

# Canisport Mag'

*Le magazine de la FSLC*



**DOSSIER**

**Prendre un bon départ**



**VETO**

**Coup de chaud**



**ZOOM**

**Canipaddle**



**FSLC**



Fédération des Sports et Loisirs Canins

**Numéro 6 — juin 2018**





**Directeur de la publication : Yvon Lasbleiz, Président de la FSLC**

**Coordinatrice : Ségolène Travichon**

**Equipe de rédaction : David Fermé, Mathilde de Munter**

**Comité de rédaction : Véronique Audejean**

**Contributeurs à ce numéro : Emmanuelle Cottin, Alexandra Viste**

**Droits d'auteurs : ©FSLC – Fédération de Sport et Loisir Canin**

**Magazine gratuit – ne peut être vendu**

*Fédération des Sports et Loisirs Canins*

Crédit photo de couverture : Gwénaëlle SAGORY avec Frédérique et Genna en action

Un numéro 6 qui mixe le plaisir, la compétition, les portraits parce que le canicross c'est tout cela : des gens, des toutous respectés dans nos pratiques de loisir et de compétition pour notre plus grand bonheur.

Nous avons choisi, à la demande de plusieurs de nos lecteurs, de vous présenter les acteurs de la fédération, ils travaillent très souvent dans l'ombre et pourtant ils sont essentiels. Nous commençons par notre président, Yvon Lasbleiz, honneur à lui évidemment ! et par deux femmes très actives : Emmanuelle Cottin, notre vétérinaire et Chantal Lopez, coordinatrice du calendrier. Les prochains numéros vous présenteront d'autres acteurs majeurs.

D'autres portraits dans ce numéro, dont celui de Titouan pour faire aussi honneur à tous les photographes qui nous inondent de photos à chaque compétition, nous adorons tous ça ! Côté compétition, le choix s'est porté sur un moment essentiel : le départ, nous vous présentons ainsi quelques conseils avec comme conseillère particulière, une grande championne de canivtt, Anne Fulleringer.

Nous continuons à vous présenter l'un de nos clubs, les carnivores pour ce numéro 6 et à vous faire partager en image un magnifique défi qui s'est tenu à Gap.

Côté plaisir, avec les beaux jours et la pause estivale pour beaucoup, une fois n'est pas coutume, nous vous parlerons d'une discipline hors fédé, le canipaddle et que cela vous donne envie de vous jeter à l'eau !

Enfin, un petit mot sur la couverture, après le canicross, la canitrottinette, les jeunes et les moins jeunes mais surtout uniquement des hommes, voilà enfin une couverture féminisée avec Frédérique et Genna en pleine action, merci à Gwénaëlle Sagory pour ce magnifique cliché.

Ségolène Travichon

## Sommaire

<b>EDITO .....</b>	<b>3</b>
<b>PORTRAITS.....</b>	<b>4</b>
<b>UN JOUR, UNE COURSE : ASPTT Gap .....</b>	<b>6</b>
<b>DU COTE DES CLUB : Les Canivores.....</b>	<b>8</b>
<b>PORTRAITS .....</b>	<b>9</b>
<b>Véto : COUP DE CHAUD .....</b>	<b>11</b>
<b>UN JOUR, UNE COURSE - Les GVT.....</b>	<b>12</b>
<b>PORTRAITS .....</b>	<b>13</b>
<b>ENTRAINEMENTS : les DEPARTS.....</b>	<b>14</b>
<b>LOISIR : - Le canipaddle.....</b>	<b>18</b>
<b>COIN DETENTE .....</b>	<b>20</b>

## Portrait Emmanuelle Cottin, vétérinaire fédérale

**Âge:** 38 ans

**Pratique :** je cours avec mes chiens depuis plus de 25 ans et pratique le canicross en compétition depuis 2012.



**Discipline de prédilection :** canicross

**Diplômes obtenus :**

- Docteur en médecine vétérinaire, 2005
- DE physiothérapie, rééducation fonctionnelle, médecine sportive
- Diplôme en aromathérapie, Kiné Lille Formation.

**Définition de mon rôle de vétérinaire fédérale :**

Mettre à profit mon expertise en santé animale afin que les conditions de courses soient les plus adaptées au bien être du chien, afin de permettre à la Fédération de répondre aux exigences sanitaires de manifestations de plus en plus importantes en nombre de binômes et enfin, le rôle qui me tient le plus à cœur c'est d'être sur le terrain, afin de soigner vos chiens si nécessaire et d'être à l'écoute des besoins des adhérents en matière de santé animale et médecine sportive.

**Projets du moment :**

- terminer l'étude clinique en cardiologie chez le greyster
- myoglobinurie du chien à l'effort
- prévenir et être attentive au dopage volontaire ou non dans nos disciplines
- etc...car il y en a beaucoup

## Portrait

### Chantal Lopez, membre du comité directeur et coordinatrice du calendrier

**Âge :** 59 ans, une future V3 !

**Pratique depuis :** 7 ans, vient de la course à pied (pratique du cross, trail, ultratrail), découverte du canicross sur un téléthon

**Discipline de prédilection :** canicross

**Titres obtenus :** finaliste championnat de France en cross, 10km, marathon, semi-marathon, 100km route (4<sup>ème</sup> place au niveau français), 200km ultratrail, niveau national de judo également ! Championne fédérale plusieurs années au trophée fédéral, 4<sup>ème</sup> aux euro en 2015.

**Définition de mon rôle de responsable du calendrier :** Je réceptionne le dossier d'inscription des courses au calendrier, je vérifie qu'il est bien complet avant de l'envoyer pour la mise en ligne sur le site internet. Je vérifie aussi certaines informations par rapport au cahier des charges fédéral (les distances notamment, les horaires entre les courses, coordonnées de l'organisation). Je transmets le nom des juges au responsable des juges (Jacques Adam, que nous vous présenterons également !). Je reçois également les chèques d'inscription au chien d'or. Je réceptionne aussi les affiches et les bulletins d'inscription pour leur mise en ligne sur le site de la fédération. Je suis un peu le centre de tri !

Par contre, je ne fais pas la mise en ligne, je ne gère pas les juges, ni les assurances (je le précise car on me pose souvent la question).

Quand la ligne de la compétition est encore blanche c'est que le dossier est incomplet.



*Chantal et Girouette au GVT,  
petite chienne adoptée à la SPA,  
dite Gigi.*



## Portrait Yvon Lasbleiz, Président

**Age :** 65 ans

**Pratique depuis :** 1990 en canicross et 2014 en canivtt

**Discipline de prédilection :** actuellement canivtt, mais par le passé canicross et dans le lointain course à pied.

**Titres obtenus :** multiples podiums nationaux et internationaux dans toutes les disciplines, toutes catégories et fédérations comprises...

**Définition de mon rôle de président :** je pense que bien des personnes n'imaginent pas ce qu'est réellement mon rôle : tout d'abord c'est accepter de prendre la responsabilité de ce poste, je me dois surtout de faire vivre au quotidien la FSLC et ainsi régler chaque jour un nombre important de problèmes. Je dois veiller à ce qu'elle fonctionne correctement et surtout la faire progresser, je suis actuellement président à temps complet d'où mon nouveau métier en tant que retraité ! En effet, mes journées sont consacrées à la fédération pour répondre au développement très important du sport monochien. Je suis le responsable légal de la fédération et j'ai ainsi de nombreuses sollicitations vis à vis de cette fonction. Enfin je supervise tous les domaines d'interventions afin d'être au plus près de la vie de cette dernière.

J'ai aussi le mandat de président de l'ICF (International Canicross Federation) qui organise les compétitions Mondiales et Européennes du sport monochien une année sur deux pour chacune d'entre elles.

### Projets du moment :

Ce qui me préoccupe actuellement concerne trois domaines :

- Finaliser la mise en place des structures administratives et techniques dignes d'une fédération devenue incontournable dans la gestion du sport monochien en France et représentante de poids de ces disciplines à l'extérieur de nos frontières.
- La communication, afin que notre fédération soit connue du plus grand nombre d'institutions qu'elles soient publiques ou privées afin d'obtenir enfin une reconnaissance nationale qu'elle mérite amplement.
- Le développement des partenariats afin que nos licenciés puissent bénéficier d'avantages non négligeables sur divers produits en lien avec nos sports, par des conventions d'exclusivité.

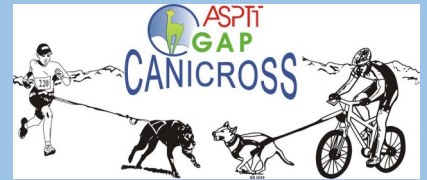




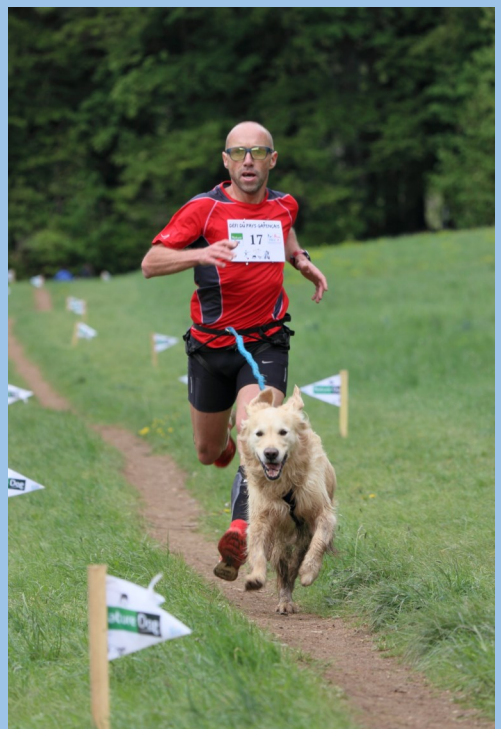
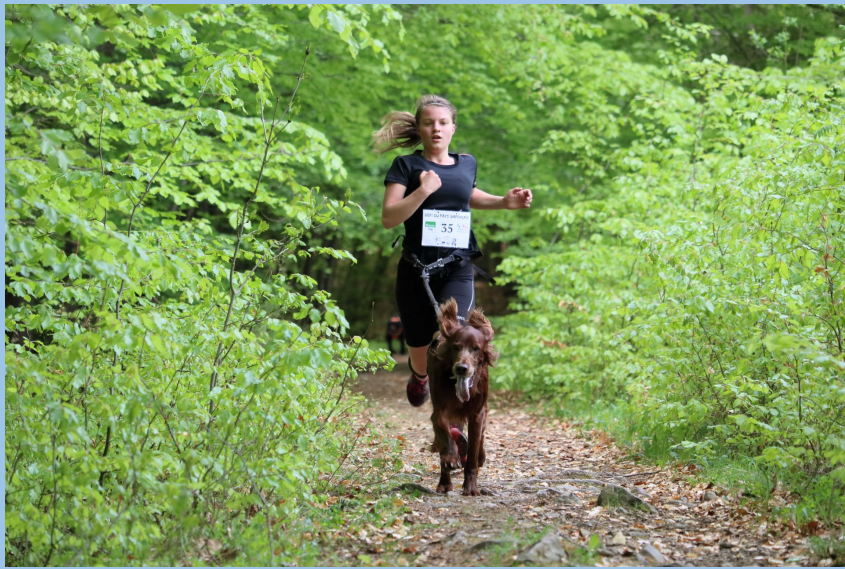


# ASPTT GAP : porte folio du défi Gapençais

Crédits photos : Christine nglm











## Interview de M. Huon Romain, président des Canivores, par David Fermé

Le club des Canivores du Havre est né en 2014 de l'idée de Maxime VINZENT qui a demandé à Romain HUON de l'aider. Chemin faisant la première année, Maxime a préféré la course à pied. C'est alors que Romain s'est retrouvé à la tête de ce club qu'il préside depuis 3 ans maintenant.

Aujourd'hui, plus d'une vingtaine d'adhérents sont licenciés dans ce club. Mais, autour d'eux gravitent encore plus de 50 personnes qui les rejoignent de temps en temps pour s'entraîner. Certains finissent par prendre une licence et d'autres restent réguliers mais ne viennent que pour le plaisir de partager entre passionnés sans envisager la compétition et donc la licence FSLC.

Côté entraînements, les Canivores sont organisés avec un programme hebdomadaire pouvant répondre aux besoins de tous leurs adhérents :

- Le lundi soir, les débutants travaillent les bases de la course à pied avec leurs chiens en libre ... des séances accessibles à tous.
- Le mardi soir, les coureurs plus expérimentés se retrouvent pour améliorer leur technique de course avec leurs chiens en libre ... des séances plus dures physiquement.
- Le jeudi, les chiens prennent le devant de la scène pour des séances en traction sur des parcours de 4 à 6 km en fonction du lieu d'exercice.
- Enfin, le dimanche ... lorsqu'ils ne sont pas en course avec la FSLC, les Canivores s'entraînent en course à pied, VTT et Trottnette avec les chiens en libre.

Les entraînements ne faisant pas tout pour la vie, l'ambiance et la dynamique d'un club, les Canivores se retrouvent également souvent pour des balades auxquelles s'adjoignent des curieux qui parfois rejoignent les rangs.

Club ouvert bien que soudé entre eux, les Canivores sont Havrais et ça se voit : ils s'entraînent au Havre !! Et ont trois sites privilégiés pour cela : Le parc de Rouelles pour ses plans d'eau et rivières l'été, la forêt de Mongeont pour sa boue l'hiver et une plage de sable havraise aux beaux jours.

Aujourd'hui, de part son ouverture et sa volonté de permettre aux pratiquants de la région Havraise de s'adonner en club au Canicross, on peut trouver au sein des adhérents beaucoup de chiens de berger et de nordiques mais aussi du braque, du loup tchèque, du malinois, de l'australien, du springer, du labrador, et même des samoyèdes et des huskies ... oui, des huskies. Ces derniers sont en fait l'origine du club, d'où le logo. Mais rien à voir avec le nom qui est lui, simplement issu d'un vote après plusieurs propositions des membres ... chacun a sa place dans ce club.

Le Club a également de l'ambition. Après avoir expérimenté leur premier challenge canicross sur un week-end complet, les Canivores aimeraient pouvoir présenter leur candidature à la FSLC pour le trophée fédéral.

En attendant, ils se testent en vous proposant ce challenge, et en vous préparant une course d'obstacles et pourquoi pas un canitriathlon !!!

Des idées plein leurs têtes pour notre plus grand plaisir...

Un club investit prêt à prendre en compte tous les avis constructifs pour s'améliorer et nous proposer des événements de qualité à l'image de leur challenge de mai dernier où les participants ont pu courir en nocturne et s'amuser sur un caniobstacle.

Si investit que certains membres suivront les formations de la FSLC sur l'organisation d'événements.

Les Canivores, un club à découvrir ou à redécouvrir. RDV pour cela à l'automne prochain pour leur challenge. En attendant, suivez les sur les réseaux sociaux.





## Portrait Titouan Erard, reporter

Age : 13 ans

Discipline de prédilection : mitraillage !

Reporter en herbe :

Vous l'avez peut être croisé sur sa trottinette durant les compétitions de l'ouest de la France ? Ce jeune garçon de 13 ans, ne court pas, il mitraille !

Sa maman, Lydie, est devenue accro au canicross il y a 4 ans avec sa petite cocker (qui n'a rien à envier aux grands !) et son fils Titouan l'accompagne sur toutes ses courses, très vite il s'est pris au jeu de prendre des photos et comme les canicrosses sont friands des clichés après course, il a mis en place une page publique Facebook pour partager à tous ses photos. Fidèle aux rendez-vous, il encourage également tous les binômes et a toujours une caresse pour les toutous qu'il commence à bien connaître. Pour le canitrail des gendarmes et des voleurs de temps, il a même convaincu sa maman de venir dès le vendredi soir pour assister au canitrail, alors qu'elle ne le faisait pas (engagée sur le 32 km du dimanche, elle se réservait pour ce trail au grand désarroi de sa petite cocker !).

Il partage ainsi des moments privilégiés avec sa maman et leur chienne Hiji et désormais il faut aussi compter avec sa sœur Zora et Naya, le nouveau binôme de la famille Erard qui débute et sont déjà bien mordues ! Le papa, Mathieu est aussi de temps en temps de la partie pour partager cette passion qui fait partie intégrante de la famille.

Nous souhaitons faire ce petit clin d'œil à Titouan, dont on attend, après chaque course, les photos avec impatience. C'est cela aussi le canicross à la FSLC : le partage !

sa page : <https://www.facebook.com/titouanphotos/>







Rien que pour le plaisir, nous publions une belle initiative créative du CTNI avec ces 2 dessins très pédagogiques qui ont eu un succès fou sur Facebook, un grand merci à la dessinatrice.







## Attention au coup de chaud ! Emmanuelle Cottin - docteur Vétérinaire fédérale

L'été arrive à grand pas et les thermomètres s'affolent. Il faut savoir que votre chien est plus sensible au « coup de chaleur » que vous. Pourquoi?

Le chien n'a pas la possibilité de réguler sa température corporelle par la transpiration car il dispose de très peu de cellules sudoripares. Son seul moyen de thermorégulation est le halètement. Celui-ci lui permet d'inhaler de l'air extérieur (en théorie plus frais) et de rejeter de la vapeur d'eau. Ce mécanisme atteint rapidement ses limites si l'air extérieur est très chaud ou pire chaud et chargé d'humidité car les échanges se font très difficilement et ne permettent pas au chien d'abaisser sa température corporelle. Ces conditions sont un réel danger.



*Petit coucou d'un chien sans coup de chaud ! (Crédit Photo : Lulu)*

### **Le risque de coup de chaleur est aggravé:**

- si le chien est une race à face plate (brachycéphale: bouledogue, boxer...)
- si le chien est enfermé dans un endroit chaud (exemple dans une voiture)
- si on lui fait faire de l'exercice à des températures supérieures à 20°C

Le risque est d'autant plus important lors des premières journées chaudes de l'année car le chien n'a pas eu la possibilité de s'adapter aux changements de température.

Le « coup de chaleur » est un syndrome important car il peut rapidement entraîner le décès de votre chien.

**Le chien qui débute un coup de chaleur à l'exercice** (que ce soit en promenade ou à l'entraînement) commence par chercher systématiquement l'ombre et/ou l'eau. Il ralentit et/ou zigzague (ceci est lié à une perte de lucidité) se met ensuite à tituber (les propriétaires non aguerris décrivent souvent à ce stade une impression de boiterie). S'en suivent des diarrhées +/- vomissements, puis le chien se couche, peut être amené à convulser, cyanoser et peut s'enfoncer vers un coma qui sans intervention ira jusqu'à la mort de l'animal.

Il est important si vous avez un doute de prendre la température de votre animal : la température normale du chien au repos est aux alentours de 38,5°C. (Oui oui cela sous entend de se promener ou s'entraîner avec un thermomètre dans le sac si le risque de coup de chaleur est présent).

Symptômes+ élévation de la température doivent vous amener à prendre des mesures. Certains chiens vont montrer des symptômes à un petit 40°C et d'autres à 42°C. Ils doivent être pris en charge de la même façon : Refroidissement progressif jusqu'à 39,5°C en mouillant le chien, insister sur les zones de passages de gros vaisseaux sanguins : ars (équivalent des aisselles chez l'humain) et plis de l'aîne (Éviter d'immerger le chien dans un lac de montagne, le risque d'hydrocution est présent!) et **emmener le chien chez le vétérinaire car même si le chien vous semble aller mieux, certaines complications peuvent se mettre en place dans les heures qui suivent.**

Pour prévenir le coup de chaleur, il est conseillé d'entraîner votre chien tôt le matin et d'éviter les heures les plus chaudes de la journée, de le mouiller avant le départ (et de bien insister aux endroits où passent les gros vaisseaux sanguins à savoir au niveau de l'ars - équivalent des aisselles chez l'humain - et du pli de l'aîne), de prévoir des points d'eau sur votre parcours afin que votre chien ait la possibilité de se rafraîchir, de réduire la durée et l'intensité de l'entraînement, de lui proposer à boire régulièrement et d'être attentif à son comportement tout au long de la promenade ou de l'entraînement.





## Canitrail des GVT 2018

### Les gendarmes et les voleurs de temps



Pour la première fois en France, un canitrail FSLC était accepté sur une grosse organisation d'envergure nationale, cela s'est passé à Ambazac, en Haute-Vienne, le 19 mai 2018 sur la compétition de renommée "les gendarmes et les voleurs de temps" (GVT).

Les GVT, ce sont 5000 inscriptions, 4700 partants en 2017 ce qui en fait l'un des trails incontournable de France. Canipat'87 a réussi le challenge de faire entrer l'épreuve de canitrail au programme, notre sport rentre ainsi dans une nouvelle dimension !

106 binômes ont ainsi bouclé ce parcours de 12km avec environ 250 m de dénivelé. De l'avis de tous, un parcours agréable, très bien balisé et chose notable, avec beaucoup de monde sur le parcours pour encourager, orienter etc.

Le moment fort fut bien entendu le départ groupé : tous les binômes se sont élancés en même temps, en musique et ont déroulé les premiers kilomètres sous le regard curieux des spectateurs.

Un grand merci bien entendu aux Canipat 87 qui ont été le support de cette course (juges, accueil, contrôle matériel, remise dossard) et également à l'organisation des GVT de nous avoir accepté sur cette compétition qui donne une visibilité nouvelle à notre sport !

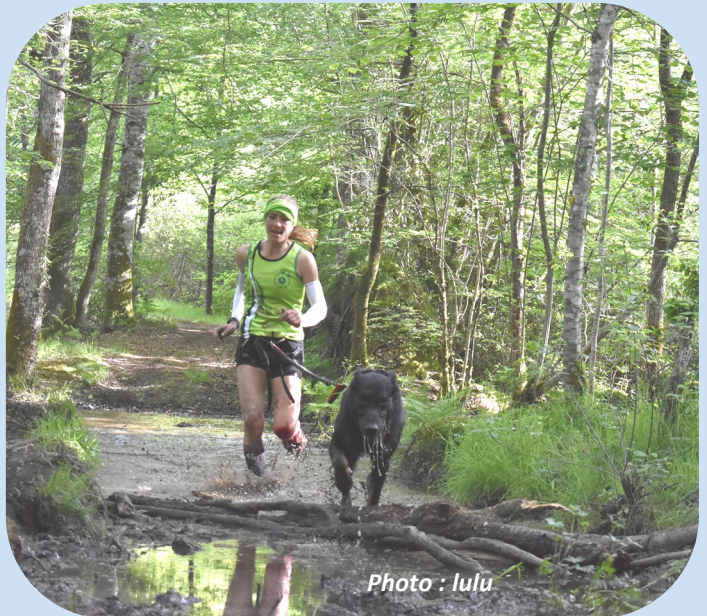
#### Palmarès 1ère édition

##### Femmes

- 1er binôme : Aurélie DESMOTTES et Iro (FSLC)
- 2ème binôme : Claire GAVINET et Boy (Association passion chien de sport)
- 3ème binôme : Elsa FRICONNET et Princesse (non licenciée)

##### Hommes

- 1er binôme : Denis BRET et Blanka (Canikazes 86)
- 2ème binôme : Oleg STOROJEV et Gouappe (Canivulcain)
- 3ème binôme : Philippe FOURNIS et Keops (Piranhas)



Les épreuves de canitrail font l'objet actuellement d'un règlement en cours de test, l'état d'esprit est de cadrer **cette discipline qui demande de la préparation physique de l'humain et du chien.**

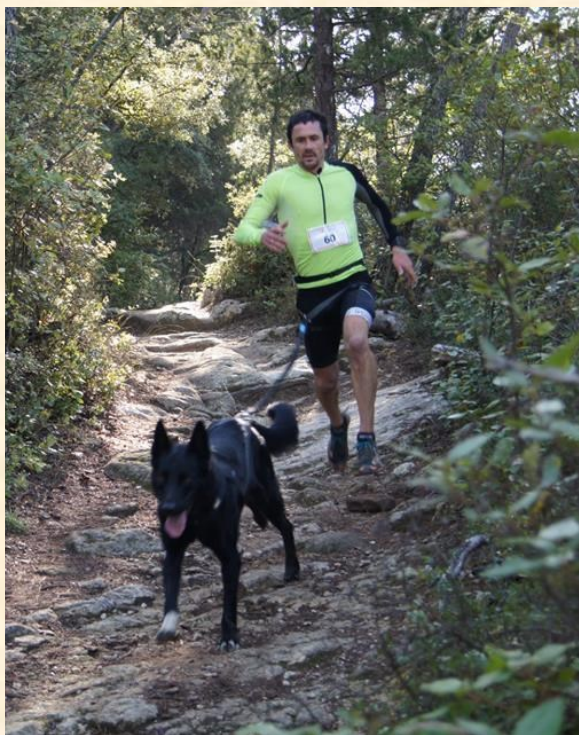
Par exemple dans ce règlement on va trouver :

- âge de l'humain à 18 ans
- âge du chien à 24 mois (pour s'assurer d'une préparation minimum)
- point d'eau environ tous les 2km
  - port d'eau par l'humain
  - distance inférieure à 20km

Nous attirons l'attention de nos licenciés sur le fait que des trails ouvrent de plus en plus leurs compétitions aux binômes. Une note a été transmise aux présidents en début d'année dans ce sens, nous conseillons de bien vous assurer que l'organisation prenne en compte la présence de binômes avant de vous élancer, tout cela dans le souci de la sécurité de nos toutous.



## Portrait de coureur Pierre-Laurent Viguier



### Interview réalisée par Alexandra Viste :

*- Depuis combien de temps cours-tu ?*

Ce que je peux affirmer, c'est que je ne courrai pas dans le ventre de ma mère, j'étais un bébé calme ! Sinon, je me rappelle déjà courir à la récré à la maternelle, et ma première course officielle c'était la dernière ligne droite du cross des familles avec ma mère et ma sœur, je devais avoir 2 ans. Depuis, j'ai fait l'école d'athlé (perche, javelot, course de haies, ou triple saut inclus), puis un peu de triathlon, pour revenir sur l'athlétisme (3000M steeple et cross), puis course sur route (semi et marathon), et enfin depuis 10 ans, du trail.

*- Comment as tu découvert le canicross ? Ainsi que le club Canifolie*

J'ai découvert le canicross il y a 25 ans, mais je n'avais pas franchi le cap. Je me rappelle, mon père avait des chiens de chasse, et à l'époque, il y avait des catégories de poids chez les chiens. J'avais pesé ceux de mon père pour voir si on était bien dans la catégorie des -25kg. J'avais même acheté un harnais (pas adapté ...), mais il n'était jamais vraiment sorti.

24 ans après donc, on a adopté un chien avec ma femme, Looper, un croisé Labrador. Je faisais mon premier canicross avec lui au Crès en novembre dernier. Puis comme on avait un chien parfait, et que l'on continuait à suivre l'APAVH où on avait adopté Looper, on a craqué en

décembre dernier pour un deuxième chien, Kookie. Avec lui, tout est plus vif et sportif. Estimé à 3 ans, il faut lui communiquer nos règles et le sociabiliser encore. Ça, c'est déjà du sport ! Et puis, j'ai découvert avec lui comment un chien pouvait tracter ... J'ai vite expérimenté les descentes sur le ventre, les démarrages brutaux parce qu'un chat venait de traverser, ou encore Kookie qui passe à gauche et moi à droite d'un arbre ! Quand on est accroché, ça ne finit pas toujours très bien, mais toujours avec le sourire !

Comme j'avais décidé de me mettre plus sérieusement au canicross avec Kookie, il fallait trouver un club. Canifolie s'est imposé à moi à la fois parce que c'était le plus près, mais aussi parce que j'avais entendu parlé de ce club au travers des nombreuses organisations que cette association supporte. Un coup de fil à Séverine, le courant passait très bien, il n'en fallait pas plus pour pousser la porte !

*- Comment se sont passées tes 1ères courses avec Kookie ?*

Ma première course, un canitrail de 7km à Albi. Très sportif. Parce qu'une fois attaché, on ne peut pas dire qu'il soit particulièrement sociable avec les autres chiens... un mélange de frustration de ne pas pouvoir aller les voir combiné au fait qu'attaché, il n'est pas libre de ses mouvements. Je ne savais pas vraiment où me mettre, et j'ai dû me décaler de la ligne de départ. Lui aboyait comme un fou ... Mais une fois les premiers mètres parcourus, ce n'était plus qu'un chien lancé à la poursuite des autres, qui rentrait dans son "job".

Le lendemain, on faisait le premier canicross des Garrigues, canicross fédéral. 5 vagues de 15 chiens. Il avait déjà appris, et était (un peu) plus calme. On a même pu se mettre sur la ligne, déjà une victoire. Partis sur la 4ème vague, on a rattrapé ... 44 chiens ! Dès qu'il en avait un en point de mire, il fonçait ! J'avais même parfois du mal à suivre !

En tout cas, et ça s'est produit sur nos 3 courses, on partage un vrai truc. A partir du moment où la ligne est franchie, on s'amuse tous les deux comme des fous, et quand il se roule par terre de plaisir, je peux dire qu'on a réussi notre course ! Pourvu que ce délire de fin de course continue !

*- Quels sont tes prochains objectifs courses et canicross ?*

J'ai un peu mis mon propre calendrier de course de trail de côté, et je suis déjà inscrit sur 3 courses avec Kookie. Le canicross de Vauvert, celui de Canifolie, et celui de Béziers (CNEAC). J'aimerais tenter une fois un caniVTT, mais je sens que ça va être sportif !



*Bon, maintenant vous êtes bien équipé, la course approche !*

*Vous êtes bien échauffé ?  
Votre équipier aussi ?*

*Vient le moment le plus important et très souvent stressant pour les binômes :  
**LE DEPART***

*Dans cet article nous verrons comment aborder au mieux son départ, que cela soit en canicross ou en VTT.*

*Le départ canicross :*

*Il existe 4 types de départ :*

- départ groupé : tout le monde ensemble*
- départ par vague : départ par petit groupe*
- départ en contre la montre : un par un (parfois 2 par 3)*
- départ en poursuite : départ un par un donné en fonction des écarts de temps enregistrés sur une course précédente*

*On va voir les 3 premiers qui sont les plus pratiqués dans nos disciplines.*



### Le départ groupé ou mass start

Certainement le plus impressionnant, une vague de binômes, tous en même temps, le classement se fait dans l'ordre d'arrivée. Ce genre de départ est souvent stressant pour les débutants, et aussi pour les confirmés qui ont des chiens un peu réactifs ou craintifs.

C'est aussi le plus compliqué au niveau de la gestion de son chien, l'excitation est maximum et les emmêlages courants.

Quelques conseils :

- le plus souvent se placent en avant les coureurs avec le meilleur niveau, ceux qui partiront le plus vite, cela ne sert à rien de vouloir absolument être devant, la course se décante vite et il est plus facile de doubler ensuite.
- pour le débutant, un départ un peu en arrière ou au large sur les côtés est plus simple, moins d'agitation, moins de risques de chutes.
- dans ce genre de départ on ne lâche pas de suite son chien, on retient la longe jusqu'au moment où il n'y a plus de risques d'emmêlages.
- on fait attention à son chien, aux trajectoires qu'il prend, car il peut rapidement se retrouver dans les pieds d'un autre concurrent et la chute n'est pas loin.
- quand on a un chien un peu nerveux ou réactif, on attend en marge du départ et on tient bien son chien jusqu'à ce que le circuit et le groupe permettent de laisser le chien seul devant.





## Le départ par vague



Même principe que le départ groupé, mais en plus petits groupes.

Il demande beaucoup d'organisation et de bénévoles, alors soyez sympa, présentez vous un peu en avance en ayant vérifié auparavant le numéro de la vague dans laquelle vous partez.

La gestion de votre chien sera la même que pour un départ groupé.



*Exemple de chien très excité sur le départ ! (Run s'est beaucoup calmée depuis)*

## Le départ en contre la montre

Parfois un par un, d'autres fois 2 par 2, c'est un départ "individuel" plus facile à gérer pour les débutants.

Les concurrents partent ainsi les uns après les autres séparés par un intervalle de temps défini par l'organisation.

La gestion de la course est différente car il n'y a pas de "tactique" de course comme cela peut se faire en départ groupé (à part essayer de rattraper des concurrents partis devant)..

Nos conseils :

- choisir ce type de départ pour les 1ères courses d'un jeune chien, c'est moins stressant, moins de risque d'accident.
- l'ordre de départ étant aléatoire, vous risquez de vous faire dépasser par des plus forts, et de doubler des plus faibles. Si on vous demande "Piste", obligation de laisser passer le binôme, et pareil, si vous venez à doubler, demandez la piste, ainsi le binôme doublé sera averti et devra vous laisser passer.
- se présenter un peu en avance afin de se mettre dans la file





## Le départ VTT

Les départs vtt se font (sauf quelques exceptions) en individuel, et le règlement autorise une aide.

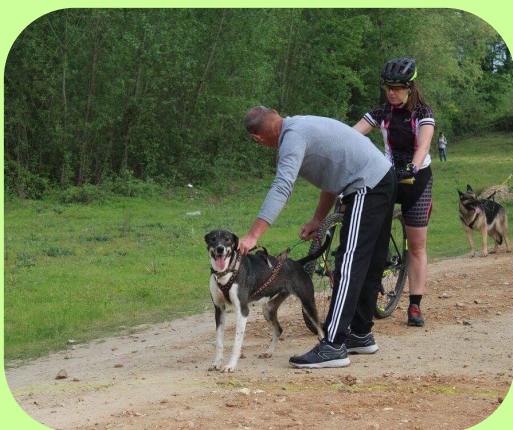
Nous allons voir 2 cas :

- le départ avec une aide
- le départ sans aide.

Si vous avez besoin d'une aide, il faudra penser à le demander avant de vous retrouver seul sur la ligne de départ, il y a toujours du monde autour des départs et nombreux sont ceux qui accepteront de vous aider.

Si votre chien prend son départ seul, n'hésitez pas non plus à le signaler au starter ça évitera qu'on "saute" sur votre chien pour le tenir.

### Départ avec une aide



C'est le cas de la majorité, le vttiste sur son vélo et un "handler" qui gère le chien mais même si quelqu'un tient le chien, c'est quand même plus agréable pour tout le monde de ne pas avoir un chien hystérique et intenable. Tout comme pour les départs en canicross, il faut prévoir un peu en avance son départ et se rendre près de la ligne de départ quelques minutes avant.

Quelques conseils :

- **faire un départ "ligne tendue" cela évitera un gros à-coups dans le dos de votre chien car il démarrera toujours plus vite que vous.**
- apprendre à son chien à attendre, à ne pas tourner sur lui même, à rester "à peu près" calme (la notion de calme est toute relative et dépend vraiment des chiens)
- prévoir son départ en amont

### Départ sans aide

Pour cette partie, nous laisserons la parole à Anne Fulleringer (multiple championne CaniVTT et qui gère ses départs sans aide)



Voici une méthode parmi d'autre pour pouvoir prendre un départ VTT/Trott tout seul avec un chien calme ligne tendue.

**MD : Salut Anne, on se pose beaucoup de questions sur le "Comment éduquer un chien pour prendre un départ tout seul en vtt" alors, comment tu gères l'éducation de tes chiens dans ce but ?**

AF - je débute l'éducation de mes chiens par une phase où le seul objectif est de leur faire aimer le sport. L'idée est d'avoir un chien motivé et volontaire, tout excité à l'idée de courir devant le VTT ... tant pis s'il est un peu difficile parfois de le canaliser, si mes oreilles se souviennent de chaque sortie et si je collectionne un peu les bleus sur le bas du dos à force de me prendre le bec de selle !

Lors de cette phase je me fais parfois aider par une personne extérieure et lorsque personne n'est disponible pour canaliser le fauve alors j'improvise des acrobaties qui visent à prendre un départ malgré la présence d'un chien assez remuant qui enchaîne les vas et viens, qui réalise des pirouettes dans tous les sens et saute sur le vtt en hurlant ...



**MD : Jusque là, on a à faire à un départ classique, celui qu'on voit souvent en compétition, le chien surexcité qui jappe et saute dans tous les sens, mais il ne faut pas s'arrêter là, quelle est l'étape d'après ?**

AF - ce n'est qu'une fois mon chien devenu un accro du caniVTT que je commence à lui apprendre à se poser un peu lors des départs. Bien entendu sa motivation et son plaisir étant toujours ma priorité il ne s'agit pas de frustrer exagérément le chien mais d'y aller progressivement en veillant à ce que les séances soient réalisées toujours dans le calme et la bonne humeur et se terminent toujours sur une note positive pour tout le monde.

Je veille à chaque instant à ce que l'envie de courir du chien reste intacte et cela restera ma priorité durant toute leur vie.

1- Je positionne alors le chien devant le VTT en lui signalant qu'il doit rester en position statique longe tendue (pour ma part j'utilise le terme "à ta place"),

2- si le chien revient vers moi ou effectue des pirouettes je me contente d'un "NON" ferme puis d'un "à ta place" que je

félicite d'une voix la plus enjouée possible dès qu'il vient se remettre en traction devant le VTT.

3- Je finis toujours par prendre le départ après 15 à 20 secondes de cet exercice et cela même si le départ n'est pas "parfait" afin de ne pas agacer exagérément le chien qui n'attend qu'une chose : partir courir ventre à terre. Poursuivre l'exercice en espérant obtenir un départ parfait c'est prendre le risque de voir le chien monter en pression et ne plus être réceptif aux messages que l'on essaye de lui passer. Le départ est alors donné à l'aide d'un ordre simple et toujours similaire (pour ma part j'utilise le terme "devant") que je donne lorsque le chien est en position longe tendue devant le VTT, le départ représentant alors une récompense ... Les premières séances il est parfois un peu difficile d'obtenir une vraie position statique devant le VTT et il faut se contenter d'un semblant de longe tendue, une position statique maintenue sur une très courte durée.

4- Je renouvelle cet exercice à chaque départ en essayant de prolonger doucement la durée de maintien de la position statique devant le VTT et en augmentant progressivement mon degré d'exigence.

Afin de faciliter un peu l'apprentissage je fractionne les séances de caniVTT, le chien ayant un peu "lâché son jus" est alors un peu plus réceptif lors des départs suivants ce qui permet de travailler plusieurs départs sur une même séance de manière plus efficace.

5- Une fois le départ bien maîtrisé je teste régulièrement l'attention de mes binômes en jouant un peu avec eux : en position statique longe tendue devant le VTT j'effectue des réglages de GPS (mes chiens ont tous tendance à associer le "bip" du GPS avec le départ), je lâche d'autres chiens en liberté autour, monte et descend du VTT ....

**MD : Merci Anne pour ces bons conseils, au travail les cabots !!**

Et voilà, vous avez maintenant les bases pour prendre un bon départ avec votre binôme. S'il reste un bon conseil à vous donner, le départ se travaille plus facilement en groupe et donc l'idéal est de se rapprocher d'un club qui pourra certainement vous proposer des entraînements communs où vous pourrez ainsi préparer votre chien au mieux pour sa première course, ou bien juste corriger les défauts remarqués en compétitions.





## Le Canipaddle : lancez-vous !

### Dossier réalisé par Ségolène Travichon, avec l'aide de Violaine et Stéphanie

Pour beaucoup de raisons, le canipaddle peut être une activité intéressante avec votre chien : diversification des activités, pause estivale de la traction quand il fait trop chaud, activité renforçant encore la complicité, travail musculaire différent mais entretenant la condition physique de votre chien.

Le principe est donc de naviguer ensemble sur la planche de paddle, pour cela il y a quelques précautions à respecter :

- s'assurer que la planche peut supporter votre poids et celui du chien,
- pour les planches gonflables, il est possible de la protéger des griffes avec une serviette éponge ou de fixer un tapis de yoga par exemple (certaines planches de bonne qualité n'ont pas besoin de cette protection),
- comme pour le canicross, respecter une pratique tout en progression : démarrer par de toutes petites séances en s'éloignant peu du rivage,
- pour les novices, mieux vaut s'entraîner seul avant de faire monter le chien qui aura un effet déstabilisant,
- N'hésitez pas à équiper votre chien d'un gilet flottant, cela peut être très sécurisant en cas d'éloignement de la côte, il paraît même quasiment obligatoire pour sa sécurité et pour l'aider à remonter à bord en cas de mise à l'eau, il faut ainsi plutôt un modèle avec une poignée sur le dos.







*Passer progressivement de la position assise puis à genou pour finir debout, ici Asco , très attentive et Ségolène*

Certains chiens qui aiment l'eau seront très à l'aise et comprendront vite sans appréhension, d'autres, plus craintifs, devront dépasser leur peur pour vous accompagner, ne jamais forcer un chien à monter sur la planche ! Certains éducateurs peuvent d'ailleurs vous aider, il ne faut pas hésiter en cas de doute, de problèmes.

Pour démarrer, il peut être conseillé d'avoir des friandises très appétentes pour encourager le chien. Il ne faut pas hésiter à avoir une quantité importante de friandises, on peut en donner beaucoup au début et diminuer la quantité ensuite. Le principe est de récompenser un comportement qui nous intéresse, ainsi que la progression.

La toute première session peut commencer à terre en habituant le chien à monter sur ce nouvel objet, à s'y asseoir sans bouger et à voir la pagaie bouger. Ensuite, on peut commencer à se décaler doucement sur l'eau en restant assis sur la planche, et à faire monter le chien sur la planche qui devient instable. Il ne faut pas hésiter à le féliciter (caresses, friandises tout est bon).

Progressivement, on pourra alors se mettre debout avec le chien assis à ses pieds et partir faire un petit rond dans l'eau. Il ne faut pas hésiter à faire des tous petits temps sur la planche pour que le chien se décontracte à terre. Et petit à petit, on pourra allonger les temps de navigation et envisager des petites balades. La position à genou peut être pratiquée dans les débuts, elle est très stable et sécurise tout le monde.

Concernant la position sur la planche, seul on sera au milieu au niveau de la poignée, il faudra se décaler vers l'arrière si le chien se met à l'avant par exemple. Concernant la position du chien, il peut effectivement être assis, mais s'il est plus à l'aise couché ou debout, c'est bien lui qui choisit son confort.

Il faut également apprendre au chien à remonter sur la planche s'il veut alterner avec un peu de nage (ou si tout le monde a chaviré !). Le chien, équipé d'un gilet peut être hissé assez simplement par la poignée (attention au gilet premier prix qui peuvent avoir des poignées fragiles).

Voilà donc quelques conseils rapides pour démarrer une activité estivale vraiment sympa avec nos toutous, alors jetez-vous à l'eau !

*Crédits photos : Muriel Duplan, Affinités animales, Lévrier Savoyards*



