

## Remise en Selle

### Descriptif

Si vous souhaitez vous remettre à cheval après plusieurs années, vous préparer à la randonnée et maîtriser vos émotions en extérieur, surmonter un traumatisme lié à une mauvaise chute, rejoignez notre centre en Normandie pour améliorer votre confiance à cheval et réguler vos émotions. Ce stage intensif de 4 jours est organisé pour 1 ou 2 cavaliers maximum pour un suivi au plus près de l'évolution de chacun, sur des chevaux d'école lusitaniens, arabes ou selle français. Vous apprenez au fil des jours à mieux comprendre votre fonctionnement mais aussi celui du cheval afin de gagner en confiance mutuelle et dépasser vos freins. Ce stage est ouvert à tous les niveaux (savoir au minimum trotter enlevé et galoper quelques foulées).



## Programme



**Jour 1 :** accueil au centre équestre et présentation des différents thèmes qui seront abordés sur les 4 jours en fonction des objectifs de chacun. Cours monté à 2. L'après-midi, après un débrief du matin, nouvelle séance à pied ou monté selon ce qui sera ressorti du débrief.

**Jour 2 :** nous commençons par un atelier sur les capacités cognitives du cheval et nous montons en cours particulier. Session en cours particulier également l'après-midi puis bilan de milieu de stage en fin de journée.

**Jour 3 :** pour ceux qui ne prennent pas l'option extérieur : atelier au sol pour prendre conscience de son corps à cheval. Cours particulier avec un moment longé pour un meilleur ajustement du cavalier. Option extérieur : randonnée en forêt d'Eawy. Retour en fin de matinée et déjeuner au sein des écuries. L'après-midi : atelier sur "Apprendre à lire le cheval" et comprendre comment il fonctionne puis cours monté ou travail à pied à 2.

**Jour 4 :** cours particulier filmé suivi d'un debriefing et l'après-midi, nous terminons par un cours particulier à pied ou monté. Pour l'option extérieur : nous partons pour une journée complète de randonnée avec pique-nique en forêt. La journée se termine par un bilan de fin de stage.

A noter que notre formatrice est titulaire, outre du BPJEPS, d'un diplôme d'hypnose spécialisation hypnose & trauma et RITMO (technique assimilée EMDR avec hypnose). Les séances sont en option : 70€ la séance.

Pour vous loger, gîtes et hôtels sont à proximité autour de Neufchâtel-en-Bray, prévoir entre 70€ et 100€ par nuit avec petit déjeuner.

NB : le programme du stage est fourni à titre indicatif et peut évoluer pour s'ajuster à chaque participant.

| Départ     | Retour     | Prix  |
|------------|------------|-------|
| 13.03.2025 | 16.03.2025 | 685 € |
| 24.04.2025 | 27.04.2025 | 685 € |
| 8.05.2025  | 11.05.2025 | 685 € |
| 22.05.2025 | 25.05.2025 | 685 € |
| 5.06.2025  | 8.06.2025  | 685 € |
| 24.07.2025 | 27.07.2025 | 685 € |
| 31.07.2025 | 3.08.2025  | 685 € |
| 7.08.2025  | 10.08.2025 | 685 € |
| 14.08.2025 | 17.08.2025 | 685 € |
| 11.09.2025 | 14.09.2025 | 685 € |
| 9.10.2025  | 12.10.2025 | 685 € |

| Durée totale | Jours à cheval | Niveau équestre |
|--------------|----------------|-----------------|
| 4            | 4              | Intermédiaire   |

| Langue   | Confort       |
|----------|---------------|
| Français | Intermédiaire |

## Informations pratiques

### Conditions de stage

Le stage se déroule aux écuries de notre guide, l'hébergement étant à votre charge en hôtel ou gîte selon vos choix. Il est obligatoire de porter un casque (non fourni) pour la pratique de l'équitation (norme NF EN1384).

### Bagages

Paquetage conseillé : 2 culottes d'équitation, boots et minichaps ou bottes d'équitation, casque d'équitation, pull, chemises et T shirts, veste ou blouson, coupe-vent ou imperméable, tenue de détente, babouches ou claquettes, chapeau ou casquette, lunettes de soleil, trousse de toilette, vos médicaments habituels.

### Climat

Climat océanique, doux et humide. Les températures minimales (au lever du jour) et maximales (après-midi) moyennes sont : mars 6-10°, avril 8-12°, mai 11-14°, juin 14-17°, juillet 16-19°, août 16-20°, septembre 15-19°, octobre 12-16°.

### Prix

le prix comprend l'ensemble des ateliers, cours à pied et à cheval dispensés par notre formatrice selon le descriptif de la fiche, et tous les déjeuners des jours 1 à 4.

Le prix ne comprend pas l'acheminement jusqu'au centre équestre à proximité de Neufchâtel-en-Bray (76), les transferts depuis et vers la gare de Rouen (30€ A/R), l'hébergement, les petits-déjeuners et diners, l'assurance multi-risques, les dépenses personnelles, les éventuelles séances d'hypnose (70€ par séance).

### Poids

Le poids maximum pour ce stage est de 80kg.

### Inscription

L'inscription sera effective à réception du bulletin d'inscription rempli et signé, accompagné d'un acompte de 30% du prix du voyage : chèques à l'ordre de Cavaliers du Monde, CB sur le site Internet ou chèques-vacances. Le solde est dû 45 jours avant le départ.





### Assurance

Tout participant doit être couvert par une assurance couvrant l'assistance et le rapatriement. Pour les cavaliers disposant déjà d'une telle assurance (licence FFE, carte de crédit, assurance multirisques, etc.), il suffit d'en indiquer les coordonnées sur le bulletin d'inscription. Dans les autres cas, nous proposons une assurance Mutuaide Assistance dont la prime est de 4% du prix du stage.

### Conditions générales de vente

Les conditions générales de vente répondent au décret n° 94-490 du 15 juin 1994, pris en application de la loi n° 92-645 du 13 juillet 1992.

### Conditions particulières

Toute inscription à nos stages implique l'adhésion à nos conditions générales et à nos conditions particulières, dont chacun reconnaît avoir pris connaissance.

Annulation de la part d'un inscrit : les annulations qui nous sont communiquées au moins 61 jours avant la date prévue de début de stage donnent lieu à un remboursement du montant réglé, déduction faite de l'éventuelle prime d'assurance et de frais de dossier de 80 € par personne.

Au-delà de cette date, les frais d'annulation sont :

- Entre 60 et 31 jours : 25% du montant facturé.
- Moins de 31 jours : 100% du montant facturé.

Tout stage interrompu pour raison de santé est susceptible de faire l'objet d'une indemnisation des journées non effectuées par votre assurance assistance-rapatriement, si vous avez spécifiquement souscrit cette garantie.

En revanche, toute interruption volontaire du participant en cours de stage n'ouvre droit à aucun remboursement. Il en est de même en cas d'exclusion pour incapacité physique ou équestre.

Nulle contestation du prix du stage ne pourra être prise en compte après celui-ci, il incombe à chaque participant d'estimer avant le départ si le prix du stage lui convient.

### Tourisme Responsable

Cavaliers du Monde a été en 2009 le septième tour-opérateur en France labellisé Tourisme Responsable par AFNOR Certification, et l'unique tour-opérateur équestre.

