



© AdobeStock-Savilleleyse

5 idées rusées pour profiter à fond de la montagne sans dévaler les pistes !

Certains d'entre nous se préparent à passer les fêtes de Noël à la montagne, histoire de souffler, en famille, dans un cadre apaisé. Une bulle d'oxygène qui tombe à pic pour oublier le climat anxigène actuel. La bonne nouvelle, c'est que les stations de ski seront ouvertes ; la moins fun, c'est que les remontées mécaniques restent fermées, il va falloir trouver d'autres occupations que le scrabble.

Que faire donc pendant ces vacances d'hiver ? La Fédération Française d'Équitation (FFE) livre 5 idées inattendues pour profiter pleinement des joies de la montagne.

1- On tente le ski-joering !

Pas besoin de tire-fesses tel qu'on l'imagine. Ici c'est le cheval qui tracte. Certains clubs FFE proposent de s'initier à ce sport, qui certes n'est pas très connu du grand public mais qui a tout de même été présenté en démonstration aux Jeux olympiques de 1928. Faisant de plus en plus d'adeptes en hiver, le ski-joering se pratique avec un cheval ou un poney qui tire le skieur, au pas au trot ou au galop selon son envie. Sensations garanties !

2- On envoie les petits au poney luge !

C'est une activité idéale pour les enfants qui découvrent ainsi les joies de la glisse, en douceur, assis sur une luge tractée par un poney. Un pur moment de bonheur pour nos chers petits et le plus, on n'a pas besoin de courir après la luge pour la remonter.



FÉDÉRATION FRANÇAISE
D'ÉQUITATION

ALERTE MÉDIAS FFE

Communiqué FFE - 4 décembre 2020

3- On part en randonnées ou en promenades

Nombreux sont les clubs FFE installés en montagne qui proposent des randonnées ou des promenades à cheval pour découvrir le paysage et sa quiétude hivernale. N'oublions pas que monter à cheval renforce, entre autres, les abdominaux, raffermi les cuisses, les fessiers et contribue à un joli maintien de la silhouette. Autant de bonnes raisons pour ne pas se priver de raclette !

4- On teste la calèche ou le traîneau

On peut profiter de la montagne en hiver, chaudement emmitouflés et confortablement installés dans une calèche ou un traîneau pour visiter la station. Avec les galops sur la plage, les foulées dans la neige font aussi partie des rêves des 12 millions de Français qui souhaitent un jour s'initier au cheval.

5- On découvre le cheval

Parce que c'est prouvé, l'équitation est source de bien-être. C'est l'alliance parfaite d'une activité en douceur et du contact privilégié avec l'animal. Et parce que le cheval est un être sensible à nos émotions, vouloir se connecter à lui impose le lâcher prise : le but recherché des vacances. Les clubs FFE étant des sites de plein air, voilà une belle occasion de leur rendre visite pour se familiariser avec l'animal.

Pour trouver un club FFE à la montagne : <https://www.ffe.com/Rechercher-un-club>

CONTACTS PRESSE

FFE Communication (T : +33 254 944 645) - communication@ffe.com

Agence Consulis - Véronique Gauthier (M : +33 672 770 600) & **Valérie Bleys** (+33 786 615 546) - agenceconsulis@gmail.com



FÉDÉRATION FRANÇAISE D'ÉQUITATION - FFE.COM