

## *Stage initiation au TREC*

*Techniques de randonnée équestre  
de compétition*

*5 jours dont 5 à cheval*



### Niveau technique

3 étriers sur 4

### Qualité de l'hébergement

Gites avec chambres à  
partager (2 à 3 cavaliers)

### Nombre de cavaliers maximum

6

### Tarif

690 euros

Randonner à cheval ne nécessite pas nécessairement des compétences équestres de cavalier de complet ...

Et pourtant ... le TREC va mobiliser vos connaissances tant en dressage qu'en obstacle. Une discipline complète où le cavalier devra être autant attentif à son cheval qu'à l'environnement qui l'entoure. Trois épreuves vous sont proposées :

- Le P.O.R. acronyme pour **parcours d'orientation et de régularité**. Il vous faudra suivre un itinéraire d'une dizaine de kilomètres dont vous aurez au préalable relevé le tracé, à une vitesse imposée. Gare aux erreurs de parcours qui vous feront perdre de précieuses minutes, ou aux tracés approximatifs qui vous mèneront aux points de contrôle ... par le mauvais chemin. Cette première épreuve teste vos qualités d'orientation et aussi de dressage pour maintenir votre cheval à l'allure imposée durant plusieurs kilomètres.
- Le P.T.V. ou **parcours en terrain varié**. Un parcours de 12 à 18 difficultés pour les épreuves Amateur Elite qui permet au cavalier de mettre en valeur la qualité de sa technique et la relation du couple cavalier cheval. Maniabilité, équilibre, discrétion des aides, confiance du cheval ... autant de critères pris en compte dans la notation de chaque franchissement.
- La **maitrise des allures**. Ce test a pour but de montrer votre aptitude à faire conserver une allure donnée. Dans les premiers concours seul le respect de l'allure est demandé. Au delà du Club 1, il vous faudra tenir le galop le plus lent et le pas le plus rapide.

### Vous allez aimer :

- Un groupe de stagiaires restreint pour favoriser le travail de chaque couple cavalier-cheval
- Une pratique équestre basée sur l'observation du comportement du cheval
- un site propice aux P.O.R., parcours d'orientation et de régularité avec de nombreux chemins et la possibilité de s'entraîner sur des allures différentes
- Un parcours de PTV construit pour varier les exercices et pédagogique pour favoriser l'appropriation des difficultés du parcours.

## Déroulement du stage

<b>Jour 1</b>	<p><b>Accueil des cavaliers à 9h autour d'un café breton.</b></p> <p>La matinée est consacrée à la découverte de l'environnement du stage et du <b>règlement du TREC</b>. Après avoir présenté la cavalerie, un petit tour vers le départ des chemins de randonnée et le PTV, notre accompagnateur vous présentera <b>les épreuves</b> avec précision. Ce sera également l'occasion d'évoquer la manière dont seront elles travaillées au cours de la semaine.</p> <p>L'après midi début de l'<b>approche du PTV</b>. Cette épreuve consiste à <b>franchir 12 difficultés</b> (concours Club 1). Celles ci comportent 5 groupes : le premier consiste en un <b>contrat d'allure</b> et permet d'évaluer la qualité du dressage et la discrétion des aides. Le second groupe concerne les difficultés nécessitant un <b>franchissement d'obstacle</b> en creux comme le passage de sentier ou sautant comme la haie vive. Le troisième vise à évaluer la <b>précision du couple cavalier cheval au moyen de franchissements fins</b> comme les barrières, les escalier ou le reculer. L'extérieur confronte le cavalier à tout type de terrain, le quatrième groupe de difficultés évalue les <b>franchissements de dénivelé</b>. Enfin le dernier groupe permet l'évaluation de la confiance cavalier cheval avec les <b>franchissement en main</b>.</p> <p>Une première évolution en main vous sera proposée durant cette demi journée afin de découvrir les différents types de difficulté. Ce sera l'occasion de nouer les premières relations avec le cheval qui vous est confié pour toute la durée du stage.</p>
<b>Jour 2</b>	<p>Au menu du jour : la <b>lecture de carte</b>. Celle ci n'aura plus de secret pour vous, quelque soit le signe cabalistique qu'elle pourra présenter ! Nous vous présenterons également vos outils indispensables : la boussole, le curvimètre et vous apprendrons à relever avec précision une distance sur la carte et à vous représenter mentalement le terrain dessiné sur votre carte. A vos crayons, gommes et calque !</p> <p>Le POR ne serait pas complet sans un point sur la <b>maîtrise de la régularité</b>. Nous vous transmettrons quelques trucs et astuces afin d'annoter votre carte et y placer des repères précieux et nous nous entraînerons à différents calculs de vitesse et de distance avant de vous présenter la table de conversion indispensable à la maîtrise du POR.</p> <p>L'après midi à cheval vous permettra de tester vos qualité de lecture de carte et d'étalonner votre cheval.</p> <p>Sur le PTV vous découvrirez les <b>contrats d'allure</b>. L'objectif de ces difficultés est de maintenir votre cheval dans l'allure choisie initialement sur un dispositif droit (bordure maraîchère) ou en courbe (slalom, ruelle en U ou trèfle). Toute rupture d'allure se voit sanctionnée.</p> <p>Les premières <b>difficultés de précision</b> seront également abordées comme l'immobilité ou la maniabilité ou bien encore le franchissement de passerelle.</p>
<b>Jour 3</b>	<p>Après la matinée lecture de carte, en avant pour une matinée trigonométrie pour l'apprentissage du <b>maniement de la boussole</b>. Après avoir relevé le tracé du POR du jour vous évoluerez sur les sentiers du Finistère à l'allure donnée par Géry.</p> <p>L'après midi sera dévolue au PTV entre consolidation des 2 premiers jours et poursuite de la découverte des difficultés. En premier lieu vous vous familiariserez avec les <b>sauts en extérieur</b> (haie vie et tronc d'arbre). Puis vous explorerez les <b>franchissements de dénivelé</b> au coeur de la forêt de la ferme dans un cadre totalement sauvage.</p>
<b>Jour 4</b>	<p>Les deux derniers jours sont consacrés à des mises en situation tant sur des tracés de POR que sur des enchainements de difficultés sur le PTV.</p>

<b>Jour 5</b>	<p>Ultime journée de stage. Il vous est proposé un TREC de niveau Club 1 soit un PTV de 12 dispositifs. Le POR vous entrainera au coeur des Montagnes Noires sur un circuit plus long que celui d'un parcours de concours. Il vous permettra de découvrir une nature préservée et quasiment vierge de toute présence humaine. Géry sera à vos côtés, en retrait, pour vous laisser piloter votre allure et votre parcours. Des points de contrôle seront bien sûr cachés sur votre chemin pour mieux vous surprendre.</p> <p>Le stage s'achève par un solide goûter de debriefing. Les cavaliers qui le souhaitent peuvent demeurer à la ferme la nuit du vendredi. La fin du stage est prévue pour 18h environ.</p>
---------------	--

## Niveau équestre requis

 **Pour cavalier confirmé.** Ce stage est destiné à des cavaliers ayant une certaine pratique de dressage et initiés au saut d'obstacle.

Pour des raisons de sécurité, le guide est susceptible d'interrompre le stage d'un cavalier si celui-ci ne présente pas le niveau équestre requis. Nous sommes à votre disposition pour évaluer votre niveau équestre.



 **Nous vous confions un cheval durant la durée du séjour,** vous aurez donc la responsabilité de vérifier sa bonne condition physique et de signaler les moindres blessures ou modification de l'état général. Il vous sera demandé par ailleurs de lui prodiguer différents soins :

- pansage matin et soir, curage des pieds à chaque étape
- vérification de l'état de la ferrure
- le seller et desseller, nettoyer le mors et rincer la sangle chaque soir
- nourrir le cheval matin et soir.



# Présentation de la ferme équestre

## Nous joindre

Téléphone	Portable	Courriel	Site internet
02 98 81 74 41	06 08 43 30 91	<a href="mailto:gery.serdobbel@gmail.com">gery.serdobbel@gmail.com</a>	<a href="http://www.ferme-equestre-lahaiedu.com">www.ferme-equestre-lahaiedu.com</a>

## Nous rejoindre



Des **transferts** sont assurés depuis la **gare de Carhaix Plouguer** et **l'aéroport de Brest** (compter 1h15 de transfert entre Brest et la ferme équestre).

Pour venir depuis Paris en train : prendre un TGV Paris Guingamp (trajet direct d'une durée moyenne de 2h40 puis correspondance entre Guingamp et Carhaix en train ou bus d'une durée d'1 heure).

Une navette assure les transferts le premier jour :

- 18h à l'aéroport de Brest au niveau de la zone de récupération des bagages
- 18h30 à la gare de Carhaix Plouguer à l'entrée principale.

Pour le dernier jour, il est impératif de rester une nuit supplémentaire à la ferme.

**Coût transfert Brest Saint Hernin**

**Coût transfert Carhaix Saint  
Hernin**

**Nuitée supplémentaire  
comprenant : nuitée, diner et  
petit déjeuner**

**40 euros** par trajet pour une  
personne,  
20 euros par personne à partir de 2

**10 euros** par trajet pour une  
personne,  
5 euros par personne à partir de 2

**50 euros**

### *Qui sommes nous ?*

Vous serez guidés par **Géry SERDOBBEL, accompagnateur de tourisme equestre**. Professionnel depuis près de vingt ans, il a d'abord créé une écurie de propriétaires au sud de l'île de France, non loin de massifs forestiers emblématiques comme les forêts de Rambouillet et d'Orléans. Depuis toujours piqué de l'envie de découvrir de nouveaux horizons il proposait déjà à ses cavaliers des randonnées itinérantes.



Il crée ensuite une ferme equestre dans le Cantal entre Salers et le Puy Mary où durant 8 années il organise des itinérances en moyenne montagne.

Le voici à présent installé entre monts et mer, en Bretagne depuis 2012 où il souhaite mettre son expérience dans l'équitation d'extérieur au service des cavaliers.

Géry est également maréchal ferrant et dispose d'un certificat de secourisme équin.

A l'intendance, **Isabelle**. Elle est chargée de votre confort, du transport de vos bagages ainsi que de vous confectionner des repas adaptés à votre pratique sportive et de vos éventuelles intolérances alimentaires.

### *Notre cavalerie*

Notre cavalerie est composée de chevaux de tous âges et de races différentes. Les aînés apprennent aux plus jeunes à devenir de véritables chevaux de randonnée. Nous disposons d'une majorité de chevaux portugais et pur sang lusitanien. Le reste de la cavalerie a été sélectionnée d'abord par le contact avec chaque cheval rencontré.

Vous pourrez ainsi retrouver Sweetie, jument quarter horse croisée trotteur français, Newton, Merens croisé Frison, ou bien encore Caderno, PSL.



## La logistique

Pour votre confort et votre sécurité nous disposons d'une intendance mobile présente sur le parcours. Celle-ci est équipée d'un camion VL 2 chevaux permettant de transporter vos bagages et de rapatrier un cheval ou un cavalier en cas de besoin. Il transporte également une pharmacie équine conséquente ainsi que le matériel de maréchalerie et l'ensemble de l'équipement nécessaire à la randonnée.

L'intendance vous apporte les repas le midi et le soir.

Chaque cheval dispose d'une selle équipée de sacoches pour vos effets personnels de la journée.

L'accompagnateur est équipé d'un GPS et d'un téléphone mobile ainsi que d'une trousse de premiers secours.



## La sellerie

Nous disposons d'une sellerie spécifique randonnée composée de selles Gaston Mercier et de selles australiennes.

Il est possible de venir avec sa propre selle, elle sera d'abord essayée sur le cheval qui vous est confié pour évaluer son adaptation à la morphologie de celui-ci.

## L'hébergement et la restauration

L'hébergement est prévu chez votre hôte à la ferme. Les chambres sont donc à partager entre cavaliers (chambre de 2 personnes) ainsi que les sanitaires.

Les **repas** sont préparés par l'intendance à partir de produits locaux du terroir. Le midi vous aurez à votre disposition des salades composées, tartes, charcuterie, gâteaux et fruits, le soir, un repas complet chaud. Un apéritif à base de chouchen ou cidre vous est proposé le soir, ainsi que du vin de table (vin rouge ou rosé).

**Rappel important** : lorsque vous circulez à cheval vous êtes soumis au Code de la Route. Le taux d'alcool limite autorisé est de 0,5 g d'alcool par litre de sang soit environ 2 verres de vin (25cl) ou de bière (50cl). (Source site gouvernemental de la sécurité routière) Aussi, nous limitons volontairement les boissons alcoolisées le midi.

## Liste d'équipement

### Equipement de sécurité :

- Le **port du casque est obligatoire sur nos randonnées et stages**. (Voir règlement intérieur de la ferme équestre). Nous en mettons gracieusement à votre disposition.
- le **port du gilet de protection est obligatoire sur le parcours en terrain varié**. (Voir règlement intérieur de la ferme équestre). Nous en mettons gracieusement à votre disposition.

### Petits trucs et astuces :

- pour les cavaliers supportant difficilement le frottement de la selle durant plusieurs heures, vous pouvez mettre sous votre pantalon d'équitation une **culotte de cycliste** avec un fond matelassé.
- Les chemins dans le Parc Naturel d'Armorique sont très rocailleux, lors des passages en main il est vivement recommandé de disposer de chaussures à semelles crantées. Vous pouvez donc monter avec des **chaussures de randonnées** et mettre des **minichaps** pour protéger vos mollets.
- Le soleil en Bretagne existe 😊 ! Nous l'avons rencontré ! La réverbération quant à elle peut provoquer de graves coups de soleil voir des brûlures. N'oubliez donc pas la **crème solaire indice 50** (si si si ! préconise l'intendante qui est également infirmière), des tee shirt manches longues pour les cavaliers à la peau sensible et dont la coupe vous protège la nuque particulièrement exposée à cheval et de bonnes lunettes de soleil.
- Le sac à dos n'est pas autorisé à cheval. Chaque cheval est équipé d'un tapis à poche ou de sacoches pour vos effets de la journée et vous pouvez utiliser un dispositif ventral type banane.
- Pour les cavaliers disposant d'un traitement médical, merci de prévoir la quantité suffisante de médicaments pour le séjour ainsi que l'ordonnance. Une pharmacie est à votre disposition au village voisin distant d'une dizaine de kilomètres.
- Vous pouvez prévoir une **petite pharmacie personnelle**. Votre guide dispose à cheval d'une trousse permettant de désinfecter les plaies. **Nous vous rappelons qu'il ne nous est pas possible de donner le moindre médicament.**
- N'oubliez pas une clé USB pour que nous puissions vous donner les films et photos pris durant votre séjour.

Nous restons à votre disposition pour toute précision tant sur le circuit que sur la préparation de votre randonnée.

*A très bientôt*



## DOSSIER D'INSCRIPTION

Ferme équestre « La Haie Du »  
29270 SAINT HERNIN

### Vos coordonnées

**Nom :**

**Prénom :**

**Adresse :**

 **Téléphone :**

 **Mobile :**

### Séjour : Stage d'initiation au TREC

**Prestations :** Hébergement à la ferme, repas (pique nique le midi et repas avec produits du terroir le soir, mise disposition d'un cheval avec le matériel nécessaire au stage, mise à disposition des infrastructures équestres (PTV notamment) randonnée accompagnée par un professionnel certifié TE

**Le prix ne comprend pas :** votre transport jusqu'à la ferme, l'hébergement la veille du stage et le soir de la fin du stage, les dépenses personnelles.

	Prix unitaire (€)	Nombre	TOTAL (€)
Stage TREC	690 €		
Nuit supplémentaire	50 €		
Transfert depuis aéroport de Brest par trajet	40 €		
Transfert depuis gare de Carhaix par trajet	10 €		
<b>TOTAL</b>			
<b>Acompte 30% du tarif total</b>			

### Règlement

Chèque bancaire à l'ordre de « Ferme équestre La Haie Du »

Chèques vacances ou coupons sports ANCV

Virement bancaire à la Ferme équestre La Haie Du

IBAN : FR76 1558 9297 0301 5325 5074 092    BIC CMBRFR2BARK



Merci de remplir une  
fiche de renseignements  
par cavalier inscrit

FICHE INDIVIDUELLE 1/2

Ferme équestre « La Haie Du »

Nom	Prénom	Date de naissance	Numéro licence FFE
Téléphone	Courriel	Poids	Taille

### Votre expérience équestre et sportive

Depuis quand et à quelle fréquence pratiquez vous l'équitation ?	Depuis : _____ <input type="checkbox"/> Toutes les semaines <input type="checkbox"/> Tous les mois <input type="checkbox"/> Quelquefois par an
<b>Niveau équestre</b> <i>Merci de ne pas surestimer notre expérience. Toute imprécision pourrait nuire au bon déroulement du stage (rythme, sécurité ...)</i>	<input type="checkbox"/> <b>Débutant</b> <input type="checkbox"/> <b>Débrouillé</b> (vous avez déjà <b>pratiqué l'équitation en extérieur</b> et êtes à l'aise aux 3 allures, vous savez diriger votre monture en extérieur et seller/panser) <input type="checkbox"/> <b>Confirmé</b> (vous êtes capable de <b>tenir un galop long en extérieur</b> et de <b>gérer votre monture en autonomie quelques soient les difficultés</b> du terrain) <input type="checkbox"/> <b>Initié au saut d'obstacle</b> <i>La pratique du saut d'obstacle ne doit pas être un frein au TREC. Le règlement fédéral prévoit qu'un cavalier peut refuser de réaliser une difficulté sur le PTV. Le dispositif sera donc noté 0 mais ne constitue pas un motif d'élimination de la compétition.</i>

**Attention** : si votre niveau équestre ne correspond pas à la difficulté technique de la randonnée, l'accompagnateur pourra alors interrompre votre activité afin de ne pas vous exposer à un danger d'accident.

Suivez vous un <b>régime alimentaire</b>	<input type="checkbox"/> Sans gluten <input type="checkbox"/> Sans lactose <input type="checkbox"/> Sans oeuf <input type="checkbox"/> Végétarien
Suivez vous un <b>traitement médical</b> ou avez vous un <b>problème de santé particulier</b> ?	<input type="checkbox"/> oui <input type="checkbox"/> non Si vous le souhaitez vous pouvez préciser ici : _____ En cas de traitement médical, veuillez à apporter votre ordonnance et la quantité de médicaments nécessaires. Dans certains cas, nous pourrions être amenés à vous demander un certificat médical en raison du caractère sportif des randonnées. <i>Nous déclinons toute responsabilité en cas d'information inexacte ou incomplète lors de votre inscription.</i> <i>La randonnée équestre nécessite une bonne condition physique.</i>

## En cas d'urgence

Coordonnées de la personne à joindre

FICHE INDIVIDUELLE 2/2

Ferme équestre « La Haie Du »

Nom :

Prénom :

Adresse :

 Téléphone :

 Mobile :

## Engagement réciproque

- Je déclare avoir pris connaissance et accepté les conditions générales et particulières de vente des séjours équestres de la Ferme équestre « La Haie Dû » disponible à la suite de la fiche d'inscription ainsi que du règlement intérieur de la structure.
- Mon inscription sera effective à réception par la Ferme équestre « La Haie Dû » du présent bulletin d'inscription et à l'encaissement d'un acompte de 30% du montant total du séjour équestre.
- J'ai bien noté que le solde est à faire parvenir par tout moyen (chèque, chèques vacances ANCV ou coupon sport, virement bancaire) 10 jours minimum avant le début du séjour.
- J'ai dûment été informé par la Ferme équestre « La Haie Dû » de la nécessité de souscrire une assurance soit par l'intermédiaire de ma propre compagnie d'assurance - vous devez alors nous adresser une copie d'attestation de cette dernière mentionnant la pratique équestre en extérieur - soit par votre licence ou carte vacances que vous pouvez souscrire via notre intermédiaire.
- Je suis conscient de l'éloignement des centres médicaux au cours des séjours équestres et prévois en conséquence le suivi de mon traitement médical si nécessaire. Je déclare par ailleurs être en bonne condition physique et ne souffrir d'aucune affection incompatible avec les conditions sportives de cette randonnée.
- J'accepte le port d'un casque respectant la norme CEEN1384.
- Je m'engage à mettre en oeuvre les directives du guide de la randonnée.
- J'autorise la Ferme équestre « La Haie Dû » à utiliser les photos et films prises lors de la randonnée pour la promotion de ses activités

Fait à \_\_\_\_\_

Signature :

## Liste indicative d'équipement

<b>Vêtements</b>	Tee shirt manches longues	<input type="checkbox"/>
	Polaire	<input type="checkbox"/>
	Vêtement de pluie (type cape, Gore Tex ou manteau australien)	<input type="checkbox"/>
	2 pantalons d'équitation	<input type="checkbox"/>
	Paires de chaussettes épaisses	<input type="checkbox"/>
	Un casque d'équitation portant la mention CE (norme 1384 si casque antérieur au 5 novembre 2014 ou seulement CE si postérieur à cette date)	<input type="checkbox"/>
	Un gilet dorsal à la norme CE EN 13158	<input type="checkbox"/>
	Chaussures de marche	<input type="checkbox"/>
	Mini chaps	<input type="checkbox"/>
	Chaussures légères pour le soir	<input type="checkbox"/>
	Tenue décontractée le soir	<input type="checkbox"/>
	Affaires de toilettes	<input type="checkbox"/>
	Drap de bain	<input type="checkbox"/>
	Maillot de bain	<input type="checkbox"/>
	<b>Divers</b>	Gourde
Couteau		<input type="checkbox"/>
Appareil photo ou camera type Go Pro		<input type="checkbox"/>
Sac de couchage		<input type="checkbox"/>
Petite pharmacie personnelle : <ul style="list-style-type: none"> <li>• médicaments personnels</li> <li>• médicament anti douleur</li> <li>• nécessaire pour les plaies (tampon désinfectant &amp; pansement)</li> <li>• crème contre les irritations</li> <li>• pansements en cas d'ampoule</li> <li>• sérum physiologique</li> </ul>		<input type="checkbox"/>
Clé USB 36 Go		<input type="checkbox"/>
Lunettes de soleil		<input type="checkbox"/>
Crème solaire indice 50		<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>
<b>Documents officiels</b>	Carte nationale d'identité	<input type="checkbox"/>
	vosre licence fédérale ou vosre attestation d'assurance	<input type="checkbox"/>
	Carte vitale	<input type="checkbox"/>