



SÉJOUR D'ÉQUITHERAPIE

# L'Abri des Crinières

Le Domaine de l'Espérance vous accueille dans un écrin de nature privilégié où nous invitons vos participants à une rencontre singulière.

Ce séjour d'équithérapie est un voyage intérieur guidé par la bienveillance et la force tranquille du cheval.

Dans cet espace préservé, l'animal devient un miroir sensible des émotions, aidant les participants à déposer leurs fardeaux pour mieux reprendre confiance en eux.

Un retour à l'essentiel pour réapprendre à écouter, à s'ancrer et à rayonner à nouveau.



Domaine de l'Espérance  
58310 Dampierre-Sous-Bouhy



06.81.68.76.45



[resaclasses@poney-club.com](mailto:resaclasses@poney-club.com)

# SÉANCES D'ÉQUITHERAPIE

Encadrées par un Equicoach, les séances se déroulent dans une ambiance bienveillante afin que les participants prennent confiance en eux.

Nous leur accordons du temps et de l'écoute afin que chacun puisse se reconnecter et acquérir de l'autonomie lors des ateliers.

Nous proposons différentes séquences qui pourront être adaptées à chaque spécificité.



## ATELIERS D'ÉQUITHERAPIE

Accompagnés par un membre de notre équipe



**Lien invisible :** Le participant apprend à se connecter au cheval pour ne faire plus qu'un ! Sans artifice et avec l'aide d'un accompagnant, le cheval se mettra en mouvement grâce au langage corporel.



**Suis-moi ! :** Les participants mènent leur cheval à travers un parcours de slalom. Un atelier pour prendre conscience de l'autre et se concentrer sur un tracé défini.



**Tandem synergique :** Un participant tient un cheval les yeux bandés et un autre se tient près de lui pour le guider sur un parcours. Un atelier qui permet d'accorder sa confiance à une tierce personne.



**A terre, à cheval :** Le participant est invité au lâcher-prise en se synchronisant sur la respiration du cheval. Cette immersion sensorielle favorise une connexion profonde avec l'animal tout en renforçant l'assurance personnelle. L'objectif est de partager une harmonie physique et émotionnelle.



**Connexion/Observation:** Dans un premier temps, le participant pense son cheval, un instant de calme pour se connecter et échanger. Puis, les participants se retrouveront dans un espace avec des équidés en liberté. Ils pourront les observer et rentrer en contact avec eux si les chevaux s'approchent.



**PTV :** Sur un parcours en terrain varié naturel, les participants guideront et mèneront leur cheval. Un atelier avec plusieurs niveaux pour permettre d'acquérir de la confiance en soi et de se donner des objectifs.

## PLANNING TYPE (adapté et modifié selon votre durée de séjour)

JOUR 1	JOUR 2	JOUR 3	JOUR 4	JOUR 5
Arrivée au Domaine de l'Espérance à partir de 14h00  Possibilité de pique-niquer sur place	8h30 : Petit-déjeuner	8h30 : Petit-déjeuner	8h30 : Petit-déjeuner	8h30 : Petit-déjeuner
	<b>ATELIER OU VISITE</b>	<b>ATELIER OU VISITE</b>	<b>ATELIER OU VISITE</b>	<b>ATELIER OU VISITE</b>
	12h00 : Déjeuner	12h00 : Déjeuner	12h00 : Déjeuner	12h00 : Déjeuner
<b>ATELIER OU VISITE</b>	<b>ATELIER OU VISITE</b>	<b>ATELIER OU VISITE</b>	<b>ATELIER OU VISITE</b>	Départ du Domaine de l'Espérance à 14h00
19h00 : Dîner	19h00 : Dîner	19h00 : Dîner	19h00 : Dîner	

## TARIFS

3 jours/2 nuits --- 198€/élève  
4 jours/3 nuits --- 265€/élève  
5 jours/4 nuits --- 339€/élève

### Ces tarifs comprennent :

- La pension complète
- Les ateliers autour du poney
- 1 visite
- 2 adultes gratuits/30 élèves
- Accès aux salles et terrains sportifs
- Mise à disposition du matériel pédagogique et sportif



## NOUS CONTACTER ?

☎ 06.81.68.76.45  
✉ resaclasses@poney-club.com  
🌐 www.poney-club.com



## OÙ SOMMES-NOUS ?

Domaine de l'Espérance  
58310 DAMPIERRE-SOUS-BOUHY

2h de Paris | 3h de Clermont-Ferrand  
2h30 de Dijon | 3h de Tours  
4h de Lyon | 4h de Lille

**PARTENAIRE**

