



# Livret d'accueil du stagiaire



**Plume de cheval  
Centre de Formation en Acrobatie Equestre  
A Sumène -Gard- FRANCE**

**Responsable Pédagogique : Benjamin Grain -06 84 333 555  
N° de SIREN : 531800803 APE : 9001Z**

## Comment venir ?



**Le Centre de Formation Plume de Cheval** se situe sur la commune de Sumène (Gard), à 1 heure de Nîmes et de Montpellier.

De ces deux villes, des autocars vous amènent à Ganges, où l'on peut venir vous accueillir.

(de Montpellier, trouvez les horaires sur Lio (ligne 108)  
de Nîmes, sur [rome2rio.com](http://rome2rio.com) ligne 140)

Si vous venez par vos propres moyens, à Sumène, prendre la direction de **St Martial**. Peu avant Sanissac, une petite route sur la droite vers **Mauplat**, Bel-Air, Plume de Cheval. Continuer le chemin goudronné autant que possible puis prenez la piste à droite. C'est là !

\*\*\*\*\*

Si vous êtes hébergé(e) au Mas des deux Mules (Différentes possibilités d'hébergement en yourte et gîte, pour toute information, nous consulter), voici l'adresse :

**Le Mas des deux Mules**  
**Montredon**  
**30440 St Roman de Codières**

De Sumène, prendre St Martial (Vous passez devant la route qui mène au manège Plume de Cheval). 2 km avant st Martial, prendre à Droite direction Montredon, St Roman de Codières.

(Evitez le GPS, il vous fait faire un détour!!)

Le Mas des Mules est à 15 minutes (7 km) du manège. Nous pouvons assurer la navette si vous n'êtes pas véhiculé(e).

## Déroulement des stages

Sous réserve de modification, le déroulement est le suivant :

Le premier jour du stage, le rendez-vous est fixé à 9h30 au  
Manège Plume de Cheval  
(La navette part à 9h15 du Mas des deux Mules)

**9h30- 9h45** : Accueil, remise des documents administratifs

**9h45-10h** : préparation des chevaux, mise en place du matériel  
tous ensemble

**10h-10h45** : Echauffement collectif

**10h45-11h30** : Cours collectif d'acrobatie au sol

**11h30-12h** : Passages individuels d'acrobatie dans les longes

**12h -14h** : Passages individuels en voltige à cheval sur les  
différents chevaux puis remise en ordre du matériel et de la  
piste

Il vous est demandé de prévoir un en-cas que vous pourrez  
prendre entre deux passages de voltige, ainsi qu'une bouteille  
d'eau.

Afin d'optimiser le temps de pratique, les stagiaires qui en ont les  
compétences harnachent le cheval suivant et le marchent dans la  
carrière pendant que le précédent est en piste. Dans un souci  
pédagogique, le reste du groupe est tenu d'assister aux passages  
des autres stagiaires.

Le nombre de stagiaires est limité à 5 pour l'atelier de voltige.

## Quelle tenue ?

Pour la pratique de l'acrobatie et de la voltige, des vêtements confortables et élastiques, pas trop amples, sont nécessaires, ainsi que des chaussons de gymnastique ou tennis à semelle fine et souple.



Pour manipuler les chevaux, en revanche, de bonnes chaussures fermées, voire de sécurité, sont recommandées.

Prévoyez des vêtements chauds pour ne pas vous refroidir lorsque vous attendez votre tour ainsi qu'une veste imperméable pour manipuler les chevaux à l'extérieur du manège.

## Communication avec l'équipe pédagogique et suivi des stagiaires

Tout au long de votre formation, les professeurs sont à votre écoute pour recueillir votre ressenti. N'hésitez pas à leur exprimer vos questionnements, vos appréhensions éventuelles.

Par ailleurs, en plus des débriefings quotidiens et des moments d'échange, vous avez la possibilité de nous adresser vos remarques grâce à un questionnaire téléchargeable sur notre site internet.

A la fin du stage, nous vous inviterons à répondre à un questionnaire à chaud qui vise à connaître vos impressions sur la formation qui vient de se dérouler.

Puis, quelques mois plus tard, nous vous adresserons un questionnaire à froid permettant de mesurer l'impact de cette formation sur votre parcours professionnel et personnel.

Merci d'avance d'accorder un petit peu de temps à ces retours qui nous aiderons à améliorer notre offre.

## Liste de contacts

COORDINATION			
Benjamin GRAIN	Responsable pédagogique	06.84.333.555	benjamingrain@hotmail.fr
Hélène GARCIA	Administratrice	06.74.88.30.04	garciahelene.34@gmail.com
EQUIPE PÉDAGOGIQUE			
Olivier ANTOINE	Jeu d'acteur	06.10.36.57.58	olivierantoine22@yahoo.fr
Zoé BOUTOILLE	Danse	06.52.35.62.16	zoe.boutoille@free.fr
Charlène DRAY	Histoire	06.26.56.37.37	charlene.dray@gmail.com
Patrice EYMANN	Anatomie-Physio	06.14.09.35.31	eymann.patrice@gmail.com
Juliette HACQUARD	Bien-être du cheval	06.35.15.67.19	juliette.hacquard@live.fr
Stéphane LAISNE	Sécurité	06.08.32.49.95	donkeyscircus@gmail.com
Anne-Laure POULAIN	Chant	06.16.46.23.19	annelaure_poulain@hotmail.com
Florence ROUGIER	Danse	06.85.72.51.04	florencerougier@free.fr
FERME EQUESTRE de MAUPLAT			
Helena LEPROVOST	Chef d'exploitation	06.23.91.23.09	leprovost3@wanadoo.fr