LA FÉDÉRATION FRANÇAISE D'ÉQUITATION PRÉSENTE

Les journées du CHEVAL

5 au 13 septembre 2026

Dossier de presse

SEPTEMBRE 2026

Création FFE 2026 - Agence Matchup

Édito

Frédéric Bouix,
Président de la FFE

Septembre, avec sa rentrée des classes et ses bonnes résolutions, constitue un temps fort pour débuter ou reprendre une activité sportive. *À cette période, les familles sont en quête d'activités éducatives, riches de sens, proches de la nature et porteuses de valeurs. L'équitation répond pleinement à ces attentes.*

Sport complet et accessible, l'équitation se pratique au grand air, au contact de la nature et des animaux. Elle permet de se ressourcer, de se reconnecter à son environnement, tout en développant des compétences physiques, mentales et relationnelles. Autant d'apprentissages qui contribuent notamment au développement et à l'épanouissement des plus jeunes.

Les poney-clubs et centres équestres FFE sont aujourd'hui, plus que jamais, un véritable atout pour notre société. Au-delà de la pratique sportive, ils participent à la santé et au bien-être des pratiquants et transmettent des valeurs essentielles : le respect de la nature et des animaux, la responsabilité et l'empathie.

Avec près de 6 000 clubs adhérents à la FFE, chacun peut trouver un établissement à proximité de chez lui et découvrir une pratique sportive accessible, inclusive et enrichissante, quel que soit son âge ou son niveau.

À la rentrée, la FFE est pleinement mobilisée pour accompagner ses clubs et soutenir leur dynamique de recrutement. ***Du 5 au 13 septembre, les Journées du cheval invitent les familles, enfants comme adultes, à franchir les portes d'un poney-club ou d'un centre équestre pour découvrir toute la diversité des activités équestres.*** *Cette année, l'événement évolue avec des formats repensés pour s'adresser à différents publics et offrir, tout au long de la semaine, de nouvelles occasions d'aller à la rencontre du cheval et de l'équitation.*

Sommaire

Les Journées du cheval 4

À la rentrée, l'aventure commence au club 6

L'équitation, un sport complet aux multiples bienfaits 7

Le poney, le partenaire idéal des enfants 9

Répondre aux enjeux de santé publique 10

Des disciplines pour toutes les envies 12

8 questions sur l'équitation 14

L'équitation en chiffres 15

Contact Presse 16

©FFE/J.Rpdrigues

Du 5 au 13 septembre 2026, les Journées du cheval, initiées par la Fédération Française d'Équitation, reviennent partout en France. Pendant neuf jours, les clubs ouvrent leurs portes au grand public pour faire découvrir leurs activités et l'univers équestre. Nouveauté cette année : plusieurs journées thématiques pour cibler de nouveaux publics.

Les Journées du cheval constituent une occasion privilégiée de découvrir le monde équestre et les multiples bienfaits de l'équitation. Selon une étude réalisée par l'institut Kantar à la demande de la FFE en 2025, les Français recherchent avant tout du plaisir, de la nature et du bien-être, des aspirations auxquelles l'équitation répond pleinement. Curieux, débutants, familles ou pratiquants confirmés : chacun peut trouver dans les clubs FFE une activité adaptée à ses envies, à son âge et à son niveau.

Neuf jours pour découvrir l'équitation

LES 5, 6, 9, 12 ET 13 SEPTEMBRE GRAND PUBLIC

Enfants, adolescents, parents et grands-parents : toute la famille est invitée à franchir les portes du club.
Initiations à poney, à cheval ou en attelage, promenades, spectacles équestres, visites des installations, ateliers de pansage et autres animations permettront aux visiteurs de découvrir les différentes activités équestres dans une ambiance conviviale.

LUNDI 7 SEPTEMBRE

Les métiers de l'équitation

Cette journée est consacrée à l'orientation et à la découverte des métiers de l'équitation. Les organismes de formation participants ouvrent leurs portes pour présenter les parcours de formation et les débouchés professionnels.
Ils invitent également les établissements scolaires et les acteurs de l'orientation de leur territoire à venir découvrir ces métiers, ainsi que les formations pour y accéder.

MARDI 8 SEPTEMBRE

Équitation pour tous

Le cheval peut contribuer à l'accompagnement et au bien-être des personnes en situation de handicap ou rencontrant des difficultés psychosociales.
Engagée en faveur d'une équitation accessible au plus grand nombre, la FFE consacre la journée du 8 septembre à l'inclusion. Les clubs participants ouvrent leurs portes aux établissements et services sociaux et médico-sociaux afin de leur faire découvrir les activités de médiation avec les équidés proposées et les possibilités d'accompagnement.

JEUDI 10 SEPTEMBRE

Entreprises

Le cheval trouve toute sa place dans le monde de l'entreprise.
Le 10 septembre, les professionnels de l'équicoaching proposeront des séances pour découvrir cette approche qui utilise le cheval comme partenaire dans une démarche d'accompagnement, favorisant le développement des compétences individuelles, collectives et la cohésion des équipes.
Cette journée sera aussi l'occasion de mettre en lumière l'offre sportive proposée aux salariés, ainsi que les possibilités offertes par les clubs pour organiser séminaires, réunions, team building ou afterworks.

VENDREDI 11 SEPTEMBRE

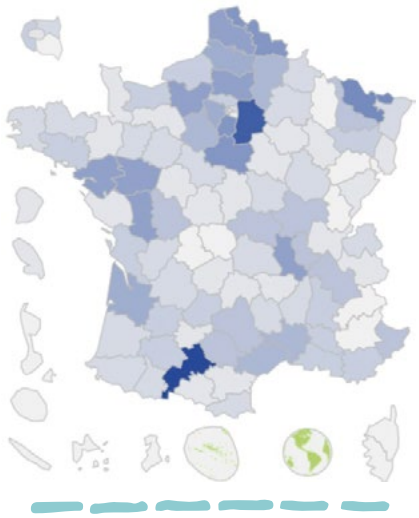
Équitation scolaire

Le vendredi 11 septembre, les établissements scolaires sont invités à pousser les portes des poney-clubs. Cette journée mettra notamment en lumière l'opération Poney école, en partenariat avec le ministère de l'Éducation nationale, de la jeunesse et des sports, qui permet aux élèves de bénéficier gratuitement d'une séance de découverte au sein d'un établissement équestre et d'explorer, à travers le poney et le cheval, de nombreux apprentissages.

Plus de 800 clubs inscrits

Au total, plus de **800 poney-clubs et centres équestres FFE**, répartis dans toute la France, ouvrent leurs portes à l'occasion des Journées du cheval. Familles, enfants et adultes sont invités à découvrir la vie d'un club, à se familiariser avec les poneys et les chevaux et à expérimenter les différentes facettes de la pratique équestre. Une première immersion qui permet de nouer un contact avec l'animal et de découvrir l'environnement du club.
Chaque club participant est répertorié sur la **carte interactive** du site *Tous à cheval*. Visiteurs, professionnels et publics scolaires peuvent ainsi identifier facilement les événements correspondant à leurs attentes. La plateforme permet également de localiser le poney-club ou le centre équestre participant le plus proche de chez soi et de connaître la date et le programme de son événement.
Découvrir la carte des clubs participants sur *tousacheval.ffe.com*.

Découvrir la carte sur le site tousacheval.ffe.com



Septembre Bouge

Les établissements équestres participant aux Journées du cheval, sont référencés sur la carte interactive nationale de **"Septembre Bouge"**, l'opération portée par le ministère des Sports, de la Jeunesse et de la Vie associative. Cette visibilité complémentaire permet au grand public de repérer facilement les portes ouvertes des clubs parmi les rendez-vous sportifs proposés partout en France à la rentrée.

©FFE/J.Rodrigues

À la rentrée, l'aventure commence au club

©FFE/J.Rpdrigues

Les clubs participant aux Journées du cheval s'organisent au mieux pour accueillir les visiteurs, en proposant 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.

Explorer le poney-club et son environnement

Profiter des Journées 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.

Découvrir les joies du poney dès son plus jeune âge

Les **enfants** ont très souvent une attirance naturelle pour l'animal. Cela se vérifie lors des animations phares des Journées du cheval : l'initiation à poney et l'atelier pansage.
Dès l'âge de 3 ans, en selle sur des poneys adaptés à leur taille, les enfants expérimentent **leurs premières sensations de cavalier**, tout en douceur. Avec l'atelier pansage, ils apprennent, à pied, comment prendre soin des poneys et découvrent les joies de l'autonomie en veillant eux-même à leur bien-être.

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.

©FFE/J.Rpdrigues

Profiter d'un moment de déconnexion 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. Les Journées du cheval leur permettent de s'initier à l'équitation **en douceur et en toute sécurité**, avec un enseignant diplômé et des chevaux expérimentés, adaptés à l'apprentissage. C'est le moment idéal pour (re)découvrir pleinement les bienfaits de l'équitation : s'aérer la tête, oxygéner son esprit et évacuer le stress accumulé de la semaine.

Choisir un établissement labellisé

Les Journées 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 (Cheval Club de France et Poney Club de France), Centre de Tourisme Équestre, Écurie de Compétition, Equi-Handi Club, École Française d'Attelage, École Française d'Équitation Western, Sport Études et Sport Études Excellence.

L'équitation, un sport complet aux multiples bienfaits

D'un point de vue santé physique, psychique et psychologique, l'équitation rassemble de multiples bienfaits à tous les niveaux et pour tous les publics.

En pleine nature

Sport de plein air par excellence, l'équitation amène les cavaliers au contact d'un environnement tourné vers la **nature, l'animal et le réel**. Face à une société recourant de plus en plus aux écrans, la pratique de l'équitation permet d'ancrer l'individu dans une réalité aux côtés d'un animal avec qui interagir et un environnement à préserver.
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. Dans les champs, sur une plage, en forêt ou en montagne, l'adulte reprend conscience de son corps et de la nature qui l'entoure.

©FFE/J.Rodrigues

Développement physique

L'équitation joue un rôle clé dans le développement physique, aussi bien de l'adulte que de l'enfant. Avec le poney, l'enfant développe à la fois sa **motricité globale** (l'équilibre, la coordination générale, la latéralité et le tonus) et également sa **motricité fine** (exécution des mouvements fins, précis et minutieux).

À cheval, l'adulte n'est pas en reste! Il brûle en moyenne **400 calories lors d'une séance d'une heure**. Médicalement reconnu, l'équitation augmente le tonus et la force musculaire, renforce les abdominaux, raffermit les cuisses et les fessiers, améliore la mobilité articulaire et développe les capacités respiratoires. Le cavalier regarde au loin et se tient droit. À chaque pas, le mouvement du bassin mobilise les muscles du dos et de la ceinture abdominale. Il travaille alors son équilibre et sa coordination.

©FFE/J.Rpdrigues

Santé émotionnelle

Au contact de l'animal, le cavalier développe de nouvelles capacités en prenant soin de son compagnon. Gagnant en **autonomie et responsabilité**, il acquiert une plus grande estime de lui-même. De même, cette relation singulière affine la perception de soi, de ses ressentis, et donc renforce les compétences émotionnelles.

Socialisation

L'équitation est un sport individuel que l'on **pratique en groupe**. En jouant, en échangeant et en apportant son aide aux autres cavaliers, l'enfant est en **interaction** avec ses camarades et il trouve naturellement sa place au sein du groupe. Il en est de même pour l'adulte qui rencontre des personnes de tous les horizons et de tous les milieux partageant la même passion que lui.

©FFE/J.Rpdrigues

Le poney, partenaire idéal des enfants

Des poneys, il en existe de toutes les tailles, de moins d'1,07m pour les poneys A jusqu'à 1,48m pour les plus grands. Ils sont des partenaires inestimables pour stimuler l'apprentissage des enfants.

©FFE/J.Rpdrigues

Grandir aux côtés des poneys

À côté du poney ou en selle, l'enfant développe tout un éventail de **compétences physiques, motrices et intellectuelles**. Véritable compagnon d'apprentissage, le poney l'aide à grandir, à gagner en autonomie et en confiance en soi.

« Les programmes pédagogiques des établissements Poney Club de France sont écrits avec pour ligne directrice le respect du développement de l'enfant, lui donner confiance et le rendre autonome, tout en instaurant une relation harmonieuse avec les poneys et chevaux. Les enfants doivent faire attention à eux, où ils mettent les pieds, mais aussi à leur poney. Ils comprennent très rapidement qu'ils en sont responsables. Au contact des poneys, ils développent leur capacité d'empathie, apprennent à prendre soin et respecter un autre être vivant », précise Audrey Poupardin, dirigeante du poney-club de Montéclin à Bièvres (91) et élue au comité fédéral.

Découvrir un univers nouveau au poney-club

Dès l'âge de 3 ans, les enfants peuvent découvrir l'univers équestre. Accompagnés par des encadrants qualifiés et bienveillants, ils explorent et apprennent en douceur. Au poney-club, l'enfant trouve **un monde à sa hauteur** pour satisfaire son **insatiable curiosité**. Du fonctionnement du club à celui du poney, le jeune cavalier apprend beaucoup en observant et en testant de nouvelles expériences.

« *Les poney-clubs adaptent la durée des séances et les activités proposées selon l'âge du cavalier, son développement, ses capacités physiques et mentales. En équitation, nous privilégions la valorisation de la pratique avec une pédagogie positive, mettant au centre l'enfant et l'animal* », expose l'élue.

Répondre aux enjeux de santé publique

À l'heure où de nombreux jeunes peinent à se motiver pour pratiquer une activité physique régulière, où les écrans monopolisent le temps libre des adolescents et où les réseaux sociaux phagocytent leur attention, l'équitation apparaît comme une réponse originale, motivante et complète pour relancer leur envie de bouger. Elle permet de renouer avec la nature, l'animal et les autres pour s'épanouir pleinement.

Un sport physique… sans en avoir l'air

Souvent perçue comme un simple loisir, l'équitation est pourtant un véritable sport. Monter à cheval, c'est travailler son équilibre, engager ses muscles en profondeur et développer sa coordination.

C'est bel et bien l'animal qui permet de **vivre l'effort différemment**. À son contact, les cavaliers, quel que soit leur âge, focalisent leur attention sur le cheval et ne voient pas toujours l'effort physique accompli, mais le vivent plutôt comme un moyen de communiquer avec leur monture. Tenir son dos droit, chercher son équilibre, engager ses muscles pour accompagner au mieux son cheval au trot ou au galop, en se faisant léger en selle, **une véritable séance de sport** dont la finalité de trouver l'harmonie avec sa monture tend à en faire oublier l'intensité physique.

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 utilisé 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** puis 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 musculosquelettique, des fonctions cognitives, affectives et sociales.

Aujourd'hui, certaines mutuelles s'engagent par ailleurs à prendre en charge de différentes façons la pratique d'une activité physique.

©FFE/J.Rpdrigues

entretien : l'équitation, pour lutter contre la sédentarité

entretien

L'équitation pour lutter contre la sédentarité

Alliant activités physiques et sportives et relation à l'autre, l'équitation, sous toutes ses formes, répond aux enjeux de santé publique, notamment pour lutter contre la sédentarité de la jeune génération. Explications à travers le témoignage du docteur Sophie Cha.

Le Docteur Sophie Cha est médecin du sport et médecin biologiste, ancienne conseillère en charge du sport-santé en Bretagne pour le ministère des Sports (2016-2023). Présidente de la commission médicale de la FFE, elle intervient régulièrement pour alerter sur les enjeux de santé publique, notamment chez les plus jeunes.

Quels sont les principaux enjeux concernant la santé physique des jeunes ?

Docteur Sophie Cha : On connaît depuis longtemps les bienfaits d'une activité sportive régulière, ils ont été de nombreuses fois décrits sur le plan médical et ce même lorsque les enfants étaient encore actifs. Le constat qui est plus nouveau et qui doit absolument être pris à bras le corps, c'est cette pandémie de manque d'activité physique chez les jeunes ! L'Organisation mondiale de la santé (OMS) recommande **1h d'activité modérée à intense chaque jour chez les jeunes de 5 à 18 ans**. On en est très loin pour la plupart d'entre eux. Près de 75% des enfants et adolescents Français n'atteignent pas les standards d'activité physique recommandés.

Ce qui guette la nouvelle génération, ce sont **les pathologies de l'adulte qui vont survenir bien plus tôt** dans leur vie. Pour inverser cette tendance, il est absolument indispensable de redonner le goût de l'activité physique aux jeunes. Pour cela, les parents doivent initier des activités et encourager leurs enfants à sortir et à bouger. Et parmi les activités les plus complètes, l'équitation répond à toutes ces problématiques.

En quoi la pratique de l'équitation, apporte-elle une solution ?

Dr S.C : Les activités équestres sont extrêmement bénéfiques pour le développement humain, dès le plus jeune âge et tout au long de sa vie. Les études ont démontré que le capital osseux atteint son pic autour de 22 ans. Avant cet âge, il est primordial de solliciter le corps pour l'aider à fabriquer de l'os et à le solidifier. Il est recommandé de pratiquer au moins 3 fois par semaine des **activités qui sollicitent le système ostéo-musculaire et cardiovasculaire**. Ainsi, les enfants qui pratiquent régulièrement des sports "d'impact" développent davantage de densité osseuse. L'équitation par exemple participe pleinement à cette construction. Au trot assis ou enlevé, les cavaliers absorbent de légers chocs qui stimulent l'organisme.

Qu'en est-il de la santé mentale des jeunes ?

Dr S.C : La santé mentale des jeunes est très **préoccupante,** avec notamment **l'explosion du nombre de tentatives de suicide**, en particulier chez les jeunes filles, les crises d'angoisse, le dépression, les troubles du comportement alimentaire… On voit des enfants de moins de 10 ans sous traitement anxiolytique, c'est aberrant.

En quoi l'équitation est-elle un appui pour la santé mentale ?

Dr S.C : La solution à cette crise réside là encore dans la pratique d'une **activité de plein air**, si possible en pleine nature pour les décrocher des écrans et les soustraire aux réseaux sociaux. En moyenne, les jeunes passeraient 35h par semaine sur les écrans. C'est autant de temps qui n'est pas mobilisé pour être dehors, avoir des contacts avec les autres, développer ses compétences d'empathie… et la pratique de l'équitation dans un club répond justement à ces enjeux. En se **reconnectant à son environnement**, aux autres et aux animaux dans un **cadre sécurisant et bienveillant**, les jeunes améliorent leur bien-être. Ils trouvent notamment dans l'équitation un espace d'expression et de confiance.

Des disciplines pour toutes les envies

L'équitation est une activité complète qui propose plus de 30 disciplines variées répondant ainsi à tous les goûts et tous les caractères. Amoureux de la nature, amateurs de sports collectifs, plutôt adeptes de sensations nouvelles ou préférant rester sur la terre ferme… chacun peut trouver l'activité qui le fera vraiment vibrer.

Outre les pratiques plus classiques des trois disciplines olympiques – **saut d'obstacles, dressage et concours complet** – et du **hunter**, largement plébiscitées par les cavaliers, d'autres disciplines séduisent également les pratiquants.

En quête de sensations nouvelles

Pour tous ceux en quête de sensations nouvelles, plusieurs disciplines équestres promettent une expérience à cheval originale.

L'attelage

L'attelage, une discipline où une voiture est attelée derrière un ou plusieurs poneys/chevaux, permet d'apprendre à communiquer et diriger un poney ou un cheval à la voix et à l'aide de longues rênes appelées guides.

La voltige

La voltige est la rencontre de la danse, de la gymnastique et de l'équitation. Les voltigeurs évoluent seuls ou en groupe, sur un cheval guidé par un longeur. Les enfants réaliseront des figures empruntées à la gymnastique et à la danse sur le dos du cheval. À la fois magnifique et sportive, la voltige est une pratique parfaite pour tous ceux en quête d'acrobatie et de contact direct avec le cheval.

Le mountain-trail

Le mountain-trail est un parcours d'obstacles simulant ce que l'on peut rencontrer en montagne, et qui met en valeur le parfait cheval d'extérieur : cheval confiant, qui se déplace à une allure maîtrisée, de manière sûre et sécuritaire pour son cavalier sur des parcours ludiques en pleine nature. Une discipline qui peut aussi bien se pratiquer en selle qu'à pied et fait naître une parfaite connexion entre cavalier et monture.

©FFE/PSV

©FFE/ZGP

Pratiquer avec les copains

L'équitation est le sport idéal à pratiquer avec ses amis, en s'inscrivant dans un même cours ou en profitant de la vie du club. Par ailleurs, il existe des disciplines pour les amateurs de sports collectifs !

L'equifun

Discipline par équipe, l'équifun alterne maniabilité et adresse lors d'un parcours composé d'une succession de dispositifs à franchir le plus rapidement possible. Ludique, la discipline est adaptée pour tous les cavaliers, enfants et adultes !

Le horse-ball

Le horse-ball s'apparente au basket, au football et au rugby. L'objectif de chaque équipe : marquer des buts dans le camp adverse, matérialisé par un cercle en hauteur, avec un ballon. Celui-ci comporte des anses pour pouvoir l'attraper en étant à poney. Un sport d'équipe qui fait monter l'adrénaline et qui peut devenir très rapidement une passion !

Le pony-games

Le pony-games, véritable sport collectif, rassemble 32 jeux différents pratiqués en ligne et en relais. L'objectif est d'effectuer son passage sans erreur en étant le plus rapide. L'excitation est à son comble pour faire gagner son équipe !

Le ride and run

Le ride and run est idéal pour ceux qui veulent allier le sport et la nature. L'activité se déroule en binôme, les pratiquants se relaient à cheval et à pied pour parcourir une distance définie. Et ceux qui préfèrent le vélo à la course à pied peuvent tenter le ride and bike ! Ambiance et dépenses énergétiques garanties !

Pour garder les pieds sur terre

Envie de s'occuper et de câliner un poney, mais pas vraiment de monter sur son dos ? L'équitation offre également la possibilité de développer un lien et une connivence avec l'animal sans pour autant quitter le sol.

L'equifeel

L'equifeel est une discipline dans laquelle le cavalier guide son poney ou cheval sur des dispositifs ludiques : slaloms, passage sur une bâche... depuis le sol en le tenant en longe ou en liberté. Elle donne au cavalier davantage de compréhension du poney ou du cheval, de réflexion et de ressenti dans ses interactions avec lui.

Le travail à pied

Le travail à pied, qui se pratique au travers du travail à la longe et du travail aux longues rênes, permet de découvrir les activités équestres sans quitter le sol.

©FFE/CB

Pour les amoureux de nature

Sport de plein air par excellence, l'équitation constitue une excellente manière de se déconnecter du quotidien, de se relaxer, et de profiter d'un moment en pleine nature.

©FFE/PSV

Le TREC

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

Pour les plus sportifs, 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.

Le tir à l'arc à cheval

Le tir à l'arc à cheval, discipline équestre de tradition, trouve ses origines en Asie. Combinant à la fois l'équitation et le tir à l'arc, 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. L'esthétisme du geste et la difficulté d'allier vitesse et précision en font tout le charme.

Des disciplines pour tous

La Fédération Française d'Équitation œuvre pour le développement d'une pratique équestre accessible, sécurisée et adaptée à la diversité des publics.

La para-équitation et la para-équitation adaptée sont les pratiques de l'équitation pensées pour être accessibles à tous et à toutes, grâce à des aménagements adaptés aux besoins des pratiquants. La para-équitation s'adresse aux cavaliers en situation de handicap moteur ou sensoriel, tandis que la para-équitation adaptée est destinée aux personnes en situation de handicap mental, psychique ou présentant des troubles du neurodéveloppement.
Elles ont pour objectif de permettre à chacun de pratiquer selon ses capacités, de progresser, de se dépasser et de s'épanouir dans une démarche à la fois sportive, inclusive et collaborative. Depuis 30 ans, **le para-dressage** est la seule discipline équestre présente aux Jeux Paralympiques.

D'autres disciplines encore 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**, **les courses de galop et de trot à poney** sont la perpétuation des premières utilisations sportives du cheval.

©FFE/PSV

8 questions sur l'équitation

1 QUI PRATIQUE L'ÉQUITATION ?

L'équitation est une discipline accessible à tous : aux plus jeunes enfants à poney, aux adolescents à double poney ou à cheval mais aussi, aux adultes, quelle que soit sa condition physique ou son âge.
Les établissements labellisés Equi-Handi Club par la FFE proposent notamment d'accueillir les personnes en situation de handicap.

2 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 pratiquer l'équitation, jusqu'à très tard.

3 ET LES JOURNÉES DU CHEVAL, EST-CE SEULEMENT POUR LES ENFANTS ?

Pas du tout !
Les Journées du cheval sont ouvertes à tout le monde et chacun peut trouver son bonheur dans l'équitation, quel que soit son âge. Les poney-clubs et centres équestres participants proposent des activités originales aussi bien pour les enfants que pour les adultes.
Tous les programmes détaillés des différents événements organisés sont disponibles sur *tousacheval.ffe.com*.

4 OÙ MONTER À CHEVAL PRÈS DE CHEZ SOI ?

Dans l'un des 6 000 poney-clubs et centres équestres adhérents à la FFE, répartis sur l'ensemble du territoire français, à moins de 13 km en moyenne de son domicile.
Le site *ffe.com* permet de rechercher le club le plus près de chez soi.
Les poneys et chevaux des établissements équestres de la FFE sont de véritables maîtres d'école,
bienveillants et rassurants envers les cavaliers débutants. Les enseignants, diplômés, adaptent le cheval au niveau du cavalier et à ses aspirations.

5 QUELLE TENUE FAUT-IL 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.

6 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.

7 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. Son prix est de 29€ jusqu'à 18 ans et de 40€ au-delà.
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.

8 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.

L'équitation en chiffres

1er sport **féminin**

3e

fédération sportive olympique
en nombre de licenciés
(605 000 en 2026)

3 millions **de cavaliers**

1 051 000
équidés

31 000
emplois

6000
poney-clubs et centres équestres en France

LE CHEVAL
est le **3ème animal préféré** des français

75%
des licenciés pratiquent **pour le loisir**

36 **disciplines**
équestres à la FFE

Découvrir toutes les statistiques :
urlr.me/5DswEs

**chiffres du 25 août 2026*

contact presse

FÉDÉRATION FRANÇAISE D'ÉQUITATION
Service Communication
communication@ffe.com
02 54 94 46 00

DOSSIER DE PRESSE – SEPTEMBRE 2026