

La Fédération Française d'Équitation présente

CHEVAL

de *Pâques*

4 AVRIL
AU 3 MAI
2026



DOSSIER
de presse



tousacheval.ffe.com



EDITO



Le printemps annonce le retour des beaux jours et le réveil de la nature. Il constitue une période clé pour débiter ou reprendre une pratique sportive en plein air, pour soi, ou en famille. Les Français sont aujourd'hui en quête d'activités ludiques, proches de la nature et sources de bien-être, comme le révèle l'étude réalisée par la FFE en 2025 avec l'Institut Kantar.

L'équitation répond pleinement à ces attentes. Sport complet et accessible à tous, elle enseigne le respect de la nature et des animaux, développe l'empathie et favorise à la fois les aptitudes physiques et relationnelles. Chez les enfants en particulier, le contact avec le poney joue un rôle essentiel dans leur développement personnel.

Les poney-clubs et centres équestres adhérents à la FFE sont, plus que jamais, de véritables lieux de vie, créateurs de liens sociaux multigénérationnels. Petits et grands s'y rencontrent, partagent une même passion et se lient d'amitié. Avec près de 6000 clubs répartis sur l'ensemble du territoire, chacun peut trouver un établissement près de chez lui et découvrir un sport inclusif et enrichissant.

Du 4 avril au 3 mai, l'opération Cheval de Pâques est l'occasion de franchir les portes d'un poney-club ou centre équestre, et de vivre une agréable journée, en famille ou entre amis, afin de découvrir toute la richesse des activités équestres.



Frédéric Bouix, président de la Fédération Française d'Équitation.

SOMMAIRE

Cap sur le printemps	3
Cheval de Pâques, une joyeuse effervescence au club	5
L'équitation, le sport aux multiples bienfaits pour toute la famille	6
Le poney, le partenaire idéal des enfants.....	8
Zoom sur trois disciplines à découvrir au printemps.....	9
Équitation & loisirs en chiffres	11
Contact Presse FFE.....	12

CAP SUR LE PRINTEMPS

Le retour des beaux jours annonce le début du printemps, une saison florissante où chacun souhaite s'aérer, profiter de la nature et des températures plus clémentes. L'occasion est idéale pour reprendre une activité sportive d'extérieur et découvrir les joies de l'équitation. Dans ce but, des centaines de poney-clubs et centres équestres ouvriront leurs portes dans tout l'Hexagone, durant les mois à venir, pour accueillir les familles, promeneurs ou simples curieux en quête de nature et de contact avec les chevaux.

Parmi ses missions prioritaires, la Fédération Française d'Équitation accompagne activement ses clubs dans leurs démarches de recrutement et de fidélisation des cavaliers. Dans ce cadre, les poney-clubs et centres équestres participants aux opérations de développement, initiées par la FFE, ouvriront leurs portes au public à plusieurs reprises au printemps. Ces rendez-vous permettront aux visiteurs de découvrir la diversité et la richesse des activités équestres, et, peut-être, de donner naissance à de nouvelles vocations.

CHEVAL DE PÂQUES - DU 4 AVRIL AU 3 MAI 2026

Les journées Cheval de Pâques permettront aux familles de participer à une multitude d'activités au sein du club : de la traditionnelle chasse aux œufs à la plus originale chasse au trésor, en passant par les iconiques promenades à poney, mais aussi des ateliers créatifs, des rallyes équestres et des jeux de plein air. Une ambiance gourmande et conviviale garantie !



JOURNÉE DE L'ATTELAGE - 19 AVRIL 2026

Le 19 avril, meneurs et passionnés donnent rendez-vous au grand public pour la Journée de l'attelage. Ouverte à tous, cette journée permettra de s'essayer à une nouvelle activité - l'art de mener un attelage - et de découvrir différemment l'équitation et les chevaux. De nombreuses activités sont prévues avec les meneurs et les professionnels, telles que des démonstrations d'attelage sportif et de loisir, des initiations, des ateliers pédagogiques et des promenades attelées.



CHEVAL NATURE - 17 MAI 2026

Envie de nature, d'évasion et de moments à partager ? Avec l'opération Cheval Nature, les établissements équestres FFE ouvrent leurs portes pour une journée de découverte accessible à tous. En famille, entre amis, en couple ou en solo, chacun est invité à vivre une expérience immersive au contact des chevaux et du grand air. La journée mettra à l'honneur une large palette d'activités de pleine nature : promenades à cheval à la découverte du patrimoine local, randonnées équestres pour s'évader sur les sentiers, initiations au TREC, au mountain trail et diverses animations ludiques en extérieur.



FÊTE DU PONEY - 7 JUIN 2026

Avant l'été, les poney-clubs ouvriront leurs portes pour réunir toute la famille autour du meilleur ami des enfants : le poney. Véritable partenaire d'apprentissage, il accompagne les plus jeunes dans leur développement psychomoteur, renforce leur autonomie et nourrit leur confiance en eux. Au programme de la journée : ateliers de pansage, initiations à poney, découverte des disciplines équestres, spectacles de club et visites des installations. Autant d'occasions de sensibiliser les enfants au respect du vivant, de partager une activité complice entre parents et enfants et de créer ensemble des souvenirs inoubliables.



LE CLUB, VECTEUR DE LIEN SOCIAL

En 2026, près de 6 000 établissements équestres accueillent chaque jour des cavaliers de tous âges et de tous niveaux en leur proposant une pratique adaptée à leurs envies. Véritables lieux de vie, ils contribuent à la cohésion sociale et favorisent les échanges intergénérationnels. Dernières « fermes des villes », les clubs offrent aux habitants des zones urbaines, un cadre privilégié pour se ressourcer, se reconnecter à la nature et créer du lien avec un être vivant.

Les activités équestres constituent également un levier précieux pour la mise en œuvre de nombreuses politiques publiques notamment liées à l'éducation, à la santé, à la formation, à l'insertion et à l'inclusion. Au-delà d'un simple sport, l'équitation possède une spécificité unique : mettre en contact l'humain avec le cheval.



« Les poney-clubs et centres équestres FFE sont aujourd'hui, plus que jamais, une valeur ajoutée pour notre société. Ils participent à maintenir la bonne santé des pratiquants et enseignent le respect de la nature, des animaux, l'empathie... Au contact des poneys et chevaux, l'humain devient meilleur », détaille Frédéric Bouix, président de la FFE.

CHEVAL DE PÂQUES, une joyeuse effervescence au club

Chaque année, le mois d'avril signe le retour des œufs, cloches et lapins en chocolat cachés dans le jardin. Pour le plus grand bonheur des amateurs de nature et des amoureux des animaux, les poney-clubs et centres équestres participeront eux aussi aux festivités.

Du 4 avril au 3 mai, la Fédération Française d'Équitation invite petits et grands à venir célébrer Pâques en famille ou entre amis, dans un club participant à l'opération Cheval de Pâques près de chez eux. Une occasion idéale pour profiter du grand air, passer un moment convivial aux côtés des chevaux, 3^{ème} animal préféré des Français, et découvrir toute la diversité des activités équestres.

DE NOMBREUX CLUBS PRÊTS À ACCUEILLIR LES FAMILLES

Avec cette 4^{ème} édition, l'opération Cheval de Pâques s'inscrit comme un événement incontournable du printemps. Que l'on soit passionné par les poneys et chevaux ou simple curieux, il y a forcément une activité qui plaira à chaque membre de la famille. Des centaines de poney-clubs et centres équestres adhérents à la FFE, répartis dans toute la France, ouvriront leurs portes au public.

Cheval de Pâques est une opération proposée aux clubs labellisés École Française d'Équitation, Centre de Tourisme Équestre, Équi Handi et École Française d'attelage. Ces labels, décernés par la FFE, garantissent la qualité des établissements équestres recevant cavaliers et grand public.



Pendant les vacances de printemps, Cheval de Pâques est une belle occasion de sortie en famille !

UNE OPÉRATION GOURMANDE ET FESTIVE

Les clubs participants à l'opération rivaliseront d'idées originales et ludiques pour émerveiller les enfants. En complément des traditionnelles chasses aux œufs, des initiations et des ateliers de pansage offriront aux familles un moment authentique avec les équidés.

Des promenades à poney, à cheval ou en attelage, pourront également être organisés afin de permettre à chacun de découvrir les joies de l'équitation. Chaque club reste toutefois libre de construire son propre programme d'animations. D'autres activités telles que des ateliers ludiques et créatifs, des jeux en plein air, une visite des écuries, une chasse au trésor ou encore un goûter pourront être proposés afin de satisfaire toute la famille.

COMMENT TROUVER UN CLUB ?

Les clubs participants à l'opération sont répertoriés sur la carte interactive du site tousacheval.ffe.com. Cette plateforme permet à chacun de trouver le poney-club ou le centre équestre le plus proche de chez lui, la date exacte de son événement ainsi que le programme de ses animations.

Pour les journalistes souhaitant prendre contact avec un poney-club ou centre équestre de leur région, le service communication reste à votre écoute : communication@ffe.com

L'ÉQUITATION, le sport aux multiples bienfaits pour toute la famille

D'un point de vue santé physique, psychique et psychologique, l'équitation rassemble de multiples bienfaits pour tous les membres de la famille : enfants, adolescents et adultes !

UNE ACTIVITÉ QUI RECONNECTE À LA NATURE

Comme révélée par l'étude Kantar menée par la FFE en 2025 sur les attentes des Français en matière de loisirs, la nature est jugée indispensable au bien-être par près de 40 % des Français. Sport de plein air par excellence, l'équitation répond pleinement à cette demande. 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 d'un environnement à préserver. Le cavalier s'intéresse au comportement de sa monture, qu'il apprend à observer. Il développe sa connaissance de la faune et de la flore afin de mieux la préserver. Dans les champs, sur une plage, en forêt ou en montagne, le cavalier reprend conscience de son corps et de la nature qui l'entoure.

UN SPORT DE CHOIX POUR LE BIEN-ÊTRE 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 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 reconnue et inscrite au MÉDICOSPORT-SANTÉ®, l'équitation augmente le tonus et la force musculaire, renforce les abdominaux, raffermi 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.



UN ALLIÉ PRÉCIEUX POUR LA SANTÉ MENTALE

Si le sport – et donc l'équitation – est bon pour le corps, il est aussi indispensable à une bonne santé mentale. Crises d'angoisse, dépression, troubles du comportement alimentaire, tentatives de suicide... Les signaux d'alerte se multiplient – y compris chez les enfants de moins de 10 ans – et le sujet, reconduit Grande cause nationale en 2026, est devenu un enjeu majeur de société. Dans ce contexte, l'équitation apparaît comme un véritable antidote. Sport d'extérieur, elle combine activité physique, lien social et relation bienveillante à l'animal. Elle développe la confiance, la concentration et l'empathie, tout en offrant un cadre apaisant, loin de la pression du quotidien et des écrans.



« 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 », précise le Dr Sophie Cha, médecin du sport et médecin biologiste, présidente de la commission médicale de la FFE.

DES MOMENTS PRIVILÉGIÉS EN FAMILLE OU ENTRE AMIS

Au-delà de la pratique individuelle, l'équitation permet de partager une activité commune avec ses proches. Monter ensemble, apprendre à soigner les poneys, participer aux mêmes disciplines sont autant de moments de complicité qui renforcent les liens familiaux et créent des souvenirs durables. Un atout majeur qui permet aux enfants et aux parents de partager une même passion, chacun à son rythme.

Sport individuel que l'on pratique en groupe, l'équitation favorise l'ouverture aux autres. Au club, le cavalier rencontre des personnes de tous les horizons et de tous les milieux et tisse des liens d'amitié. Des disciplines d'équipe comme le horse-ball, le pony-games ou l'equifun permettent également de vivre des moments collectifs forts en émotions.

L'équitation...

→ Pour les enfants

Dès l'âge de trois ans, en selle sur des poneys adaptés à leur taille, les enfants expérimentent leurs premières sensations de cavalier, tout en douceur. À pied, ils apprennent comment prendre soin des poneys et découvrent les joies de l'autonomie.

→ Pour les ados

Les adolescents, souvent amateurs de vitesse et de sensations fortes, trouvent leur bonheur à double poney ou à cheval. Les disciplines comme le horse-ball, le ride and run ou le tir à l'arc à cheval fédèrent ces jeunes publics en quête de collectif.

→ Pour les adultes

Prendre du temps pour soi, se reconnecter à la nature... Les adultes recherchent des activités sources de bien-être, compatibles avec leur rythme de vie. L'équitation répond pleinement à ces attentes : elle offre une parenthèse pour s'aérer l'esprit et évacuer le stress de la semaine.

LE PONEY, le 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.

GRANDIR AUX CÔTÉS DES PONEYS

L'équitation est une activité physique adaptée aux enfants dès le plus jeune âge. Elle permet d'établir une relation privilégiée avec l'animal et développe chez l'enfant 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. Quotidiennement pris en charge par ses parents, au poney-club c'est l'enfant qui veille au bien-être de son poney. Il doit également, lorsqu'il est sur son dos, le diriger et se faire écouter.

Pour comprendre son poney, l'enfant doit être attentif à ses attitudes et apprendre à les interpréter. Il découvre le rythme des saisons, la nature et les limites qu'elle impose. Monter à poney enseigne aux plus jeunes la patience et la persévérance. L'enfant ressent que la gestion des émotions est primordiale face à l'animal et il la développe au fur et à mesure de la relation qu'il entretient avec celui-ci.

EXPLORER UN NOUVEL UNIVERS 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 », précise Audrey Poupardin, dirigeante du poney-club de Montéclin à Bièvres (91) et élue au Comité fédéral.

Au centre équestre, l'enfant fait des rencontres dans un nouvel environnement qui nourrit son évolution. Le temps passé dans un poney-club est un moment convivial et rassurant qui lui permet de créer des liens. En jouant et en apportant son aide aux autres cavaliers, l'enfant, en interaction avec ses camarades, développe son sens du respect, de l'écoute, de la solidarité et trouve sa place au sein du groupe.



ZOOM SUR TROIS DISCIPLINES

à découvrir au printemps

L'équitation est une activité complète qui propose plus de 30 disciplines variées répondant à tous les goûts et tous les projets. Et si le retour des beaux jours était l'occasion de sortir des sentiers battus ? Zoom sur trois disciplines originales à pratiquer en famille ou entre amis durant les vacances de printemps.

L'EQUIFUN : S'AMUSER AU CLUB AVEC SES AMIS

Cohésion d'équipe, bonne humeur et pédagogie... L'équifun est la discipline ludique par excellence qui comblera toute la famille !

Par équipes de trois à quatre cavaliers, les participants réalisent un parcours composé d'épreuves variées à franchir le plus rapidement possible. Au programme : maniabilité, petits sauts d'obstacles, slaloms et défis d'adresse mettent à l'épreuve coordination et précision.

Adaptée à tous les cavaliers et particulièrement aux débutants, l'équifun permet d'apprendre les bases de l'équitation : avancer, tourner et s'arrêter en toute maîtrise. Le cavalier développe son équilibre et sa capacité à guider sa monture avec justesse. L'esprit d'équipe occupe une place centrale, favorisant l'entraide et la confiance en soi.

Pratiquée à poney ou à cheval, la discipline constitue une première approche de la compétition pour les enfants et reste un formidable terrain de jeu pour les adolescents ainsi que pour les adultes. Alliant technicité, jeu et plaisir, l'équifun a tout pour séduire et cultiver la complicité entre le cavalier et sa monture.



En vidéo :

LE RIDE AND RUN : PARTAGER UNE ACTIVITÉ LUDIQUE PARENT/ENFANT



C'est la discipline parfaite pour se challenger en famille ou entre amis. En binôme, un cavalier et un coureur se relaient - à cheval et à pied - pour parcourir une distance définie, en échangeant régulièrement leur rôle. L'équipe gagnante est celle qui se montre la plus rapide. Idéale pour allier sport et nature, la discipline puise ses valeurs dans l'esprit d'aventure, le dépassement de soi et l'entraide. Elle rencontre un vif succès tant auprès des passionnés d'équitation que des coureurs du dimanche. Ambiance et dépenses énergétiques sont garanties !

Le ride and run est par essence une discipline intergénérationnelle, peu onéreuse et facile à organiser. Elle a l'avantage d'être accessible à des personnes de tous les âges et de tous les niveaux. Ne nécessitant que quelques heures d'équitation avant de se lancer, elle peut très facilement être pratiquée par un parent voulant partager un moment de complicité avec son enfant.

Pour les plus jeunes, une catégorie Open a même été spécialement créée et ne prévoit pas de changement de rôle lors de la course, permettant aux parents de participer sans aucune difficulté. Pour ceux qui préfèrent le vélo à la course à pied, le ride & run existe aussi en déclinaison ride & bike !



En vidéo :

LE TIR À L'ARC À CHEVAL : SE SENTIR UNE ÂME DE ROBIN DES BOIS

Le tir à l'arc à cheval, discipline équestre de tradition, trouve ses origines en Asie. Comme son nom l'indique, elle combine à la fois l'équitation et le tir à l'arc. En étant à cheval, 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 vallonné.

Faisant de plus en plus d'adeptes en France, le tir à l'arc à cheval peut convenir à tous les membres de la famille, enfants comme adultes, et séduit notamment les garçons. Discipline atypique, elle permet aux cavaliers de se sentir libres tels Robin des Bois. Pour viser dans le mille, il faut faire preuve d'adresse, de concentration et apprendre à faire confiance à sa monture !

Accessible à tous les niveaux, les cavaliers sont capables de tirer leur flèche dans la cible, au pas ou au galop, dès les premières séances. Ludique, la discipline développe l'aisance, l'assiette et la coordination motrice du cavalier.



En vidéo :



ÉQUITATION & LOISIRS

en chiffres

3^{ème}

FÉDÉRATION SPORTIVE
OLYMPIQUE EN NOMBRE
DE LICENCIÉS
(625 406 EN 2025)

1^{er}

SPORT FÉMININ
PAR LE NOMBRE
DE LICENCIÉS

6 000

PONEY-CLUBS ET
CENTRES ÉQUESTRES

75%

DES LICENCIÉS
PRATIQUENT
POUR LE LOISIR

36

DISCIPLINES
ÉQUESTRES SOUS
L'ÉGIDE DE LA FFE

QUELQUES CHIFFRES ISSUS DE L'ÉTUDE KANTAR RÉALISÉE PAR LA FFE EN 2025 SUR LE RAPPORT DES FRANÇAIS AUX LOISIRS, AU CHEVAL ET À L'ÉQUITATION :

Les loisirs occupent une part importante dans l'équilibre de vie des Français, qui recherchent du plaisir avant tout.

LES LOISIRS

66%

**DES FRANÇAIS LES
CONSIDÈRENT IMPORTANTS**
89% DES LICENCIÉS FFE

39%

**LES JUGENT MÊMES
INDISPENSABLES À LEUR BIEN-ÊTRE**
62% DES LICENCIÉS FFE

LA NATURE

64%

**DES FRANÇAIS LA CONSIDÈRENT
IMPORTANTE POUR LEUR BIEN-ÊTRE**
91% DES LICENCIÉS FFE

38%

LA JUGENT MÊME INDISPENSABLE
65% DES LICENCIÉS FFE

Toutes les statistiques :





CONTACT PRESSE FFE

Fédération Française d'Équitation / Service Communication

communication@ffe.com - 02 54 94 46 35

CHEVAL 
de *Pâques*