lectures et escapades, les idées ne manquent pas pour commencer l'année de la plus belle des manières !

Offrir des expériences plutôt que des cadeaux matériels

Le Tourisme équestre, c'est surtout le plaisir de partager : une promenade en forêt, une sortie avec pique-nique en bord de mer, une randonnée à thème, se transforme en moment magique lorsqu'elle est vécue à plusieurs. Et si le plus beau cadeau de Noël n'était pas matériel ? Cette année, laissez tomber les objets et misez sur l'expérience équestre ! Offrez du temps partagé, des émotions et des souvenirs qui resteront longtemps dans les mémoires : des cadeaux qui se vivent. Et souvent, le simple plaisir d'une promenade à cheval au milieu des sapins vaut bien tous les objets tendance !

Les idées de cadeaux qui feront rêver les aventuriers sont infinies, nous en avons sélectionné quelques-unes :

- Une randonnée accompagnée ou un week-end équestre : partir quelques heures ou un week-end complet en pleine nature, avec ou sans son propre cheval, est un cadeau qui mêle aventure, complicité et dépaysement ! La France propose une telle variété de paysages, de richesses patrimoniales à découvrir et de terroirs où s'immerger que vous trouverez forcément l'offre qui vous convient. Grâce au catalogue digital [A Cheval en France](#), choisissez en quelques clics l'aventure qui correspond à votre proche.
- Un stage de perfectionnement ou atelier thématique : pour les cavaliers curieux, un stage sur les techniques spécifiques à la randonnée (topographie-orientation, maréchalerie, matelotage, bâtage...), les soins aux chevaux ou encore le travail en terrain varié est un super présent. Ce stage pourra également être un support pour préparer et passer ses brevets de cavalier : Galops® de Pleine nature, Brevets de randonneur de bronze, argent et or, Certificats de connaissances ; ils sont adaptés à tous les âges et tous les niveaux.

Noël est aussi l'occasion d'offrir une initiation à l'une des 34 disciplines officielles de la FFE : TREC, Equitation de travail, Mountain Trail, Ride & Run... En route pour la découverte !

- Une expérience insolite : une promenade nocturne à la lueur des frontales, une sortie à cheval oeno-gustative avec visite d'une cave et dégustation... Les Centres de Tourisme Équestre labellisés ne manquent pas d'originalité pour proposer des produits innovants, qui promettent de belles histoires et anecdotes à raconter ! Retrouvez la liste des établissements labellisés grâce à l'outil « Trouver un club » du site [ffe.com](#). Et si vous profitez d'un séjour à la montagne pour vous essayer au ski-joëring ? Mêlant ski et contact avec le cheval, cette discipline s'adresse à tous les amoureux de sensations fortes !

- Une participation à un événement Pleine nature : retrouvez sur le site [ChevalNature.info](#) le calendrier de toutes les manifestations de Tourisme équestre à venir, partout en France. Offrir une participation à un rallye équestre, à une étape du Grand Régional de Tourisme Équestre ou encore à l'aventure l'Equirando fera plaisir à coup sûr !

Pris dans notre quotidien, il est souvent difficile de trouver le temps de partager sa passion avec ses proches. Offrir une promenade ou une randonnée à cheval, dans un lieu cher à votre cœur, est l'occasion de vous octroyer une pause hors du temps, dans une vie bien remplie !

Des outils pour préparer ces escapades

Comment préparer ces escapades et profiter pleinement de chaque moment ? La FFE met à disposition de nombreux outils pour faciliter l'aventure des passionnés. Offrir à un cavalier une licence FFE 2026 est une idée qui joint l'utile à l'agréable ! Si la licence est indispensable pour être assuré dans sa pratique, elle permet également de participer à des formations et d'obtenir ses brevets de cavaliers, de s'inscrire à des manifestations et des compétitions, mais aussi de profiter des offres « Avantages Licence » de nombreux partenaires.

De plus, et c'est un allié précieux pour tout cavalier randonneur qui souhaite préparer ses itinéraires, la licence FFE permet d'accéder en exclusivité à la version Premium de l'application web et mobile GeoCheval, la carte interactive des itinéraires équestres.

Vous souhaitez offrir un cadeau de dernière minute ? Retrouvez sur la boutique FFE une multitude de guides pratiques, livres inspirants et accessoires, livrés directement chez vous.



NOTRE IDÉE COUP DE CŒUR

Accompagnez votre présent d'un carnet de souvenirs personnalisé, où votre proche pourra immortaliser toutes ses randonnées avec des photos, des souvenirs, des anecdotes. ...



Fête du sport :



découvrir la nature à poney

Dimanche 14 septembre, en parallèle de la traditionnelle Journée du cheval proposée par la FFE, se tenait la 1^{ère} édition de la Fête du sport. A l'initiative du Président de la République et porté par le Comité national olympique et sportif français (CNOSF), cet événement anniversaire des Jeux olympiques et paralympiques de Paris 2024 affichait une double ambition : mettre en lumière la force sociétale du sport et inciter les Français à pratiquer davantage, à tout âge et sur tout le territoire.

A cette occasion, un dispositif unique a accueilli plus de 700 enfants et rencontré un franc succès : le « Poney-club des Tuileries - Louvre ». Avec 12 ateliers et 31 poneys, il s'agissait du poney-club éphémère de la plus grande envergure mis en place par la FFE ! Parmi les animations phares, le « pony-rando » des Tuileries permettait aux enfants de vivre une expérience unique, mêlant découverte de l'équitation et sensibilisation à la nature.

Un poney-club au jardin des Tuileries ?

Dans l'écrin historique du jardin des Tuileries, au pied de la vasque olympique, le village poney installé pour l'occasion accueillait petits et grands autour d'ateliers thématiques. Imaginés par les équipes de la FFE, ces derniers permettaient d'explorer tout l'univers gravitant autour des poneys et de l'équitation : découverte des émotions du poney, des parties de son corps, de son alimentation, du pansage et des gestes essentiels à son bien-être, premiers pas à dos de poney, initiation au travail à pied, au tir à l'arc à cheval, à la voltige... Sept clubs de la région Ile-de-France ainsi que le Comité départemental d'équitation des Hauts-de-Seine accompagnaient la FFE dans ce projet.



La Pleine nature comme outil pédagogique

Conçu comme un véritable parcours éducatif et pédagogique, l'atelier « pony-rando » invitait les jeunes cavaliers en herbe à suivre un sentier balisé au cœur d'un espace arboré, reproduisant l'atmosphère d'une promenade en forêt. Équipés de sacoches et de porte-cartes, les poneys aussi se glissaient dans la peau de véritables montures de randonnée !

Tout au long du parcours, les enfants devaient mettre leur sens de l'observation en exergue pour reconnaître les animaux sauvages - sangliers, marcassins, biches, hiboux - et leurs empreintes. Différents affichages interactifs offraient une première approche ludique de la biodiversité : respect de la faune et de la flore, découverte des plantes toxiques pour le poney ou encore des différentes espèces de champignons. Les petits cavaliers devaient, par exemple, choisir entre ramasser un Cèpe de Bordeaux ou une Amanite tue-mouche.

Pour rendre le parcours encore plus vivant et immersif, ce dernier était ponctué d'embûches reproduisant celles rencontrées en randonnée : passage étroit entre des haies, branche-basse, traversée d'un gué...



L'objectif était de montrer aux parents comme aux enfants que l'équitation se pratique aussi en extérieur et est une formidable manière de conjuguer contact des chevaux et pleine nature.

En imaginant le « pony-rando des Tuileries », l'esprit était d'aller au-delà d'une simple initiation à l'équitation, en sensibilisant les enfants à la découverte de la nature, ainsi qu'au respect de leur poney. Ce sont des valeurs portées par la Fédération et le Tourisme équestre au sens large. Support pédagogique de choix, cet atelier a montré que, même en milieu urbain, le cheval peut devenir un formidable médiateur de découverte et d'apprentissage. Tout au long de la journée, l'enthousiasme des familles et les sourires des enfants furent d'ailleurs un bon indicateur de réussite !

Le dispositif national de la Fête du sport

Pilotée par le ministère des sports, de la Jeunesse et de la Vie associative, la Fête du sport est l'occasion d'encourager la pratique d'une activité physique régulière et de renforcer les liens sociaux autour des valeurs du sport. Ainsi, à cette occasion, plus de 5 000 événements sportifs labellisés étaient organisés par les clubs, associations, collectivités et entreprises sur l'ensemble du territoire. A Paris, la rue de Rivoli était transformée en « boulevard du sport » et accueillait des espaces de démonstrations gratuites, des rencontres avec des athlètes ainsi que des animations inclusives sur près de 2 kilomètres !

Il est prévu que la Fête du sport se tienne désormais chaque année à la date du 14 septembre.

Plus d'infos : sports.gouv.fr/fete-du-sport-le-nouveau-grand-rendez-vous-festif-et-sportif-de-la-rentree-9868



Achat d'un équidé : *quelles précautions ?*

Un équidé est un être-vivant doté de sensibilité, dont l'achat n'est pas à prendre à la légère et mérite réflexion et anticipation. Voici quelques conseils et préconisations pour vous accompagner dans l'acquisition de votre nouveau compagnon de vie.

Formalisme du contrat de vente et informations à l'acheteur

Comme toute transaction, la vente d'équidés n'est pas soumise à l'obligation d'un écrit. Toutefois, ce dernier est fortement recommandé afin d'apporter la preuve de l'accord des parties et de l'existence de modalités particulières. Pour cela, une simple facture n'est pas suffisante.

Ainsi, si cela n'est pas obligatoire, l'achat d'un équidé nécessite certaines précautions indispensables, telles que :

- S'assurer de la rédaction d'un contrat écrit, daté et signé par les deux parties. Il s'agit d'un moyen de preuve qui permet d'attester, au jour de la vente, des informations échangées. Par exemple, un cheval vendu pour une utilisation de tourisme ne pourra revenir au vendeur en invoquant sa rétivité à l'obstacle au nom d'un vice caché.
- Demander à être informé des différentes caractéristiques de l'équidé. Ainsi, son état de santé et son passif vétérinaire - si certaines particularités le nécessitent - peuvent être incorporés au contrat de vente.
- Effectuer une visite vétérinaire.

Les professionnels sont soumis à une obligation d'information et de conseil qui porte respectivement sur les caractéristiques essentielles de l'équidé et sur le fait de guider l'acheteur dans son choix, comme celui d'un cheval adapté à son niveau et à ses projets équestres.



Essai de l'équidé

En tant qu'acheteur, vous pouvez demander à prendre l'équidé à l'essai. Dans ce cas, nous attirons votre attention sur plusieurs points :

- Le vendeur doit stipuler au contrat qu'il octroie une période d'essai au futur acquéreur. Cette clause pourra prendre la forme d'une clause suspensive. Autrement dit, la vente ne sera formée que si l'essai est concluant.
- Les modalités de l'essai doivent être détaillées : durée de celui-ci, conduite à tenir en cas d'essai non concluant, restitution de l'équidé, prise en charge des frais d'entretien durant la période d'essai, etc.

- Si l'essai est réalisé hors de l'établissement du vendeur, l'équidé doit être couvert par une assurance responsabilité civile intégrant les risques liés à sa détention.
- Il est également préférable de souscrire une assurance mortalité pour l'équidé pris à l'essai. Cette exigence peut être insérée dans la clause du contrat qui évoque la période d'essai.



Achat de jeunes équidés : une attention particulière

Il est également important de garder à l'esprit qu'un jeune équidé, comme tout jeune animal, est susceptible d'évoluer au niveau physique et comportemental, et ce, de manière plus ou moins importante.

Cet élément, bien qu'évident en apparence, peut se révéler important : le degré de changements auquel les équidés sont soumis étant plus ou moins imprévu, il n'est pas possible de se prévaloir d'un problème lié à l'équidé sur le simple fait qu'il n'a pas grandi et évolué physiquement tel que l'acheteur le souhaitait.

En cas de problème pouvant remettre en question l'achat du cheval, seuls peuvent être invoqués devant une juridiction :

- Les vices rédhibitoires prévus par le code rural (l'immobilité, l'emphysème pulmonaire, le cornage chronique, le tic proprement dit avec ou sans usure des dents, les boiteries anciennes intermittentes, l'uvéite isolée et l'anémie infectieuse des équidés) ;
- Les vices cachés prévus par le code civil, qui rendent l'équidé inapte à la finalité poursuivie au moment de l'achat ou, s'ils avaient été connus, en auraient diminué le prix.

Attention, tout comme les vices cachés, les vices rédhibitoires ne devaient pas être connus de l'acheteur au moment de la vente.

RÉFÉRENCES JURIDIQUES

Article R213-1 du code rural
Article 1641 et suivants du code civil

L'exercice du cheval en hiver : *trouver le bon équilibre*



Pour garantir un bon fonctionnement de son métabolisme, le cheval doit sans cesse garder une température interne stable, même lorsque les conditions extérieures sont très variables. En hiver, entre production de chaleur pendant l'effort et risque de refroidissement brutal par la suite, l'équilibre est crucial pour sa santé et son bien-être.

Le cheval, une machine à produire de la chaleur

Comme l'humain, le cheval est un animal homéotherme : il maintient une température corporelle interne stable, entre 36,5 °C et 38,5 °C au repos. Cette régulation est nécessaire lorsque la température extérieure est hors de la zone de confort thermique du cheval. Cette plage de températures, où il n'a pas besoin de dépenser d'énergie pour conserver ou dissiper de la chaleur, se situe entre 5 °C et 25 °C en moyenne chez le cheval non tondus.

Dès lors que les températures sont inférieures à 5°C, le cheval met en place plusieurs stratégies pour se réchauffer. Il va notamment produire un pelage d'hiver dense, destiné à maintenir une mince couche d'air chaud à la surface de la peau.

Il va également ingérer plus de fourrage, dont la digestion induit la production de chaleur. Il est donc important de lui fournir un foin de bonne qualité et en quantité suffisante, afin de lui permettre de se réchauffer pendant l'hiver.



Quand l'exercice fait monter la température

Lorsqu'il est en activité, la température corporelle interne du cheval grimpe rapidement ! Environ 75 % de l'énergie produite par ses muscles se transforment en chaleur. Pour évacuer ce surplus thermique, le cheval va alors augmenter sa circulation sanguine, accélérer sa respiration, transpirer.

La sudation est un système de refroidissement très efficace. La sueur, en s'évaporant, emporte la chaleur. Mais en hiver, l'air froid et humide freine l'évaporation, piégeant la chaleur sous le poil épais. Résultat : le cheval peut surchauffer pendant l'effort et se refroidir brutalement si la sueur reste sur son corps après celui-ci.

Chez les chevaux non tondus, la sueur s'accumule sous le pelage, l'évaporation se bloque, et le corps surchauffe. Leur fréquence respiratoire peut alors augmenter rapidement, signe qu'ils peinent à se refroidir.

À l'inverse, les chevaux tondus dissipent plus facilement la chaleur, mais ils risquent de se refroidir trop vite après l'effort, surtout si le vent ou la pluie sont de la partie.

Alors faut-il tondre son cheval en hiver ? Tout dépend de ses besoins, de son mode de vie et de son activité !



LES BONNES ASTUCES POUR ÉVITER LE « COUP DE FROID »

La phase de récupération est le moment où il convient d'être le plus vigilant : le cheval, encore chaud et humide, peut se refroidir fortement en quelques minutes si rien n'est mis en place pour l'aider à se réchauffer. Voici les bons réflexes

1. Adapter l'intensité de l'activité à la température extérieure et au niveau d'entraînement de son cheval. Privilégier un travail progressif, avec une longue détente et un retour au calme actif.
2. Sécher immédiatement après l'effort à l'aide d'une serviette ou d'une couverture séchante qui absorbent l'humidité, sans bloquer la vapeur.
3. Effectuer les soins dans un lieu abrité du vent après l'effort, l'humidité du cheval favorisant la perte de chaleur sous l'effet du vent.
4. S'assurer des bonnes conditions de vie après l'effort, notamment grâce à un abri pour se protéger des intempéries, sources de refroidissement au repos, ainsi que du foin de qualité et en bonne quantité, qui sont nécessaires pour se réchauffer.

Enfin la meilleure façon de gérer le froid est d'observer attentivement son cheval : des frissons ou une queue plaquée contre la croupe indiquent qu'il a besoin d'aide pour se réchauffer.

Mots plumés

Remplis la grille grâce aux définitions et trouve le mot caché. Il s'agit d'un arbre dont les cavités naturelles sont utilisées par les oiseaux qui y nichent.



1. On la dit bavarder



2. Son plumage jaune et bleu en fait l'un des plus beaux oiseaux



3. Sors-les de tes sacoches pour observer toutes les espèces



4. Ce petit rapace est un redoutable chasseur



5. On l'entend crier en bord de mer



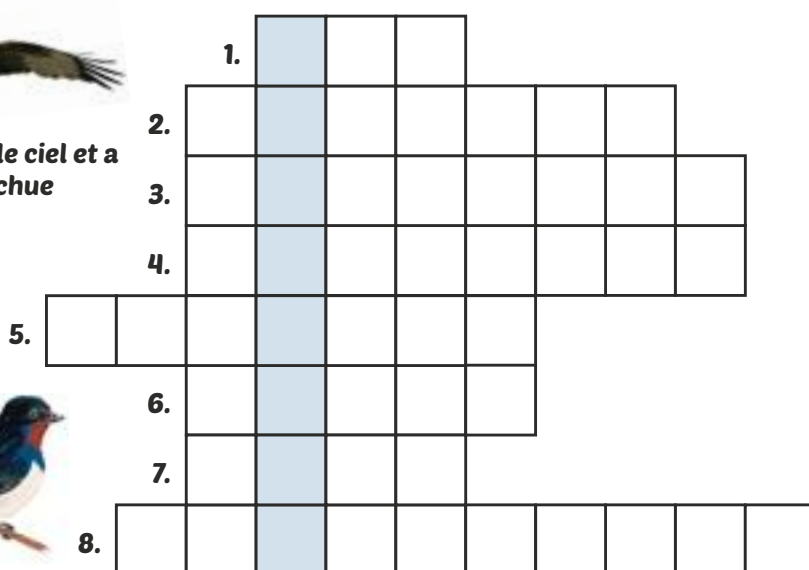
6. Il plane dans le ciel et a une queue fourchue



7. Cet imitateur hors-pair a un pelage fauve rosé marqué de bleu



8. Selon l'adage, la voir voler bas serait annonciateur de pluie



Mot caché : _____

Rébus

Déchiffre ce rébus pour découvrir un secret du ski-joëring.



COMMENT RÉPONDRE

Répondez par courrier postal ou par mail avant le 15 février 2026 :

FFE Tourisme, Parc équestre fédéral, 41600 Lamotte-Beuvron ou tourisme@ffe.com

N'oubliez pas d'indiquer vos coordonnées : nom, prénom, n° de licence et adresse postale.

Les 10 premières bonnes réponses gagneront une récompense !

SOLUTION ESTAFETTE 165

LABYRINTHE

Le bon chemin est le n°3.

QUI SUIS-JE ?

1. Le cèpe de Bordeaux

1. L'amanite tue-mouche

3. La morille

WORDOKU

N	R	I	U	D	Q	A	E	Q
E	Q	U	I	R	A	N	D	O
O	A	D	E	Q	N	U	I	R
R	I	Q	O	U	E	D	N	A
D	O	A	N	I	Q	E	Q	U
U	E	N	D	A	Q	R	O	I
Q	D	E	R	O	U	I	A	N
A	N	R	Q	E	I	O	U	D
I	U	O	A	N	D	Q	R	E



TROUVEZ VOTRE ITINÉRAIRE EN
TÉLÉCHARGEANT L'APPLICATION

pour iOS et Android

Scannez moi !



**Assurance
Auto et Van**