



Dressage et Equitation de Travail au Portugal

PORTUGAL

Venez faire un **stage d'équitation classique au Portugal** au nord de Lisbonne. Sous la houlette d'une équipe d'enseignants, vingt **étalons lusitaniens** vous font caresser l'idéal de tout cavalier : légèreté, impulsion, harmonie.

Dressage	 8 jours (6 à cheval)	 À partir de 1 145 €		Ouvert aux non cavaliers
----------	--	---	--	--------------------------



ITINÉRAIRE

Les points forts

- Stage de dressage, de basse et haute école, et d'équitation de travail
- T out petits groupes : 2 à 3 cavaliers maximum par séance.
- Des enseignants francophones de grande qualité, dont Mario Cardoso.
- Une cavalerie d'exception
- Temps libre pour visiter les environs : monastère de Mafra, Lisbonne, plages de l'Atlantique.
- Les non-cavaliers accompagnants sont les bienvenus.

Jour 1 — EUROPE - LISBONNE - ECOLE D'EQUITATION



Vol pour Lisbonne à votre charge (nous nous chargeons des réservations sur simple demande).

Accueil à l'aéroport de Lisbonne dans l'après-midi, et transfert pour l'école d'équitation à 25 km au nord-ouest de Lisbonne. Présentation des lieux, dîner et nuit sur place.

Possibilité de prendre un véhicule de location depuis l'aéroport (sur demande).

Jour 2 — STAGE DE DRESSAGE OU TRAVAIL - 1 ou 2 séances



Vous avez le choix entre deux formules pour ce stage :

- o 1 séance de travail le matin et après-midi libre,
- o 2 séances de travail quotidiennes (matin et après-midi).

Durant votre séjour, vous avez la possibilité d'alterner entre cours de dressage et cours d'équitation de travail, selon disponibilité.

Les séances sont de 2 à 3 cavaliers maximum par instructeur et durent environ 1H30.
Les séances du matin débutent vers 9h30, et celles de l'après midi vers 16h - horaires modulées selon la météo.

Au cours de votre séjour, vous serez amené à changer plusieurs fois de monture et parfois d'enseignant.

Jour 3 — STAGE DE DRESSAGE OU TRAVAIL - 1 ou 2 séances

 Alcainca

Stage de dressage avec au choix :

- 1 séance de travail le matin et après-midi libre
- 2 séances de travail quotidiennes (matin et après-midi)

Le déroulement type d'une séance est le suivant :

D'abord une demi-heure de travail au pas où vous abordez sur un cercle les exercices de basse école : épaule en dedans, cession à la jambe, tête au mur, appuyé, etc... Puis vous passez au trot pour un travail plus cadencé et rassemblé et ensuite au galop pour aborder les changements de pied. Ces séances de groupe vous montrent l'importance du rythme, de l'impulsion et de la justesse des aides.

Le style d'enseignement de l'école d'équitation est profondément enraciné dans la tradition portugaise et porte une attention toute particulière à la légèreté, la beauté du geste et l'expression.

Ce séjour est aussi l'occasion pour vous de vous initier aux airs de haute école : pas espagnol, levade, piaffé et passage.

De part sa morphologie et son dressage soigné, votre monture vous amène à toucher du doigt cette finesse de l'équitation, la sensation inoubliable du mouvement juste....

Le déjeuner est pris à l'école. Après une journée bien remplie, vous profitez d'un bon repas portugais et du vin local. C'est le moment d'échanger vos impressions sur la journée, de visionner des vidéos de dressage ou tout simplement d'aller explorer les bars d'Alcainca !

Jour 4 — STAGE DE DRESSAGE OU TRAVAIL - 1 ou 2 séances

 Alcainca

Stage de dressage avec au choix :

- 1 séance de travail le matin et après-midi libre
- 2 séances de travail quotidiennes (matin et après-midi)

Sur votre temps libre, des programmes de visite peuvent être organisés, avec chauffeur et guide.

Jour 5 — STAGE DE DRESSAGE OU TRAVAIL - 1 ou 2 séances

 Alcainca

Stage de dressage avec au choix :

- 1 séance de travail le matin et après-midi libre
- 2 séances de travail quotidiennes (matin et après-midi)

Jour 6 — STAGE DE DRESSAGE OU TRAVAIL - 1 ou 2 séances

 Alcainca

Stage de dressage avec au choix :

- 1 séance de travail le matin et après-midi libre
- 2 séances de travail quotidiennes (matin et après-midi)

Jour 7 — STAGE DE DRESSAGE OU TRAVAIL - 1 ou 2 séances

 Alcainca

Stage de dressage avec au choix :

- 1 séance de travail le matin et après-midi libre
- 2 séances de travail quotidiennes (matin et après-midi)

Jour 8 — ECOLE D'EQUITATION - LISBONNE - EUROPE

C'est le jour de départ, après le petit-déjeuner, vous partez directement pour l'aéroport de Lisbonne selon l'horaire de décollage de votre vol. Vol retour.

DATES & PRIX

DÉPART	RETOUR	PRIX HORS VOL	STATUT
03/12/2023	10/12/2023	1 145 €	Ouvert
10/12/2023	17/12/2023	1 145 €	Ouvert
17/12/2023	24/12/2023	1 145 €	Ouvert
24/12/2023	31/12/2023	1 145 €	Ouvert
07/01/2024	14/01/2024	1 260 €	Départ garanti
14/01/2024	21/01/2024	1 260 €	Départ garanti
21/01/2024	28/01/2024	1 260 €	Départ garanti
28/01/2024	04/02/2024	1 260 €	Départ garanti
04/02/2024	11/02/2024	1 260 €	Départ garanti
11/02/2024	18/02/2024	1 260 €	Départ garanti
18/02/2024	25/02/2024	1 260 €	Départ garanti
25/02/2024	03/03/2024	1 570 €	Départ garanti
03/03/2024	10/03/2024	1 570 €	Départ garanti
10/03/2024	17/03/2024	1 570 €	Départ garanti
17/03/2024	24/03/2024	1 570 €	Départ garanti
24/03/2024	31/03/2024	1 570 €	Départ garanti
31/03/2024	07/04/2024	1 570 €	Départ garanti
07/04/2024	14/04/2024	1 570 €	Départ garanti
14/04/2024	21/04/2024	1 570 €	Départ garanti
21/04/2024	28/04/2024	1 570 €	Départ garanti
28/04/2024	05/05/2024	1 570 €	Départ garanti
05/05/2024	12/05/2024	1 570 €	Départ garanti
12/05/2024	19/05/2024	1 570 €	Départ garanti
19/05/2024	26/05/2024	1 570 €	Départ garanti
26/05/2024	02/06/2024	1 570 €	Départ garanti
02/06/2024	09/06/2024	1 570 €	Départ garanti
09/06/2024	16/06/2024	1 570 €	Départ garanti
16/06/2024	23/06/2024	1 570 €	Départ garanti
23/06/2024	30/06/2024	1 570 €	Départ garanti
30/06/2024	07/07/2024	1 570 €	Départ garanti

07/07/2024	14/07/2024	1 570 €	Départ garanti
14/07/2024	21/07/2024	1 570 €	Départ garanti
21/07/2024	28/07/2024	1 570 €	Départ garanti
28/07/2024	04/08/2024	1 570 €	Départ garanti
04/08/2024	11/08/2024	1 570 €	Départ garanti
11/08/2024	18/08/2024	1 570 €	Départ garanti
18/08/2024	25/08/2024	1 570 €	Départ garanti
25/08/2024	01/09/2024	1 570 €	Départ garanti
01/09/2024	08/09/2024	1 570 €	Départ garanti
08/09/2024	15/09/2024	1 570 €	Départ garanti
15/09/2024	22/09/2024	1 570 €	Départ garanti
22/09/2024	29/09/2024	1 570 €	Départ garanti
29/09/2024	06/10/2024	1 570 €	Départ garanti
06/10/2024	13/10/2024	1 570 €	Départ garanti
13/10/2024	20/10/2024	1 570 €	Départ garanti
20/10/2024	27/10/2024	1 570 €	Départ garanti
27/10/2024	03/11/2024	1 570 €	Départ garanti
03/11/2024	10/11/2024	1 415 €	Départ garanti
10/11/2024	17/11/2024	1 415 €	Départ garanti
17/11/2024	24/11/2024	1 415 €	Départ garanti
24/11/2024	01/12/2024	1 415 €	Départ garanti
01/12/2024	08/12/2024	1 415 €	Départ garanti
08/12/2024	15/12/2024	1 415 €	Départ garanti
15/12/2024	22/12/2024	1 415 €	Départ garanti
22/12/2024	29/12/2024	1 415 €	Départ garanti

Remarques sur nos prix

- Les tarifs ci-dessus correspondent au tarif HORS AÉRIEN par adulte en chambre double standard. Nous pouvons réserver vos vols sur simple demande. Nous consulter.
- Les dates ci-dessus sont données à titre indicatif. Les départs sont possibles toute l'année en fonction des disponibilités et de vos souhaits. Il est également possible de prévoir des séjours plus courts ou plus longs. Contactez-nous pour un devis personnalisé à la date de votre choix !
- Pas d'équitation le dimanche.
- Le tarif ci-dessus inclus 1 séance de travail par jour (soit 7 séances durant le séjour). Vous pouvez opter pour 2 sessions ou moduler votre séjour selon vos souhaits, voir ci-dessous.

- SAISONNALITÉ 2024 :

Basse saison : du 01/01 au 24/02

Haute saison : du 25/02 au 27/10

Moyenne saison : du 27/10 au 31/12

• PROGRAMMES AU CHOIX :

En 2023 :

1 séance de travail par jour (soit 6 séances durant le séjour) :

BS : 1035€ // HS : 1290€ // MS : 1145€

2 séances de travail par jour (soit 12 séances durant le séjour) :

BS : 1230€ // HS : 1535€ // MS : 1380€

En 2024 :

1 séance de travail par jour (soit 6 séances durant le séjour) :

BS : 1260€ // HS : 1570€ // MS : 1415€

2 séances de travail par jour (soit 12 séances durant le séjour) :

BS : +225€ // HS : +290€ // MS : +260€

• Une leçon est composée de 1 à 3 cavaliers internationaux. L'encadrement est anglophone et lusophone.

• Le supplément chambre individuelle est de 280€, 330€ en 2024 (40€, ~47€ en 2024, par jour). Il n'est pas facturé si vous acceptez de partager votre chambre avec un(-e) autre cavalier(-ère).

• Le transfert depuis et vers l'aéroport de Lisbonne (135€, 150€ en 2024, A/R par voiture pour 3 personnes maximum). Il vous est facturé à votre inscription.

Il est aussi possible d'organiser le transfert vers le centre ville de Lisbonne (160€, 175€ en 2024, A/R par voiture pour 3 personnes maximum). Il vous est facturé à votre inscription.

• Remise - séjour Noël et nouvel an :

Aucun cours ne sera dispensé les 24 et le 31 décembre après-midi et les 25 décembre et 1er janvier toute la journée.

Une remise sera appliquée en conséquence.

• Remise séjour prolongé :

Si vous restez 10 nuits ou plus, bénéficiez de -20%.

Remise non cumulable avec le tarif Basse ou Moyenne saison.

• Les enfants, accompagnés d'un adulte, sont les bienvenus à partir de 12 ans - à condition d'avoir le niveau équestre requis.

• Cette chevauchée n'est pas accessible aux cavaliers de plus de 89 kg.

Au delà de 89 kg, nous consulter.

• Les accompagnants non cavaliers sont les bienvenus.

Non cavalier : BS : 665€ // HS : 830€ // MS : 740€

• Des excursions, organisées par le centre, vous sont également proposées, sur demande - à régler sur place.

Un minimum de 2 personnes est nécessaire pour organiser ces excursions. Un chauffeur privé sera dès lors mis à votre disposition durant tout ce temps.

Exemple : Visite du marché de Malveira (le jeudi) ; Visite pour observer l'entraînement de l'École portugaise d'art équestre d'Ajuda ; Visite du couvent et du Palais de Mafra ; Visite du village d'Ericeira et des ateliers de poterie ; Visite du monastère des Jeronimos, Tour de Belém de Lisbonne ; Visite du château São Jorge et de Oceanarium de Lisbonne (~5h) ; Visite du village de Sintra et de son palais et du Palais Pena (~4h)

Selon le nombre d'intéressés, la famille Rodriguez, propriétaire des lieux peut aussi organiser des excursions présentant un intérêt équestre :

Exemple : Coudeleria d'Alter Real (haras)

AVERTISSEMENT

Le parcours peut être modifié pour des raisons de sécurité, de météorologie ou d'imprévu. Des événements indépendants de notre volonté peuvent modifier les parcours : routes coupées, fleuves en crue, sécheresse, grèves, fêtes locales... Cheval d'Aventure, ses partenaires, ses accompagnateurs, ainsi que ses guides locaux mettront toujours tout en œuvre pour apporter la meilleure solution, même en modifiant le parcours.

Les noms des hébergements sont donnés à titre d'information. En fonction des disponibilités, ils pourront être modifiés et remplacés sans préavis par un autre hébergement de même catégorie.

Notre prix comprend

ACCOMPAGNATEURS

L'encadrement par deux formateurs (anglophone, lusophone et francophone)

EQUIPE LOGISTIQUE

Un cheval et tout l'équipement de dressage classique (le cheval peut changer pendant la durée du séjour)

MODE D'HÉBERGEMENT

7 nuits en chambre d'hôtes sur site (base chambre double)

REPAS

Pension complète du dîner du J1 au petit-déjeuner du J8.

Notre prix ne comprend pas

Assurance rapatriement et annulation "multirisques" sans risques épidémies : 3,8% du prix de votre voyage.

Assurance Annulation et interruption de séjour : 2,8% du prix de votre voyage.

Assurance complémentaire carte bancaire (gold, visa premier...) : 2,1% du prix de votre voyage.

Frais d'inscription obligatoires : 15 euros par personne

DIVERS

Pourboires équipes locales (à votre discrétion)

REPAS

Boissons et extras personnels

HÉBERGEMENT

Supplément chambre individuelle

En option

TRANSPORT

Transport aérien aller-retour

Transfert aéroport

INFOS ÉQUESTRES

Cavalerie

Vingt lusitaniens d'exception, purs sang ou croisés, au niveau de dressage avancé en basse et haute-école (passage, piaffer, changements de pied, pirouette).

Guide & équipe locale

Mario, parle anglais et portugais. Cavalier accompli, et champion régional d'équitation de travail, il a pu se former auprès des plus grands du pays : notamment Miguel Ralão, cavalier olympique de dressage.

Sergio, également lusophone et anglophone, est plus orienté sur l'équitation de travail. Il a pu évoluer au niveau national de nombreuses années en compétition dans cette discipline. Il s'est tourné depuis peu vers le dressage en compétition.

Tous deux ont appris un peu de français et sauront vous enseigner le dressage dans la langue de Molière.

Niveau équestre & forme physique

MINIMUM TECHNIQUE REQUIS

Ce stage est ouvert aux cavaliers ayant déjà des bases techniques, niveau galop 4/5 minimum ou équivalent.

Poids maximum : 89kg

ALLURES

Travail monté depuis les assouplissements latéraux jusqu'au passage, piaffé, changements de pied...

AUTONOMIE ET PARTICIPATION

Chacun est responsable de son cheval même si les deux palefreniers de la maison vous aident à panser, seller et desseller votre monture.

NIVEAU ET EXPÉRIENCE REQUISE

Pas de difficulté particulière.

EQUIPEMENT EQUESTRE

Sellerie de dressage, Sticks, Bride

Éperons à prévoir

Les bombes ou casques sont obligatoires. Pour des raisons de sécurité et d'hygiène, munissez vous de votre matériel.

INFOS PRATIQUES

CONFORT

Chambre d'hôtes au sein de l'école de dressage en chambre double avec air conditionné et majoritairement salle de bains privative. Capacité d'accueil maximale de 14 cavaliers.

Sont à votre disposition également : bar, salon TV, salle de billard, Wi-Fi (accessible depuis les chambres) et accès libre à la piscine. Repas sur le site dans une ambiance familiale.

REPAS

Plats traditionnels portugais, préparés avec soins par Lena, l'âme de l'école.

Repas à la Quinta, petit déjeuner continental.

Pour le déjeuner, salades, quiches ..

Et le soir pour le dîner, principalement du poisson et des plats traditionnels préparés par une cuisinière.

L'école peut vous proposer des repas selon votre régime alimentaire (végétarien, végétan, ou autre) dans la mesure de ses capacités.

CLIMAT

Climat de type océanique globalement tempéré et stable, qui donne des températures douces quasiment toute l'année.

La latitude du Portugal garantit des jours plus longs qu'à Paris, surtout pendant l'automne et l'hiver.

Températures moyennes

Hiver : 12 à 15°C

Printemps: 20 à 25°C

Eté : 30 à 35°C

Automne : 20 à 15°C

Les précipitations sont très fréquentes en hiver, et elles se font de plus en plus rare en été. Pensez à adapter votre tenue en fonction des saisons,

TIPS

Il n'est pas obligatoire mais il est toujours apprécié.

LISTE EQUIPEMENT

Tête

• Un casque d'équitation : il est obligatoire.

Les fabricants (GPA, HKM, LAS Helmets, Lamicell, Troxel, Equithème...) proposent aujourd'hui des casques d'équitation ventilés, solides et légers, agréables sous toutes les latitudes.

Il existe également des coques de protection à mettre sous votre chapeau (Ranch & Rider, Lexington Safety Products) ou des chapeaux casques western (Troxel).

• Casquette ou chapeau en été

• Une paire de lunettes de soleil

Buste

• Tee-shirts ou polos ou chemises en coton ou en matières techniques à séchage rapide.

• 1 polaire légère ou équivalent

• 1 veste légère de type Goretex (imperméable et respirante) s'il pleut

Jambes

- 2 culottes d'équitation
- 1 pantalon de rechange pour les soirées
- 1 maillot de bain
- Sous-vêtements en coton ou en synthétique non irritant

Pieds et Mains

- 1 paire de boots avec des mini-chaps ou des bottes spécifiques pour l'équitation
- 1 paire de baskets ou chaussures légères équivalentes pour le soir
- Plusieurs paires de chaussettes
- 1 paire de gants pour se protéger des frottements

Petits trucs à cheval

- Crème apaisante bien utile aux recoins de votre intimité irrités par de longues heures à cheval.

Divers

- Sac de voyage ou valise
- Nécessaire de toilette
- Des boules 'quies' peuvent être utiles si vous partagez votre chambre
- Appareil photo (avec une batterie de rechange)
- Eperon

Pharmacie

Par précaution, indiquez vos allergies aux médicaments dans votre pharmacie.

- Médicaments personnels
- Aspirine ou doliprane
- Vitamine C
- Crème solaire pour les lèvres et la peau
- Collyre
- Crème hydratante
- Un rouleau de sparadrap
- Une bande élastique adhésive de 10 cm de large
- Une boîte de pansements adhésifs
- Pochettes de désinfectants prêtes à l'emploi
- Une crème et un spray anti moustique
- Des Compeed pour les ampoules.

Informations générales

- La compagnie aérienne autorise un seul sac en soute par passager. Prenez garde à ne pas dépasser 20kg, car vous pourriez avoir à régler à l'enregistrement les kg excédentaires.
- Les bagages cabines sont limités à 7 kg (dimensions maximales de 56 cm x 45 cm x 25 cm), ils ne doivent contenir aucun objet coupant (couteau, ciseaux, lime, coupe-ongles, etc.) et la quantité de liquide autorisée par passager est limitée à 100 ml par contenant. Il est recommandé en revanche d'y mettre appareil de photos, lunettes, médicaments et autres objets dont on ne pourrait se passer en cas de perte (momentanée) du bagage.
- En cas de perte de vos papiers, nous vous conseillons de ranger une copie de votre passeport dans un endroit différent des originaux.

Equipement fourni

- Pharmacie collective
- Casques
- Eperons
- Stick
- Gants

TOURISME RESPONSABLE

Voici nos 6 conseils pour un voyage responsable :

1. **Voyagez léger** : Le poids des valises impacte négativement les émissions de CO2 du kérosène et de l'essence.
2. **Supprimez le plastique** : Emmenez votre gourde réutilisable préférée. Un mug et des couverts durables pour les nuits en tente ou pendant votre

vol.

3. **Préservez la nature** : Prévoyez une “poubelle de voyage” pour vos déchets pendant la randonnée. Laissez les plantes à leur place, elles sont plus belles ainsi, observez la faune à distance pour ne pas les déranger. Utilisez des produits cosmétiques biodégradables, afin de protéger votre peau et l’environnement.
4. **Faites du tourisme éthique** : refusez de prendre part à toute activité exploitant les animaux sauvages (spectacles, caresses avec touristes, etc.) .
5. **Soutenez les populations locales** : découvrez leur culture, respectez leurs coutumes, achetez des souvenirs locaux.
6. **Partagez !** sensibilisez votre entourage au tourisme responsable

Pour plus d’informations, retrouvez notre article détaillé sur [le Mag](#) .