

# 6 RAISONS DE PRATIQUER L'ÉQUITATION

50 à 75 €

C'EST LE COÛT MOYEN DE LA  
PRATIQUE DE L'ÉQUITATION  
EN CLUB PAR MOIS

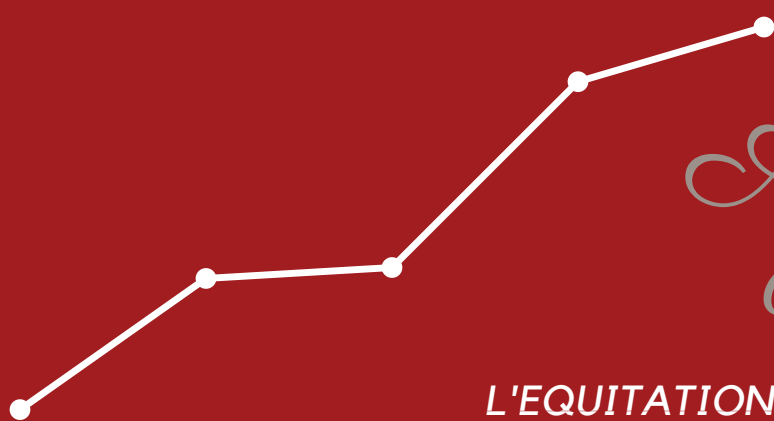
LA DISTANCE MAXI  
POUR TROUVER UN  
CLUB PRÈS DE CHEZ  
VOUS

13 KM



400 KCAL  
brûlés par heure

(soit autant que de l'aérobic d'intensité moyenne)



*Amélioration  
de la posture*

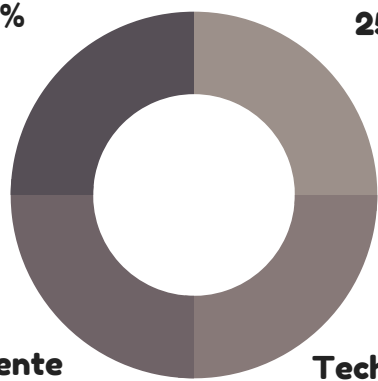
L'ÉQUITATION FAIT TRAVAILLER LES MUSCLES  
DE MAINTIEN ET NOTAMMENT CEUX DU DOS

Relationnel  
25%

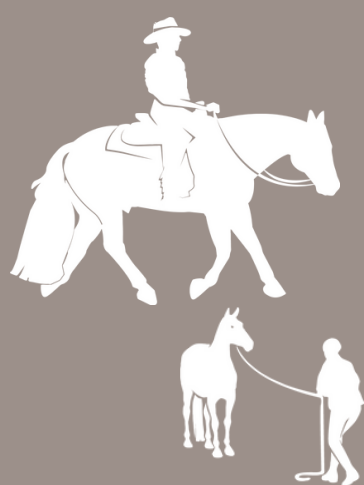
Evasion  
25%

Détente  
25%

Technique  
25%



100%  
BONNE HUMEUR



35

DISCIPLINES

PARCE QU'IL EN FAUT POUR  
TOUS LES GOÛTS...



**PRENEZ UNE BONNE RÉOLUTION,  
LANCEZ-VOUS !**

Trouvez votre club sur [ffe.com](http://ffe.com)