

CARNET DU MEMBRE

2026 · 2027



« La joie fait progresser plus loin que la peur »

DANS CE CARNET

01	Bienvenue	3
02	Ta carte de membre en pratique	4
03	Règlement d'ordre intérieur 2026	6
04	Nos activités 2026-2027	10
05	Les dates de la saison	17
06	Tes données personnelles	19
07	Tes liens utiles	21

Ce carnet rassemble ta carte de membre, notre règlement d'ordre intérieur, les activités et les dates de la saison. Garde-le sous la main : tout ce qu'il te faut pour la saison est ici.

Version du 24 octobre 2026 · la version en ligne fait foi.

01

BIENVENUE

À partir du **1er novembre 2026**, la carte de membre devient nécessaire pour participer aux activités de l'ASBL : coachings, cours de groupe, stages. Le conseil d'administration l'a décidé le 22 octobre 2026.

Pourquoi ? Parce qu'une ASBL vit de ses membres. Ta carte, c'est ce qui te fait entrer officiellement dans l'association : tu es couverte par notre cadre (règlement, assurances, protection de tes données), tu as accès au tarif membre, et tu soutiens concrètement un projet qui met la joie et le bien-être, des chevaux comme des cavalières, au centre de tout.

Ici, chaque façon d'apprendre a sa place. Beaucoup de nos cavalières fonctionnent autrement : sensibilité aux bruits, besoin de repères, fatigue devant trop d'informations. Notre pédagogie est pensée pour elles, et elle convient à tout le monde : des séances au déroulé prévisible, une consigne à la fois et des supports visuels. Si quelque chose t'aide à te sentir bien accueillie, dis-le-moi : c'est déjà le début de notre travail ensemble.

Ce qui compte ici. Le droit de souffler, quand la tête ou le corps en ont besoin. L'autodérision, parce qu'on apprend mieux quand on ose rire de soi. Et surtout la joie, que nous remettons au centre de notre relation aux chevaux et à l'équitation.

« La joie fait progresser plus loin que la peur »

— *Anouchka* —

Ce dossier rassemble ce qu'il te faut : comment prendre ta carte, notre règlement d'ordre intérieur 2026, et un aperçu des activités de l'année. Si une question reste en suspens, je suis là : un message WhatsApp au 0498 15 96 74 (de 8 h à 20 h, sauf urgence) ou un mail à anouchka@abcoach.be suffit.

Anouchka

02

TA CARTE DE MEMBRE EN PRATIQUE

La carte coûte 15 € et reste valable 12 mois à partir de ton paiement.

À PARTIR DU 1ER NOVEMBRE 2026

TA CARTE DE MEMBRE



Elle devient nécessaire pour participer aux coachings, aux cours de groupe et aux stages de l'ASBL. C'est elle qui fait de toi une membre de l'association.

1 · LA FICHE

Remplis la fiche d'inscription membre
(lien dans le post)

2 · LE VIREMENT

BE79 0020 0043 4333
communication : MEMBRE + nom et prénom

SANS CARTE

La séance découverte, les webinaires gratuits, les formations en ligne et la participation occasionnelle à un stage

CARTE DE MEMBRE · 12 MOIS

15 €

10 € pour un 2e membre de la famille

Valable 12 mois à partir du paiement · tarif membre sur les stages

La licence (assurance) reste à part : celle de ton club, ou via l'ASBL

La joie fait progresser plus loin que la peur

QUESTIONS : 0498 15 96 74

	MONTANT	VALIDITÉ
Premier membre d'une famille	15 €	12 mois à partir du paiement
Membre suivant de la même famille	10 €	12 mois à partir du paiement

Pour devenir membre, deux gestes :

1. Remplis la [fiche d'inscription membre](#) (coordonnées, accord sur le règlement, droit à l'image).
2. Verse ta cotisation sur le compte **BE79 0020 0043 4333** d'Anouchka Bednarek Coaching ASBL, avec la communication : **MEMBRE + ton nom et prénom**.

Ta carte est active dès réception du paiement.

Ce qui ne demande pas de carte : la séance découverte, les webinaires gratuits, les formations en ligne et la participation occasionnelle à un stage (au tarif non-membre).

Ce que la carte t'apporte : le tarif membre sur les stages (70 € la journée au lieu de 80 €) et l'accès à toutes les activités de l'ASBL.

Et l'assurance ? C'est une question séparée. Pour monter, tu dois être couverte par une licence d'une fédération équestre reconnue. Tu as déjà une licence dans un autre club ? Elle te couvre, et tu peux prendre la carte seule. Sinon, tu peux prendre ta licence via l'ASBL, affiliée en 2026 à la Fédération Francophone d'Équitation (25 €).

03

RÈGLEMENT D'ORDRE INTÉRIEUR 2026

Approuvé par le conseil d'administration le 22 octobre 2026, en vigueur le 1er novembre 2026. Il remplace le ROI du 1er mars 2025.

Anouchka Bednarek Coaching ASBL (ABC asbl) · Hautgné 50, 4140 Sprimont · BE 1018.214.245 · RPM Liège · WhatsApp 0498 15 96 74 · abccasbl@abcoach.be · compte BE79 0020 0043 4333

PRÉAMBULE

Le présent Règlement d'Ordre Intérieur (ROI) définit les règles de fonctionnement interne d'Anouchka Bednarek Coaching ASBL, en complément de ses statuts. Il s'applique à tous les membres, adhérents, participants, volontaires et utilisateurs des services proposés par l'ASBL. Les statuts complets sont publiés au [Moniteur belge](#).

INFORMATIONS GÉNÉRALES

Nom : Anouchka Bednarek Coaching ASBL (en abrégé ABC asbl). Numéro d'entreprise : 1018.214.245. Siège social : Hautgné (DLX) 50, 4140 Sprimont, Belgique.

Objet de l'ASBL : la promotion du sport en général et de l'équitation western en particulier ; la promotion des races équines américaines (Quarter Horse, Paint Horse, Quarter Pony) ; la promotion et l'éducation au bien-être animal et équin ; la promotion du mieux-être humain grâce aux sports équestres et au contact avec les équidés ; la promotion de la protection et du respect de la nature et de l'environnement.

Mode d'action : l'organisation d'activités liées à la pratique de l'équitation, en particulier l'équitation western ; l'entraînement de cavaliers compétiteurs, la préparation de chevaux à la compétition et l'encadrement en concours ; la reconnaissance officielle de la race Quarter Pony en Belgique ; l'organisation d'activités liées à l'équitation adaptée et au handisport ; l'ensemble des activités équestres au sens large (cours, coaching, entraînements, mentoring, stages, recherche-action, compétition, formation, hébergement, soins et revalidation d'animaux, élevage, promotion de techniques éducatives ou de soin, création et vente de matériel équestre, d'alimentation et de produits de soins pour équidés et cavaliers, de matériel pour infrastructures équestres et toute autre activité liée au milieu équestre) ;

l'organisation de cours, de formations et de recherche-action en matière de bien-être animal, de mieux-être humain, d'éco-citoyenneté, d'éco-consommation et de protection de l'environnement.

ARTICLE 1 : CATÉGORIES DE MEMBRES

L'ASBL est composée de membres effectifs, adhérents, de soutien et d'honneur.

ARTICLE 2 : ADHÉSION ET EXCLUSION

L'adhésion en tant que membre effectif se fait par décision du conseil d'administration à la majorité des 2/3 des administrateurs présents ou valablement représentés.

L'exclusion d'un membre effectif est de la compétence de l'assemblée générale, statuant au scrutin secret et à la majorité des 2/3 des membres présents ou valablement représentés.

L'exclusion d'un membre adhérent, de soutien ou d'honneur peut être prononcée par le conseil d'administration ou le représentant journalier, à la majorité simple des voix des administrateurs présents ou valablement représentés.

ARTICLE 3 : ASSEMBLÉE GÉNÉRALE

L'assemblée générale est composée de tous les membres effectifs. Elle se réunit au moins une fois par an, dans le courant du premier semestre qui suit la fin de l'exercice social. Les convocations sont envoyées par le conseil d'administration par lettre ordinaire ou par e-mail au moins huit jours avant l'assemblée, avec l'ordre du jour. Chaque membre effectif dispose d'une voix et peut se faire représenter par un autre membre effectif au moyen d'une procuration écrite.

ARTICLE 4 : VOLONTARIAT

L'ASBL peut faire appel à des volontaires pour l'aider dans ses activités. Les volontaires respectent le présent ROI et les consignes des responsables de l'ASBL. Une convention de volontariat peut préciser les missions, les responsabilités et les droits de chacun.

Les volontaires sont assurés par la fédération à laquelle l'ASBL est affiliée (en 2026 : la Fédération Francophone d'Équitation, n° d'hippoclub 15 976-50).

Les volontaires peuvent bénéficier d'un défraiement selon les modalités suivantes : choix annuel entre le remboursement des frais réels sur base de justificatifs, ou un défraiement forfaitaire.

ARTICLE 5 : ESPRIT DE BÉNÉVOLAT

L'ASBL est animée par un esprit de bénévolat et d'entraide. Membres et volontaires agissent sans esprit de lucre, dans un esprit de partage de savoirs et de compétences, afin de contribuer à la réalisation de

l'objet social. Chacun s'engage à mettre ses compétences et son temps au service de l'association, dans la mesure de ses possibilités et de ses disponibilités.

ARTICLE 6 : DOPAGE

Conformément à la législation en vigueur, l'ASBL lutte contre le dopage et promeut l'éthique sportive. Elle informe ses membres des règles en la matière, des substances interdites et des procédures de contrôle, et se réserve le droit de sanctionner tout membre qui se rendrait coupable de dopage.

ARTICLE 7 : COMPORTEMENT ET RESPECT

Chaque membre adopte un comportement respectueux envers les autres membres, les animaux, les installations et l'environnement. Toute forme de harcèlement, discrimination, violence ou intimidation est strictement interdite. Les consignes de sécurité des encadrants sont impératives, et chacun veille au bien-être des chevaux.

ARTICLE 8 : UTILISATION DES INSTALLATIONS

L'utilisation des installations (pistes, écuries, coin détente, etc.) est soumise au règlement de l'espace pension, publié à côté du présent ROI et affiché aux écuries, au pansage et aux pistes. Chacun maintient les installations propres et en bon état. Tout dommage doit être signalé et réparé par son auteur ou, à défaut, par l'ASBL aux frais de l'auteur.

ARTICLE 9 : BIEN-ÊTRE ANIMAL

Les membres respectent le bien-être animal et appliquent les principes d'une équitation respectueuse du cheval. Toute méthode d'entraînement ou de soin cruelle ou inappropriée est interdite. Tout acte de maltraitance entraîne des sanctions, pouvant aller jusqu'à l'exclusion de l'ASBL.

ARTICLE 10 : SÉCURITÉ

Le port du casque est obligatoire pour toute personne montant à cheval. Des équipements adaptés sont recommandés (gilet de protection, chaussures à talon, etc.). Les consignes de sécurité spécifiques doivent être scrupuleusement respectées.

ARTICLE 11 : COTISATIONS ET FRAIS DE PARTICIPATION

Les membres s'acquittent de leur cotisation annuelle dans les délais fixés par l'ASBL. Les frais de participation aux activités (cours, stages, compétitions, etc.) sont communiqués lors de l'inscription. Tout retard de paiement peut entraîner la suspension de l'accès aux activités de l'ASBL.

ARTICLE 12 : ASSURANCES

L'ASBL souscrit une assurance responsabilité civile pour couvrir les dommages causés par ses activités. Elle est affiliée à une fédération équestre reconnue (en 2026 : la Fédération Francophone d'Équitation, n° d'hippoclub 15 976-50).

La fédération couvre ses membres en RC en tant qu'animateur, conseiller, moniteur ou coach s'ils sont bénévoles (volontaires). Si des cours ou conseils sont payés à un hippoclub affilié, celui qui les donne bénévolement, sans salaire, est couvert en RC par la fédération s'il en est membre. Les volontaires non membres peuvent être couverts en RC sous condition, par exemple lors d'une activité organisée en partenariat avec la fédération.

Chaque cavalier doit être couvert par une licence d'une fédération équestre reconnue : FFE, LEWB ou toute autre fédération équestre. Cette licence peut être prise par l'intermédiaire de l'ASBL, au tarif en vigueur.

ARTICLE 13 : PROTECTION DES DONNÉES ET DROIT À L'IMAGE

L'ASBL traite les données personnelles de ses membres conformément au Règlement général sur la protection des données (RGPD), uniquement pour la gestion de ses activités. Aucune image d'un membre n'est utilisée sans son accord écrit. Cet accord peut être retiré à tout moment.

ARTICLE 14 : RÈGLEMENT DES CONFLITS

Tout litige ou conflit au sein de l'ASBL est signalé au conseil d'administration, qui s'efforce de trouver une solution amiable. En cas de désaccord persistant, les parties peuvent recourir à une médiation ou à toute autre forme de règlement alternatif des conflits.

ARTICLE 15 : MODIFICATION DU ROI

Le présent ROI peut être modifié par le conseil d'administration à la majorité simple. Toute modification est portée à la connaissance des membres par affichage ou par voie électronique.

ARTICLE 16 : ENTRÉE EN VIGUEUR

Le présent ROI entre en vigueur le 1er novembre 2026.

Fait à Sprimont, le 22 octobre 2026. Pour le conseil d'administration, Anne Bednarek, administratrice déléguée à la gestion journalière.

04

NOS ACTIVITÉS 2026-2027

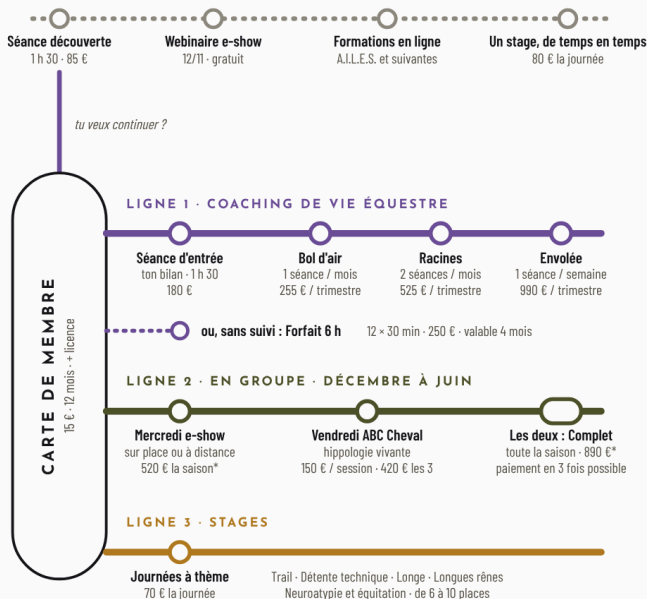
Avec ta carte, tu as accès à tout ce que propose l'ASBL cette saison.

SAISON 2026-2027 · ABC ASBL

ABC - LE PLAN

Où que tu en sois, il y a une station pour toi.

DÉCOUVRIR · SANS CARTE



∞ À chaque station, chaque façon d'apprendre est la bienvenue.

* tarif jusqu'au 15/11, ensuite 560 € et 940 € - cours de groupe : paiement possible en 3 fois - tarifs membres

Anouchka

UNE QUESTION : 0498 15 96 74

PARCOURS CAVALIER·E

Respirer, s'ancrer, s'envoler. Par trimestre, à distance ou sur le site de l'ASBL.

BOL D'AIR

Le plaisir simple d'un moment avec le cheval, rien qu'à toi

255 €

par trimestre

1 séance par mois

1 analyse vidéo

Suivi mensuel

RACINES

Aller plus profond, comprendre comment tu fonctionnes, et t'y sentir chez toi

525 €

par trimestre

2 séances par mois

1 analyse vidéo par mois

Suivi toutes les 2 semaines

ENVOLÉE

La passion, en liberté

990 €

par trimestre

1 séance par semaine

2 analyses vidéo par mois

Suivi chaque semaine

DANS LES TROIS FORMULES

Ton profil personnel · programmes en ligne et fiches techniques · exercices personnalisés ·
-20 % sur les formations en ligne · -15 % sur les stages · priorité sur les cours de groupe

Anouchka

TARIFS MEMBRES · 0498 15 96 74

DÉCEMBRE → JUIN · PLACES LIMITÉES

COURS DE GROUPE



LE MERCREDI · E-SHOW

18 h 30 - 20 h 30, une semaine sur deux
Entraînement et enregistrement en alternance · 6 places

LE VENDREDI · ABC CHEVAL

19 h - 20 h, trois vendredis par mois
Hippologie vivante : nommer, observer, ressentir, voir bouger, agir · 10 places

PACK SAISON

JUSQU'AU 15/11

ENSUITE

E-SHOW SAISON

14 mercredis · 28 h

520 €

560 €

ABC CHEVAL - HIPPOLOGIE VIVANTE

18 vendredis · 3 sessions · fiches comprises

420 €

150 €/session

COMPLET

32 séances · 48 h · 1 analyse vidéo offerte

890 €

940 €

Paiement possible en 3 fois · réservé aux membres (carte + licence FFE) · hors vacances scolaires

Anouchka

RÉSERVER : 0498 15 96 74

ACTIVITÉ

EN BREF

TARIF MEMBRE

Coaching de vie équestre

On évalue tous les paramètres de ton identité équestre, et ceux du cheval de ton choix : ce qui t'aide à progresser, ce qui te freine, et ce dont tu as besoin pour apprendre. 1 h d'évaluation, puis 30 min de débriefing pour t'expliquer les résultats de l'analyse : tu reçois ton plan d'apprentissage sur mesure dans la semaine qui suit. Sur place ou en vidéo ; elle ouvre la voie aux Parcours

180 € (90 € déduits si tu prends un Parcours dans les 30 jours)

ACTIVITÉ	EN BREF	TARIF MEMBRE
Parcours cavalier-e · Bol d'air	1 séance par mois, 1 analyse vidéo, suivi mensuel	255 € / trimestre
Parcours cavalier-e · Racines	2 séances par mois, 1 analyse vidéo par mois, suivi toutes les 2 semaines	525 € / trimestre
Parcours cavalier-e · Envolée	1 séance par semaine, 2 analyses vidéo par mois, suivi chaque semaine, places limitées	990 € / trimestre
Séance découverte (non-membre)	1 h 30 pour se rencontrer, sans carte de membre, sur place ou en vidéo : accueil, travail au sol et monté, puis un échange. Les membres passent par le forfait ou un Parcours	85 € les 1 h 30 sur place · en vidéo : 85 € HTVA + TVA selon ton pays de résidence (Belgique 21 % : 102,85 €)
Forfait 6 h (ou 12 × 30 min)	Flexibilité & simple plaisir : des séances individuelles sans suivi entre les cours, valables 4 mois à partir du paiement. Pour monter à ton rythme, séance par séance ; si tu veux un accompagnement suivi entre les cours, choisis un Parcours	250 €, réservé aux membres. 3 forfaits pour un an : 675 € au lieu de 750 € (-10 %), payés en une fois et utilisés l'un après l'autre sur 12 mois
E-show · Pack Saison (mercredi)	14 mercredis de 18 h 30 à 20 h 30, de décembre à juin, en alternance entraînement puis enregistrement ; avec ton cheval ou un cheval du club ; 6 places	520 € jusqu'au 15/11, puis 560 €
Team e-show à distance	Visio de groupe le mercredi d'entraînement et retour sur chacune de tes vidéos	520 € jusqu'au 15/11, puis 560 €
ABC Cheval – Hippologie vivante (vendredi)	Théorie pratique au contact du cheval, de 19 h à 20 h, 10 places, à partir de décembre 2026	150 € la session · 420 € les trois

ACTIVITÉ	EN BREF	TARIF MEMBRE
Pack Complet (mercredi + vendredi)	Toute la saison	890 € jusqu'au 15/11, puis 940 €
Stages adultes	Explorer & approfondir : une journée, un thème, pour découvrir ou pour aller au fond du sujet. Maniabilité et Trail, Détente technique, Longe, Neuroatypie et équitation, Longues rênes ; de 6 à 10 places selon le stage	70 € la journée (non-membre : 80 €). Pack 3 stages d'1 jour : 190 €, payé en une fois ; nominatif, il ne peut pas être cédé
Webinaire e-show	Jeudi 12 novembre 2026 à 20 h, en visio	Gratuit, sans carte
Formations en ligne	A.I.L.E.S. et les suivantes	Sans carte de membre

Quand les nouveaux formats s'appliquent. Pour les nouveaux membres : dès à présent. Pour les membres actuels : dès la fin de leur forfait en cours. Pour tout le monde : passage définitif le 1er janvier 2027. Les forfaits en cours au 24 octobre 2026 restent valables jusqu'à leur échéance, selon la validité prévue lors de leur achat ; ils peuvent se cumuler avec une nouvelle formule et ses réductions. Le règlement d'ordre intérieur 2026, lui, s'applique à tous à partir du 1er novembre 2026. Pendant cette période de transition, ton espace personnalisé peut encore être ajusté, et quelques bugs corrigés : si quelque chose ne fonctionne pas comme prévu, un message suffit.

Le Parcours cavalier-e · Cap & accompagnement, dans ses trois formules : tu as un cap, et je t'accompagne pour le tenir, entre les cours aussi. Chaque formule réunit le sport, la technique, la compréhension (du cheval et de toi-même) et le sens de ce que tu fais. Tu y trouves ton espace de suivi personnel en ligne (ton profil, tes bilans de séance, tes vidéos commentées et ton programme), des programmes en ligne et des fiches techniques, des exercices personnalisés, -20 % sur les formations en ligne, -15 % sur les stages et la priorité sur les cours de groupe. Même tarif à distance et sur le site de l'ASBL. Paiement annuel anticipé : -10 % (remises non cumulables).

Les packs de groupe - Bâtir & s'inspirer : un rendez-vous chaque semaine pour bâtir du solide, et t'inspirer des autres couples. Ils se paient en une fois ou en trois fois (à l'inscription, début janvier, début mars). Pour l'e-show, les frais d'inscription des organisateurs (OHSA, AFQP, Let's Get Ranchy, APHA...) ne sont pas compris : ils se paient directement à chaque organisateur, selon son propre règlement.

Coaching en vidéo et TVA. Les séances données sur place sont exonérées de TVA (enseignement du sport). Les séances en vidéo y sont soumises : la TVA s'applique selon ton pays de résidence (21 % en Belgique ; pour un autre pays de l'Union européenne, le taux de ce pays).

NOS CRÉATIONS ET NOTRE MARQUE

Tout ce qui est créé et partagé avec toi est protégé par le droit d'auteur et le droit des marques. Ces créations appartiennent à Anouchka Bednarek, leur autrice, qui en accorde à l'ASBL un large droit d'usage. Cela comprend :

- **les contenus** : fiches techniques, programmes, exercices, modèles de bilan, analyses, supports de cours et de stage, textes, schémas, visuels ;
- **les formations en ligne et les webinaires** : vidéos, audios, documents téléchargeables, et les enregistrements des séances en visio ;
- **les méthodes, programmes et formules créés par Anouchka** : Slow Equine Education, le Coaching de vie équestre, T.R.A.I.L.S., A.I.L.E.S., A.R.E.N.A., et la marque déposée 4goodhorse® ;
- **l'identité de l'ASBL** : le nom, nos logos et toutes leurs déclinaisons (le cheval et la cavalière, l'écusson à la rune, l'avatar rond), la charte graphique et le slogan ;
- **les photos et vidéos prises par l'ASBL**, et le site leschevaux.be.

Ce que tu peux faire : utiliser tout cela pour toi, pour progresser avec le cheval, autant que tu veux, et en parler librement autour de toi en citant la source.

Ce qui demande un accord écrit préalable d'Anouchka : copier, transférer ou publier ces contenus ; les enseigner ou les utiliser dans tes propres cours ; t'en servir à des fins commerciales ; utiliser nos noms, notre marque ou notre logo ; enregistrer ou filmer un cours,

un webinaire ou une séance en visio. Tes accès aux formations en ligne et à ton espace de suivi sont personnels : ne les partage pas.

Ce qui reste à toi : tes données et tes bilans, dont tu peux recevoir une copie à tout moment (voir « Tes données personnelles »), et les vidéos que tu filmes toi-même de ton travail. Si tu nous en envoies une pour analyse, elle sert à ton suivi ; nous ne la publions qu'avec ton accord (usage B). Il en va de même pour tes témoignages : jamais publiés sans ton accord.

Ce que nous empruntons : quand un outil ou une idée vient d'un autre auteur, nous le citons toujours. Les trois feux, par exemple, viennent de Warwick Schiller. Rendre à chacun ce qui lui revient fait partie de notre façon d'enseigner, et te permet d'aller plus loin en lisant l'auteur.

« La joie fait progresser plus loin que la peur »

— *Andouchka* —

05

LES DATES DE LA SAISON

SAISON 2026 - 2027

LES DATES DES COURS

ABC CHEVAL - HIPPOLOGIE VIVANTE · LA PROGRESSION DU VENDREDI



MOIS	MERCREDI E-SHOW	VENDREDI	ÉTAPE
Décembre	2 · 16	4 · 11 · 18	1 Nommer
Janvier	6 · 20	8 · 15	2 Observer
Février	3 · 17	5 · 12 · 19	2 Observer · 3 Ressentir
Mars	10 · 24	12 · 19	3 Ressentir · 4 Voir bouger
Avril	7 · 21	2 · 9 · 16	4 Voir bouger · 5 Agir
Mai	12 · 26	14 · 21	5 Agir
Juin	9 · 23	4 · 11 · 18	5 Agir · la fête le 18 !

MERCREDI 18 H 30 - 20 H 30

1^{re} date du mois : entraînement · 2^e date :
enregistrement

VENDREDI 19 H - 20 H

ABC Cheval - Hippologie vivante · 3 sessions de 6
séances · 10 places · hors vacances scolaires

Andoukka

HAUTGNÉ 50 · PRIMONT

SAISON 2026-2027 · HAUTGNÉ, SPRIMONT

STAGES & ÉVÉNEMENTS

Une journée, un thème, un petit groupe : le temps d'approfondir, avec le cheval.

NOV. 2026

JEU 12

Webinaire e-show

20 h - en visio - gratuit

DIM 15

Longe

FÉVR. 2027

SAM 13

Longe technique & biomécanique

MAI 2027

SAM 8 - DIM 9

Les bases western

4 disciplines au sol - week-end

DIM 23

Longe technique & biomécanique

AOÛT 2027

SAM 28 - DIM 29

Longues rênes

week-end

NOV. 2027

SAM 13

Détente technique

DÉC. 2026

SAM 19 - DIM 20

Maniabilité & Trail

week-end - in hand ou monté

MARS 2027

DIM 7

Détente technique

SAM 20 - DIM 21

Maniabilité & Trail

week-end

JUIN 2027

SAM 12 - DIM 13

Maniabilité & Trail

week-end

SAM 26

Détente technique

SEPT. 2027

SAM 11

Longe technique & biomécanique

SAM 18 - DIM 19

Maniabilité & Trail

week-end

JANV. 2027

DIM 17

Neurotypie & équitation

niveau 1

AVRIL 2027

SAM 3 - DIM 4

Longues rênes

week-end

SAM 17

Neurotypie & équitation

niveau 2 - après le niveau 1 ou en coaching

JUIL. 2027

DIM 11

Neurotypie & équitation

niveau 3

SAM 24 - DIM 25

Les bases western

la légèreté montée - week-end

OCT. 2027

SAM 9 - DIM 10

Découverte équitation western

week-end

70 € la journée

membres - 80 € non-membres - de 6 à 10 places
accueil 9 h 30 - en piste 10 h - fin vers 16 h 30 - 17 h

Dates indicatives : un stage peut être déplacé ou annulé (météo, nombre d'inscrites, imprévu équestre). Inscriptions stage par stage, sur l'événement Facebook et WhatsApp.

Anuschkika

RÉSERVER : 0498 15 96 74

06

TES DONNÉES PERSONNELLES

Quand tu deviens membre, tu nous confies des informations sur toi. Voici, simplement, ce que l'ASBL en fait. C'est le détail de l'article 13 du règlement, comme le prévoit le Règlement général sur la protection des données (RGPD).

Qui est responsable de tes données ? Anouchka Bednarek Coaching ASBL, Hautgné (DLX) 50, 4140 Sprimont, BCE 1018.214.245. Pour toute question sur tes données : abcasbl@abcoach.be.

Ce que nous gardons. Tes nom, prénom et coordonnées, ta date de naissance si le formulaire la demande, ton numéro de licence et ta fédération, les informations sur le cheval avec lequel tu travailles, tes paiements, et les notes de suivi de tes séances. Si tu choisis de nous parler d'un besoin particulier, de ta santé ou de ta façon de fonctionner (neuroatypie, par exemple) pour que l'on adapte l'accompagnement, nous ne le notons qu'avec ton accord explicite, et tu peux le retirer quand tu veux.

Pourquoi. Pour gérer ton adhésion et tes inscriptions (c'est le contrat qui nous lie), pour la comptabilité et les assurances (ce sont des obligations légales), et pour te prévenir des activités de l'ASBL. Les photos et vidéos où l'on te reconnaît ne sont utilisées qu'avec ton accord écrit, usage par usage.

Qui les voit. Anouchka et, quand c'est nécessaire à leur mission, les personnes qui encadrent les activités. Certaines données passent par nos outils et partenaires : la fédération et l'assureur (licence, sinistre), notre logiciel de comptabilité, et Google pour les formulaires et l'agenda de rendez-vous. Nous ne vendons ni ne prêtons jamais tes données.

Combien de temps. Ton dossier de membre est gardé pendant ton adhésion, puis fermé et effacé au plus tard deux ans après la fin de ta carte. Seules les factures restent dans la comptabilité de l'ASBL, sept ans, comme la loi l'exige : elles ne servent plus qu'à cela.

Tes droits. Tu peux à tout moment consulter tes données, les faire corriger ou effacer, t'opposer à un usage, en recevoir une copie, et retirer un accord donné (photos, informations de santé, nouvelles de l'ASBL). Un simple mail à abcasbl@abcoach.be suffit ; nous répondons dans le mois. Si tu n'es pas satisfaite de notre réponse, tu peux t'adresser à l'Autorité de protection des données (autoriteprotectiondonnees.be).

TES PHOTOS ET VIDÉOS

Pendant les séances et les stages, je prends parfois des photos et des vidéos : souvent, une image fait comprendre en une seconde ce que mille explications n'ont pas fait passer. Tu choisis, usage par usage, dans le formulaire d'accord :

- **A. Usage interne et pédagogique** : tes bilans, l'analyse de séance, ton espace de suivi en ligne.
- **B. Communication de l'ASBL** : le site, les réseaux sociaux, les visuels de stage. Tu peux l'accepter seulement si tu n'es pas reconnaissable, et choisir si ton prénom accompagne l'image.
- **C. Soins du cheval** : les échanges avec la vétérinaire, le maréchal-ferrant ou l'ostéopathe.

Dire non ne change rien à ton adhésion : tu restes membre comme les autres, simplement sans image de toi en dehors de ce que la séance demande. En stage, si tu ne veux apparaître sur aucune photo, dis-le en arrivant. Pour une personne de moins de 18 ans, l'accord est donné par un parent.

Tes accords signés sont rangés dans ton dossier de membre, où tu peux les consulter à tout moment. Tu changes d'avis ? Un message suffit : on note la date du retrait, et les images concernées sont retirées de nos supports en ligne. Ce qui a déjà été imprimé ou partagé par d'autres ne peut pas être rappelé.

07

TES LIENS UTILES

POUR...	LE LIEN
Devenir membre ou renouveler ta carte	Fiche d'inscription membre
Devenir volontaire de l'ASBL	Dans la même fiche d'inscription membre : coche « OUI » à la question volontariat et remplis la convention de volontariat liée. Tu es volontaire, et couverte par l'assurance volontaires, une fois la convention signée par toi et par l'ASBL.
T'inscrire à un stage	Formulaire d'inscription aux stages
Réserver une séance découverte, un coaching ou une visite	Agenda de rendez-vous
Retrouver tous les tarifs	Le tableau « Nos activités 2026-2027 » de ce dossier
Une question	Un message WhatsApp au 0498 15 96 74 (de 8 h à 20 h, sauf urgence) ou un mail à anouchka@abcoach.be

Les dates et inscriptions sont publiées sur la page Facebook de l'ASBL et dans les groupes WhatsApp. Pour toute question : un message WhatsApp au 0498 15 96 74 (de 8 h à 20 h, sauf urgence) ou un mail à anouchka@abcoach.be.

« La joie fait progresser plus loin que la peur »

— Anouchka —

ANOUCHKA BEDNAREK COACHING ASBL

Hautgné (DLX) 50 · 4140 Sprimont · Belgique

BCE 1018.214.245 · RPM Liège

WhatsApp 0498 15 96 74 (de 8 h à 20 h, sauf urgence)

anouchka@abcoach.be · abcasbl@abcoach.be

leschevaux.be

Version du 24 octobre 2026 · la version en ligne fait foi.