



FÉDÉRATION FRANÇAISE  
D'ÉQUITATION

# COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Communiqué FFE, le 12 mai 2021



© FFE/MontaineVirelle

## Cette année, les ponts de mai riment avec cheval et bienfaits

Avec le déconfinement annoncé, les week-ends de l'Ascension (du 13 au 16 mai) et de la Pentecôte (du 22 au 24 mai) seront l'occasion rêvée d'une escapade en France de dernière minute, motivée par l'envie de retrouver la nature et la liberté. Si, en plus, ce besoin de souffler permet en même temps d'affûter son corps avant l'été, alors c'est le combo gagnant ! Et **en matière de bien-être, il existe un remède toutes catégories, approuvé et recommandé par la Fédération Française d'Équitation : le cheval**, oui c'est bien lui.

### Le temps d'une promenade sur la plage, dans la campagne, en forêt ou en montagne

Qui n'a jamais rêvé de galoper sur une plage, dans la campagne, de fouler les sentiers forestiers ou montagneux ? Les week-ends de mai s'annoncent propices à l'évasion pour s'aérer au bord de la mer, à la montagne ou à la campagne, en famille ou entre amis, mais surtout en compagnie d'un cheval ! En cliquant sur [www.achevalenfrance.com](http://www.achevalenfrance.com), on accède gratuitement aux offres de plus de 2 500 poney-clubs et centres équestres, pour réserver une promenade. Décompression garantie !

### Une randonnée de quelques jours pour les plus motivés

Pour ceux qui souhaitent pleinement profiter des bienfaits du cheval, on choisit la randonnée ! Organisée généralement sur un ou plusieurs jours, cette activité est la parfaite alliance de la découverte des paysages aux joies du pique-nique ou du bivouac en pleine nature.

Dimanche 16 mai sera d'ailleurs l'occasion d'en profiter lors de la « [journée de la randonnée équestre](#) ». Une belle façon de s'initier à l'équitation pour déconnecter et assouvir son besoin de grands espaces.

 FÉDÉRATION FRANÇAISE D'ÉQUITATION - FFE.COM



## L'équitation juste pour le plaisir

Le cheval, pour le bien-être ou pour le loisir, a le vent en poupe ! Et pour cause... Parce qu'il fait du bien au corps et à l'esprit et que cela se voit, parce qu'il rassure, parce qu'on apprend à le connaître, à pied ou sur son dos, selon l'envie du moment et à son rythme. Mais aussi et surtout, parce qu'il n'est pas nécessaire d'être un cavalier régulier pour le choisir comme allié pour se ressourcer.

Toute l'année, les 6 500 poney-clubs et centres équestres de France proposent des activités originales pour tous les âges, quelle que soit sa condition physique, pour tous les niveaux, pour tous les goûts et aussi pour tous les budgets. Les ponts du mois de mai sont une bonne raison de se laisser tenter !

Trouver un club près de chez soi : [ffe.com/Rechercher-un-club](https://ffe.com/Rechercher-un-club)

## [Télécharger le communiqué de presse](#)

[Télécharger la photo \(crédit : FFE/MontaineMerelle\)](#)

### Contacts presse

#### FFE Communication

(+33 254 944 645)

[communication@ffe.com](mailto:communication@ffe.com)

### Agence Consulis

Véronique Gauthier (+33 672 770 600)

& Valérie Bleys (+33 786 615 546)

[agenceconsulis@gmail.com](mailto:agenceconsulis@gmail.com)