



EQUINTESSENCE

Les natures se dévoilent

Entretiens Equestres - Les Bases

Rencontres contemporaines avec le cheval

Un accompagnement pour les femmes curieuses de cheminer à pied aux côtés du cheval

et

d'explorer leur potentiel équestre, relationnel, de bien-être et de présence à soi.

LE CHEMIN D'AKITA : un chemin transformateur

- Développer une relation respectueuse et sécurisée entre vous et le cheval.
- Maîtriser la direction, le rythme et l'espace comme base de la sécurité et de la liberté.
- Comprendre le phénomène de la peur chez vous et le cheval et comment vous affranchir de ses effets.
- Préserver et améliorer la biomécanique du cheval pour assurer son intégrité physique et émotionnelle.
- Poser des actions subtiles, conscientes, de qualité.
- Elaborer des séances créatives, bénéfiques, vivantes, adaptées à vous, au cheval et au moment.
- Cultiver votre sentiment de sécurité intérieure, de confiance, de légitimité.
- Ecouter votre intuition.

Développer une relation respectueuse et sécurisée entre vous et le cheval :

AVANT :

Tu en as assez des méthodes qui traitent le cheval comme un simple outil, sans respecter son intelligence et sa sensibilité. Tu rêves d'une approche plus respectueuse et connectée. Ou peut-être que l'idée de t'approcher des chevaux t'impressionne et t'intimide, t'empêchant de vivre ton rêve, ...

APRÈS :

Tu agis depuis un profond calme et avec le cœur, créant une énergie qui attire naturellement le cheval. Tu incites le cheval à te rejoindre volontairement dans tes propositions en toute sécurité.

Maîtriser la direction, le rythme et l'espace comme base de la sécurité et de la liberté :

AVANT :

Ton cheval te balade, ne t'écoute pas, il te tire, te colle ou menace tes pieds, ce qui te pousse à intervenir constamment. Cela crée des situations risquées et ta relation avec lui devient difficile. La peur s'installe, et limite vos activités. ...

APRÈS :

Marie-France Coppée

Rue de Gesves 191/1, 5350 Ohey ☎ +32(0)476 99 10 73 ✉ www.equintessence.be ✉ info@equintessence.be
TVA BE 0751 320 428 | IBAN BE79 8919 6405 6233 | BIC: VDSP BE 91



Tu connais le chemin qui mène à la maîtrise de la direction, du rythme et de l'espace pour toi et ton cheval. Ce qui te permet d'évoluer dans la sécurité, le calme et offrir plus de liberté à ton cheval ou tout simplement vous offrir plus de diversité dans vos activités pour vous épanouir à deux.

Comprendre le phénomène de la peur chez vous et le cheval - comment vous affranchir de ses effets :

AVANT :

Quand ton cheval n'est pas attentif, tu te sens perdue et la peur s'installe. Cela te pousse à éviter certaines situations par crainte de ne pas savoir comment réagir, et quand la peur prend le dessus, tes actions deviennent incohérentes. ...

APRÈS :

Tu es désormais capable d'identifier consciemment lorsque la peur s'élève en toi. Tu sais comment la désamorcer et cultiver un état de calme profond. Ce calme devient ta force et te permet de rester présente et cohérente pour agir efficacement.

Préserver et améliorer la biomécanique du cheval pour assurer son intégrité physique et émotionnelle :

AVANT :

Tu n'as jamais vraiment remis en question les capacités de ton cheval à te porter. Parfois, il te prend la main, a du mal à s'arrêter, et tu ne peux pas envisager de lui retirer la bride. En longe, il tombe sur le cercle, et tu remarques qu'il « tricote » dans ses allures. Il te semble que sa tête est trop haute ou trop basse, et il est plus à l'aise à une main. ...

APRÈS :

Tu peux lui demander d'exécuter les exercices de base qui vont lui apporter du confort dans l'auto-posture, maintenir son intégrité et limiter le risque de blessure. Cela va le rendre plus réactif à tes demandes et vous apporter de la sécurité et de la joie.

Poser des actions subtiles, conscientes, de qualités quel que soit ton niveau :

AVANT :

Quand ton cheval ne réagit pas immédiatement, tu te sens tendue et frustrée, ce qui met de la tension dans tes actions. Tu stimules sans le vouloir ses flancs et tu reçois souvent des remarques sur ta posture. Parfois ton cheval résiste. Cela te rend triste et te décourage. ...

APRÈS :

À tout moment, tu as conscience dans la bonne position de tes aides et tu t'en sers à bon escient. Tu sais réagir, adéquatement, au moment opportun avec le minimum d'action nécessaire. Ton cheval est attentif et réactif à tes demandes. Tous deux y gagnent en plaisir et en complicité. Tu apprends immédiatement les bons gestes en conscience.

Elaborer des séances créatives, bénéfiques, vivantes, adaptées à vous, au cheval et au moment :

AVANT :

Lorsque tu te retrouves seule avec ton cheval, tu as des difficultés à élaborer des séances de travail. Tu as le sentiment de l'ennuyer et c'est réciproque. ...

Marie-France Coppée

Rue de Gesves 191/1, 5350 Ohey ☎ +32(0)476 99 10 73 ✉ www.equintessence.be ✉ info@equintessence.be
TVA BE 0751 320 428 | IBAN BE79 8919 6405 6233 | BIC: VDSP BE 91



APRÈS :

Tu sais évaluer ce dont ton cheval à besoin et tu lui proposes des exercices adaptés et variés qu'il est capable d'exécuter. Il y trouve du confort et progresse. Tu progresses. Votre motivation et la joie d'être ensemble grandissent.

🐾 Cultiver votre sentiment de sécurité intérieure, de confiance, de légitimité :

AVANT :

Le regard des autres t'intimide et tu doutes souvent de toi. Malgré tes efforts et bons résultats, tu n'es jamais satisfaite. L'anxiété t'envahit quand tu dois agir, et tu te sens souvent inférieure, te jugeant et te critiquant. ...

APRÈS :

Tu honores qui tu es avec tes parts de lumières et d'ombres. Tu as conscience de tes valeurs et tu peux choisir de les incarner malgré le regard des autres. Tu retrouves un sentiment de sécurité intérieure, de confiance, de légitimité.

🐾 Ecouter votre intuition :

AVANT :

Lorsqu'une situation se présente et ne se déroule comme prévu, par exemple une chute de cheval, il t'arrive de te dire « Je le savais, je le sentais, ... ». Tu n'arrives pas à différencier ce qui te vient du mental ou de l'intuition. ...

APRÈS :

Tu honores qui tu es avec tes parts de lumières et d'ombres. Tu as conscience de tes valeurs et tu peux choisir de les incarner malgré le regard des autres. Tu retrouves un sentiment de sécurité intérieure, de confiance, de légitimité.

🐾 L'âme de l'accompagnement : capable de vous élever, toi et ton cheval

1. L'équipédagogie-Akita : une approche moderne qui se caractérise par :

- 🐾 **Une présence et une conscience accrue .**
- 🐾 **Une pratique équestre** qui privilégie, l'écoute et le plaisir partagé, sans compromettre la sécurité, l'intégrité physique et émotionnelle de chacun.
- 🐾 **Le respect de l'éthologie équine**, en s'appuyant sur une compréhension profonde des besoins et comportements du cheval.
- 🐾 **L'intégration des neurosciences**, pour enrichir la compréhension de la relation de soi à soi, humain-cheval.
- 🐾 **L'ouverture aux découvertes de la physique quantique**, qui révèlent l'impact de chaque intention, mouvement sur l'équilibre et la qualité de l'échange.

Marie-France Coppée

Rue de Gesves 191/1, 5350 Ohey ☎ +32(0)476 99 10 73 🌐 www.equintessence.be ✉ info@equintessence.be
TVA BE 0751 320 428 | IBAN BE79 8919 6405 6233 | BIC: VDSP BE 91



2. **La biomécanique de base** : pour dès le départ comprendre et respecter l'intégrité physique du cheval, en lui assurant une évolution physique et émotionnelle épanouissante.
3. **Un environnement sécurisant et inspirant** : A Modave (à proximité de Huy en Belgique), dans un écrin de nature à l'écart de l'agitation et à l'abri des regards indiscrets.
4. **Un accompagnement personnalisé en individuel et en petit groupe (4 max)**: pour d'assurer un accompagnement personnalisé ajusté à chaque membre du groupe, tout en enrichissant les échanges et la dynamique d'être ensemble.
5. **Des chevaux partenaires attentifs et expérimentés** : Fifi et Vine, initiés et travaillés régulièrement dans cette approche. Leur sensibilité et leur attention en font des partenaires idéaux pour progresser en confiance.
6. **Le partage avec la communauté "Entretiens Equestres"** : Cette communauté assure le lien entre les séances. Elle offre du support, enrichit les échanges, prolonge l'accompagnement.

Une approche empirique qui déploie ton potentiel

-  **S'accorder**, c'est t'aligner avec toi-même pour mettre du sens dans ta pratique et avancer avec justesse, clarté, motivation et plaisir.
-  **La posture intérieure**, c'est le fondement qui te permet d'agir avec justesse et précision. C'est cette base solide qui te guide vers la grâce et l'excellence.
-  **Les piliers de la sécurité**, te permettent d'avancer sereinement en respectant votre intégrité physique et émotionnelle à chacun.
-  **L'Initiation à Akiyogata** : est une initiation au travail aux longues rênes qui permet d'éduquer le cheval à l'auto-posture sans la contrainte du poids du cavalier.

Ces étapes sont expliquées de façon linéaire pour clarifier le processus, mais en réalité, tout évolue en spirale. Chaque étape est revisitée, encore et encore, dans un mouvement qui s'élève et progresse. C'est un cycle qui revient sur lui-même pour aller plus loin, en s'affinant à chaque tour. En éducation Akita, il n'y a pas de niveaux. On décompose les processus à leur forme la plus simple et concrète. Cela permet à chacun d'exceller, qu'il soit débutant ou confirmé, en avançant à son rythme, selon ses acquis.



La feuille de route de l'engagement

Mon accompagnement commence par un webinaire de présentation : les inscriptions sont ouvertes. Ce moment permet d'expliquer en détail mon offre et de répondre à toutes vos questions.

Si ma proposition t'a touchée, tu pourras t'inscrire à **une journée de découverte en présentielle** :

Vous vous inscrivez à une des 6 *dates prévues* : 11, 12, 13, 25, 26, 27 avril (*ouverture des inscriptions après le webinaire de présentation – réserve déjà une des dates dans ton agenda en cas où ...*)

Si tu es convaincue de l'approche, nous aurons **un entretien individuel d'une heure** avec moi (*à fixer dans la semaine après votre participation à la journée découverte*). Tu recevras un lien pour prendre rendez-vous après la journée découverte. Tu devras répondre à quelques questions pour que je puisse préparer l'entretien.

Ces deux étapes sont essentielles pour clarifier si je suis la bonne personne pour vous accompagner et si mes modalités correspondent à vos attentes. Pour moi, il est primordial que l'accompagnement réponde parfaitement à vos besoins.

Si nous décidons de nous engager ensemble, l'accompagnement se poursuit avec

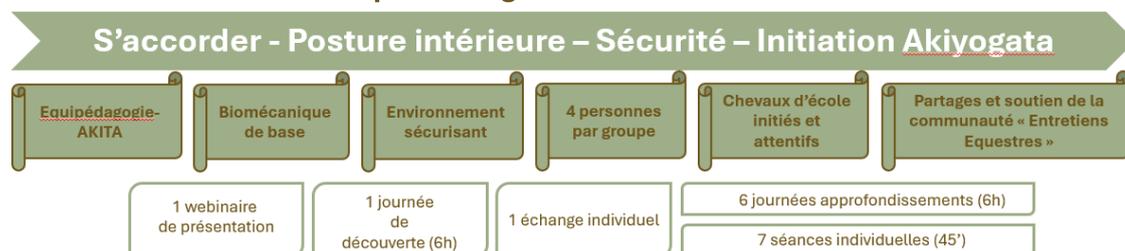
6 journées d'approfondissement en présentielle (*1jr/mois de mai à octobre – ouverture des inscriptions après le 5 mai 2025 - réserve déjà les dates potentielles dans ton agenda en cas où...*). Vous choisissez le vendredi, le samedi ou le dimanche et vous garder ce jour pour tous les approfondissements :

- 1 Votre jour choisi le WE du 23 mai
- 2 Votre jour choisi le WE du 20 juin
- 3 Votre jour choisi le WE du 25 juillet
- 4 Votre jour choisi le WE du 29 août
- 5 Votre jour choisi le WE du 12 septembre
- 6 Votre jour choisi le WE du 10 octobre

 **7 séances individuelles en présentielle** (*à planifier entre l'entretien et la fin des approfondissements*).

Cette année de lancement, le nombre d'inscription est limité à 12 personnes.

Des offres et des surprises garanties ...



Marie-France Coppée

Rue de Gesves 191/1, 5350 Ohey ☎ +32(0)476 99 10 73 ✉ www.equintessence.be ✉ info@equintessence.be
TVA BE 0751 320 428 | IBAN BE79 8919 6405 6233 | BIC: VDSP BE 91



Offre de lancement → -33%

Offre rapidité → -10% pendant 2 jours après la publication de l'évènement

Offre CO → -50% (non cumulable)

Offre navette → Organisation d'une navette entre la gare et le lieu du stage.

Offre petit budget → Si tu es prête à t'investir à 10000% mais que le prix est un frein pour toi, n'hésite pas à m'en parler. Dans la mesure du possible et dans certaines conditions nous pouvons trouver un arrangement.

La valeur de l'accompagnement

Le prix	Valeur 2025	Lancement	rapidité	CO
Offres		-33%	-10%	-50%
Journée découverte	150 €	100 €	90 €	75 €
Approfondissement	1.300 €	867 €	780 €	650 €

Les évènements, ...

- 1 [Webinaire de présentation \(24 mars à 20h\)](#) (gratuit - inscription obligatoire)
- 2 1 journée découverte
- 3 1 entretien individuel
- 4 6 journées d'approfondissement + 7 séances individuelles

Au moment de ton inscription à la journée découverte et aux Approfondissements tu seras invitée à choisir ton moyen de paiement.

L'ensemble des approfondissements est à payer en 1, 3 ou 6 fois (les paiements fractionnés engendrent un surcoût).

Une fois ton inscription confirmée par le paiement, tu recevras un mail de confirmation avec tous les détails nécessaires pour que l'évènement se passe dans les meilleures conditions.

La semaine avant une des dates de l'approfondissement, tu recevras un mail de rappel.

Des questions Appelle-moi

[Contact](#)

Marie-France Coppée

Rue de Gesves 191/1, 5350 Ohey ☎ +32(0)476 99 10 73 ☘ www.equintessence.be ☘ info@equintessence.be
TVA BE 0751 320 428 ☘ IBAN | BE79 8919 6405 6233 ☘ BIC: VDSP BE 91|

