

N°4 - Janvier 2018

# CANISPORT MAG'

Le magazine de la FSLC

Max et Floppy

(photo de Morgane Pemptroad)



**DOSSIER**  
Canitrotinette



**VETO**  
Dopage involontaire



**ENQUETE FSLC**  
Vos blessures



Fédération des Sports et Loisirs Canins

**Spécial**  
**ASSEMBLEE GENERALE**  
**et TROPHEE FEDERAL**



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

**Coordinatrice du magazine : Ségolène Travichon**

**Infographiste : Stéphanie Le Meur**

**Equipe de rédaction : David Fermé**

**Comité de rédaction : Véronique Audejean**

**Droits d'auteurs : ©FSLC - Fédération de Sports et Loisirs Canins**

**MAGAZINE GRATUIT - NE PEUT ETRE VENDU**

*Fédération des Sports et Loisirs Canins*

Contributeurs à ce numéro : Emmanuelle Cottin, Estelle Pondévie, Jacques Adam, Antony Le Moigne, Arnaud et Emmanuelle Bourjalliat, Benoit Lançon, Mathilde de Munter.

## SOMMAIRE

EDITO _____	3
INFO FEDERALE - Assemblée Générale 2017 _____	4
DOSSIER - Trophée Fédéral Terre 2017 _____	7
PORTRAIT - Le mot d'Antony Le Moigne _____	20
DU COTE DES CLUBS - Spiridon Club Alsace _____	21
DOSSIER VETO - Dopage involontaire _____	23
MATERIEL - La trottinette aussi à du chien _____	25
ENQUETE FSLC - Vos blessures _____	28
ENTRAINEMENT - Conseils pour l'hiver _____	30
COIN DETENTE _____	31

## EDITO

2017 fut l'année de création de votre magazine Canisport Mag', nous voilà donc entamant une nouvelle année d'existence. Le projet de ce magazine est de vous mettre à disposition toutes sortes d'informations de la vie foisonnante de la FSLC et ça ne manque pas, les sujets sont nombreux et variés. Publier à un rythme bimestriel est un vrai défi relevé par notre équipe bénévole ! Ce magazine évolue et évoluera dans le futur, son âme restera liée à celle de la plus grande fédération de licenciés pratiquants les sports monochiens. Un grand merci à Chantal Dietrich qui a permis le lancement de ce projet et a contribué jusqu'au numéro 3, une équipe renouvelée prend le relai.

Le numéro 4 est particulier car il vous présente les 2 plus grands événements de l'année : l'assemblée générale, le cœur du fonctionnement de toute association et le Trophée Fédéral Terre, l'un des plus gros rassemblements du sport monochien en France.

Nous avons choisi de vous présenter le trophée sous forme de reportage photos : les Canipat 87 avaient posté une ribambelle de photographes bénévoles et nous avons choisi de les mettre en valeur par un dossier tout en visuel. Un hommage à leur travail (rester posté de longs moments pour le plaisir des yeux) et à celui de l'équipe des Canipat' 87 qui a fourni un travail colossal pour cet événement auquel ils ont donné une dimension jamais vue jusqu'à présent.

Il nous tenait à cœur dans ce numéro de mettre en lumière la discipline la moins connue mais qui prend de l'ampleur : la canitrottinette. Tout un dossier lui est consacré, rédigé avec les Basquin afin de valoriser cette discipline bien particulière qui fait encore un peu peur à beaucoup d'entre nous tant elle est sportive et exigeante pour le chien.

Un grand merci aussi à nos vétérinaires qui nous ont concocté un dossier surprenant sur le dopage involontaire de nos chiens ! Lisez-le vite !

Une belle année 2018 à tous et que ce magazine réponde à vos interrogations, votre curiosité, votre envie de progresser, n'hésitez pas à nous envoyer toute remarque pour nous faire évoluer.

Ségolène Travichon,  
Rédactrice en chef



## ASSEMBLEE GENERALE 2017 - FSLC -



Le quorum atteint avec près de 964 licenciés représentés, l'assemblée générale de la FSLC a pu se dérouler au lycée des Vaseix, à Verneuil-sur-Vienne, le vendredi 17 novembre 2017. En voici un condensé, toutes les informations que vous devez retenir.

### EN RESUME

La FSLC à la tête du sport monochien en France et en Europe :  
+40% de licenciés en 2017 (1640 fin 2017 contre 1160 fin 2016)  
+23% de club (81 club fin 2017 contre 66 fin 2016)

Mise en place des formations BAF1 et 2, 1ers secours canins et continuité des formations «juge» :

- 8 formation «juge» - 70 juges stagiaires, 20 juges recyclage, 1 formateur formé.
- 6 formation BAF 1 - 41 personnes
- 1 secours canin : 19 personnes

Partenariat important : FFPTC et Alfort'chiens

Lifting du règlement de course

Création règlement canitrail

Structuration de la participation aux Championnats d'Europe de l'ECF.

Création de la commission handicap.

La trottinette rentrera au classement chiens d'or !

Des commissions thématiques très vivantes et productives.

Régionalisation avec mise en place de DTR en lien avec le DTF.

Création de Canisport Mag'

Production d'une video de promotion.

Championnats du monde ICF en 2020 en France - cahier des charges, appel à la candidature pour l'organisation.



# PROJET SPORTIF - 5 AXES

## 1- Augmentation du nombre de licenciés et fidélisation

- des chiffres toujours en hausse
- diversification des pratiques proposées, diversification des publics
- une catégorie junior en hausse mais la moins «fournie» (charnière entre enfant 2 et sénior)
- inégalité géographique avec des déserts et des zones denses

## 2 - le haut niveau

- plus de 100 compétitions en 2017, succès croissant avec quasiment toujours plus de 100 participants
- renommée internationale de certaines courses
- un développement qui entraîne une montée du niveau des athlètes
- la FSLC doit prendre en compte cette élite sans délaisser ceux qui pratiquent pour le plaisir

**SELECTION ICF : quotas mis en place au niveau international. mise en place des sélections en France qui a permis à 116 binômes de participer. Un stage de préparation a été mis en place (la Celle Saint Cyr - 23 / 24 septembre).**

**Résultats : 16 médailles obtenues, la France est 2ème au classement des nations ! Des progrès sont possibles notamment sur la canitrottinette, peu pratiquée en France.**

## 3 - les jeunes

- objectifs doubles : augmenter le nombre d'enfants licenciés / moins de perte au passage en catégorie junior
- Fidéliser également les parents en leur proposant la canimarche par exemple ou autre discipline
- mutualiser les succès de certains clubs au sein d'un guide du canicross chez l'enfant
- accompagner les enfants au passage en junior en les préparant à des distances plus longues (les enfants sont sur moins de 2 km, les juniors peuvent courir les distances adultes) et en les préparant à la possibilité de faire canivtt et canitrottinette

## 4 - Développement de nouvelles disciplines

- le canicross est la discipline phare, toutes les autres restent à développer
- canivtt : en augmentation mais encore en retard par rapport à d'autres nations
- skijoring : difficultés climatiques, peu accessible pour beaucoup de français loin des montagnes
- canitrottinette : potentiel important (développement important en Belgique et en Tchéquie), à considérer comme une discipline à part entière
- canimarche : souvent négligée, elle doit être valorisée, elle peut être le vecteur de fidélisation des parents, elle est aussi une roue de secours pour certains (plusieurs chiens à faire participer, conditions physiques moindre, chiens inadaptés aux autres disciplines)

## 5 - Santé - loisir

- réservoir important de personnes pratiquant en loisir hors compétition, les clubs doivent être prêts à accueillir ces pratiquants «loisir»
- développement des personnes formées à l'animation (BAF) puis à l'entraînement (BEF) dans tous les clubs

## PROJETS 2018

Trophée Fédéral Neige 2018 au Lac Blanc les 13 et 14 janvier 2018 en commun avec la FFPTC.

Trophée Fédéral Terre 2018 à Fourmies dans le Nord, les 3 et 4 novembre 2018.

Projet de thèse avec les écoles vétérinaires.

Rédiger un règlement de course spécifique aux enfants.

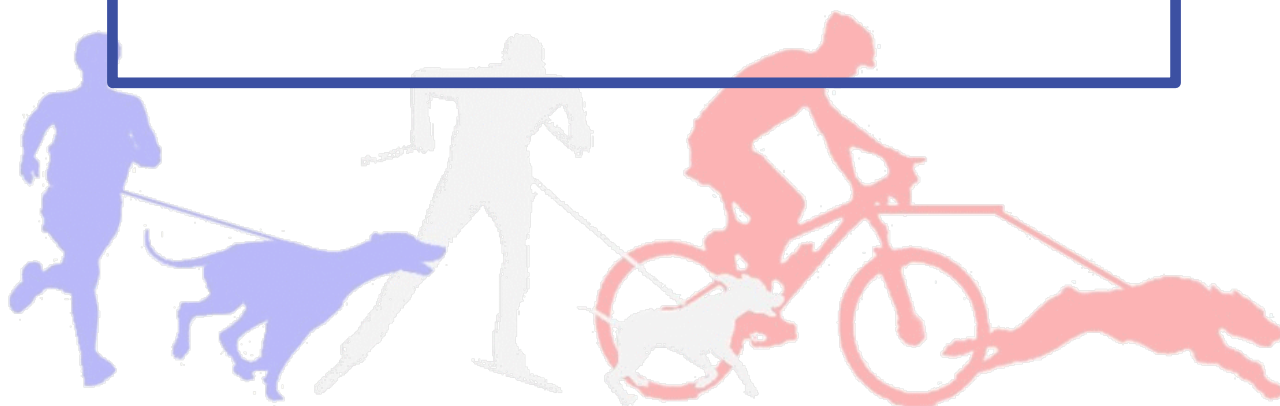
Renforcer la communication.

Relancer une demande d'agrément au Ministère des Sports.

Signer une convention avec la SACEM.

Créer les Trophées Régionaux.

Préparer l'ICF 2020.



# FSLC



*Fédération des Sports et Loisirs Canins*

TROPHEE FEDERAL



# TROPHEE FEDERAL TERRE 2017 RETOUR EN IMAGES

cani-cross cani-vtt cani-marche cani-enfant cani-trotinette

## TROPHEE FEDERAL 2017

Verneuil s/Vienne 18/19 novembre

Inscriptions limitées à 450 places  
Renseignements : [www.canipat87.fr](http://www.canipat87.fr)

FSLC  
Fédération des Sports et Loisirs Canins

Nous avons choisi quelques uns des magnifiques clichés pris par l'équipe déployée par les Canipat'87 et quelques photographes présents sur site.

Merci à Marie-Christine Blaess, Christophe Deluche, Muriel Duplan, Nadège Matribus, Servanne Nédélec, Morgane pemptroad, Aurélie Saintamand.

Nous avons tenté de retranscrire les moments vécus sans forcément mettre en avant les «meilleurs» mais bien tous les pratiquants passionnés, vous, les licenciés !



## Palmarès Trophée Fédéral terre 2017

### CANIVTT

#### JUNIOR

- 1 - Léa Cottin / Laika - CTNI
- 2 - Ilannah Bourdier / Lego - Cerdagne 66 canicross
- 3 - Mathilde Ducastelle / Leone - Cerdagne 66 Canicross

#### SENIOR

- 1 - Anne Fulleringer / Tails - Canivulcain
- 2 - Magali Blanc / Iduune - CTNI
- 3 - Françoise Gonther / Hermès - CTNI

#### Vétéran 1

- 1 - Patricia Hermand / Volty - Canicross 83
- 2 - Solveig Rinck / Iska - Spiridon
- 3 - Christelle le Saout / louison Bobet - Canicrossbreizh

#### Vétéran 2

- 1 - Véronique Audejean / Nerka - Canisport Normand
- 2 - Isabelle Lefebure / Loupi - Canicross 95
- 3 - Anne Berguin / Loukia - Rápidos 16



#### JUNIOR

- 1 - Gauthier Cambien / Joy - ASLA
- 2 - Nathan Vinet / Laté - Afondchien

#### SENIOR

- 1 - Anthony Remars / Kenya - MACC
- 2 - Michale Malvicini / Irouk - Canicrossbreizh
- 3 - Jonathan Atton / Ioda - Empreinte 67

#### Vétéran 1

- 1 - Pierre Loos / Fisco - Spiridon
- 2 - Philippe Sangla / Skye - Canisport Normand
- 3 - Frédéric Moulet / Dixie - Cerdagne 66

#### Vétéran 2

- 1 - Thierry Lo Cascio / Tabazz - canicross 83
- 2 - Christophe Blaess / Iron - ASLA
- 3 - Jean-Louis Audejean / Djazz - Canisport Normand

#### Vétéran 3

- 1 - Daniel Lasbleiz / Madiba - ASLA
- 2 - Yvon Lasbleiz / Ioko - TDM
- 3 - Christian Vancraeynest / Tasha - Cani n'Furious









## Palmarès Trophée Fédéral terre 2017

### CANICROSS

#### JUNIOR

- 1 – Amélie Decaux / First – Vélociraptors
- 2 – Audrey Pagniez / Speed – Speed canicross sud avesnois
- 3 – Elyne Maugendre / Jeiko - Caniviking

#### SENIOR

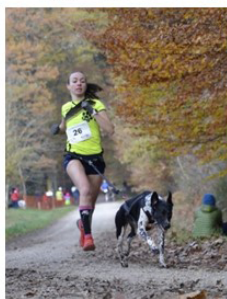
- 1 – Stéphanie Vandrille / Jules – Team d'eawy
- 2 – Marie Chabanny / Hatori – ASLA
- 3 – Elodie Gaudin / Mystic - Canifolie

#### Vétérán 1

- 1 – Delphine Roucheux / Mali – Piranhas
- 2 – Patricia Hermand / Riqui – Canicross 83
- 3 – Anne Laurence Zeyher / Iron – licence indiv

#### Vétérán 2

- 1 – Sandrine Lefranc / Inox – ASLA
- 2 – Régine Mahé / Istou – Canidétendu
- 3 – Isabelle Cieslik / Iona - ASLA



#### JUNIOR

- 1 – Daniel Dellemburger / Sword – CTPB
- 2 – Antony Quehen / Gwen a du – Educ'a wouaf
- 3 – Baptiste Nourry / Snoopy - Vélociraptors

#### SENIOR

- 1 – Antony Le Moigne / Opale – Team d'eawy
- 2 – Jonathan Varloteaux / Modjo – Sportychien 17
- 3 – Romuald Garcia / Hop - CTPB

#### Vétérán 1

- 1 – Christophe Vereecke / Gipsy – ASLA
- 2 – Pascal Belotti / Hégé – ASLA
- 3 – Raphaël Neyret-Vachez / Mso - TDM

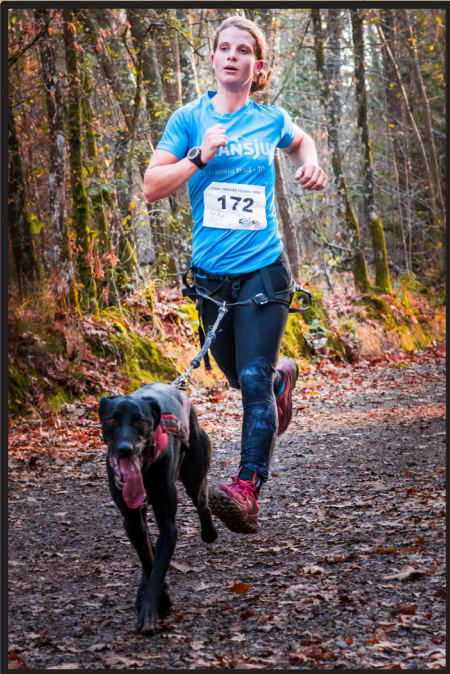
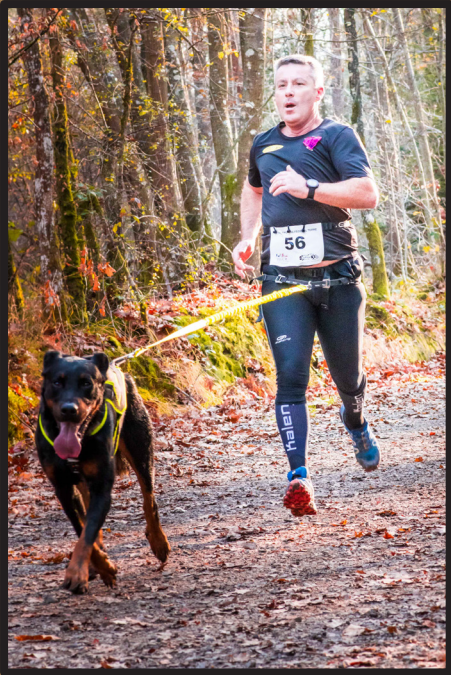
#### Vétérán 2

- 1 – Philippe Fournis / Kheops – Piranhas
- 2 – Christian Magnant / Joggeur - Canipat'87
- 3 – Daniel Rembur / Jumbo – RCA Canicross

#### Vétérán 3

- 1 – Jean- François Perrin / luontie – Spiridon
- 2 – Philippe Duthilleul / Loomis – Team Running dogs
- 3 – Pierre Flavenot / Indra – Canicross 83







**FSLC** 

*Fédération des Sports et Loisirs Canins*

## Palmarès Trophée Fédéral terre 2017

# CANITROTINETTE



### Femme

- 1 – Stéphanie Vandrille / Inua – Team d'Eawy
- 2 – Caroline Granveau / Jinger – Sportychien 17
- 3 – Lise Jourdes / Tara – Cerdagne 66 Canicross



### Homme

- 1 – Vincent Di Schino / Hodin – Canicross 24
- 2 – Anthony Pélard / Konoha – Canipirates
- 3 – Christophe Maugendre / Lucky – Cani-viking

### JUNIOR Homme

- 1 – Maxime Blaess / Floppy – ASLA





## Palmarès Trophée Fédéral terre 2017

### ENFANT 1

#### FILLES

- 1 - Olivia Barget-Bareige / Comète - APCS
- 2 - Clémentine Billion / H'Zeus - Vélociraptors
- 3 - Malou Gallet / Princesse - APCS

#### GARCONS

- 1 - Léandre Cambien / Jackson - ASLA
- 2 - Edward Basquin / Marvel - Canicross 95
- 3 - Arthur Pinto da Silva / Google - Canimordicus

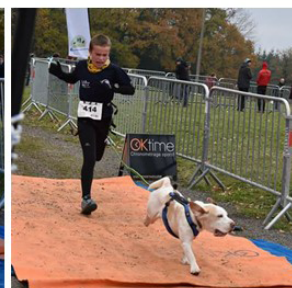
### ENFANT 2

#### FILLES

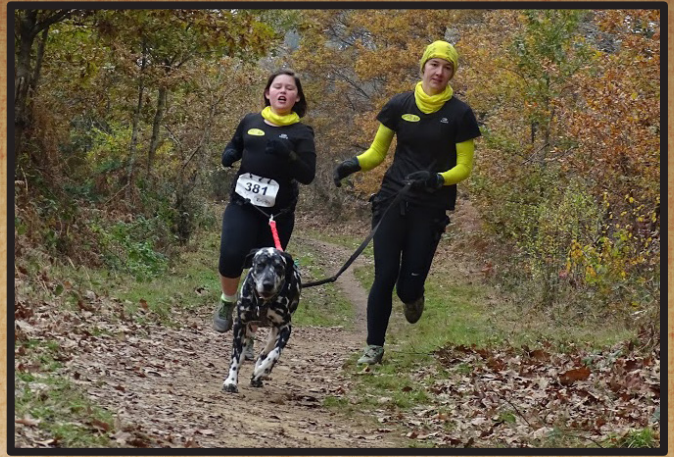
- 1 - Faustine Cadenat / Meika - Cerdagne 66
- 2 - Angelina Zeggane / Fivety Five - Canicross 83
- 3 - Elisa Prissette / Muse - Team running dogs

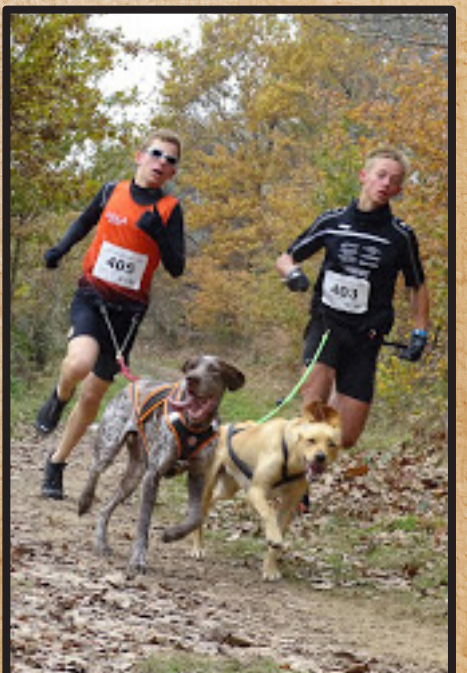
#### GARCONS

- 1 - Samuel Roucheux / Laidy - Piranhas
- 2 - Lucas Vandemoortele / Ice - ASLA
- 3 - Lucas Bailloux / Goofy - CVL











Le palmarès de l'organisation revient aux Canipat' 87 qui nous ont fait vivre un trophée comme jamais !

Et enfin des émotions et de la complicité avec nos toutous !



## LE MOT D'ANTO.



«A l'heure où le chien prend une place de plus en plus importante dans la société civile en passant du statut de « meuble » à celui d'être « vivant doué de sensibilité », je voulais m'arrêter quelques minutes sur le rôle de notre animal de compagnie dans nos disciplines.

Le canicross puise sa beauté et son essence dans le lien unique qui peut résider entre un chien et son maître. Il s'accroît au travers de l'activité, de l'effort commun et de cette confiance partagée. Nous ne devons jamais perdre de vue que nos chiens sont au cœur de notre pratique que ce soit lors de nos entraînements ou bien des compétitions. Dans nos disciplines, l'échange doit être permanent : donner et recevoir. Chacun vit son sport à sa manière. Construire les choses étape par étape avec son chien. Prendre le temps. Comprendre pour être au plus près de l'union parfaite dans l'effort. Il n'y a qu'à ces conditions que le plaisir est présent.

Aimons la compétition mais aimons encore plus nos chiens. Ne sacrifions jamais le bien être animal au profit d'une course ou bien d'un résultat. Des dérives arrivent dans notre si beau sport mais c'est à chacun de nous de veiller à ce que l'état d'esprit original perdure.

Cela commence par dénoncer les mauvaises actions, ne pas détourner le regard et agir. Il y a bien entendu l'aspect sport et performance mais cela ne doit demeurer que la partie visible de l'iceberg. L'important est de comprendre son chien, s'oublier pour s'adapter puis fusionner. Il n'y a pas de performance si c'est l'unique moteur.

En effet, le canicross et le canivtt nécessitent tant d'échanges, de compréhension, d'attention, d'observation et de remise en question que lorsque l'on trouve cette alchimie, cela laisse une saveur que l'on n'oublie jamais et que l'on a envie de revivre encore et encore. On dépasse ses propres limites, l'un avec l'autre mais surtout l'un pour l'autre. La complicité quotidienne s'en trouve métamorphosée. Vivre mieux chaque jour avec son meilleur ami, c'est aussi ça le canicross.

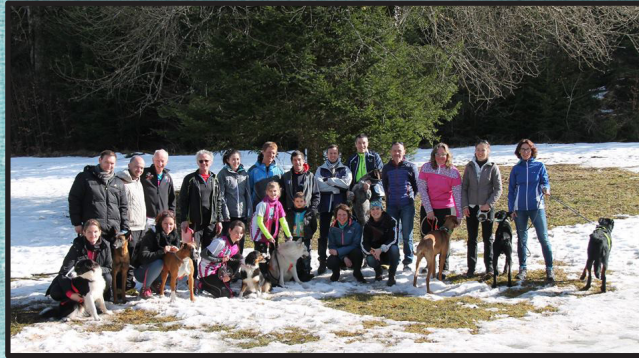
Nos chiens nous donnent de belles leçons à chaque course si on sait les observer. Ce sport nous permet de sortir de notre égocentrisme. On apprend à donner, à recevoir, à douter, à progresser, à se remercier et à recommencer. Mais c'est un travail de chaque instant.

Comme je l'avais déjà écrit, à chacun sa pratique. Certains enfileront juste le baudrier, enfileront juste le harnais à leur chien, accrocheront juste la longe puis se mettrons juste à courir derrière leur chien. Puis, d'autres vont connaître un chemin plein de surprises et de révélations. Ils vont douter, grandir, comprendre et construire un lien unique avec LEUR chien où les mots seront inutiles tant l'intensité de l'énergie échangée durant l'effort sera porteuse de messages... mais ils auront touché l'essence de ce sport et cela passe par le respect commun.»



Antony Le Moigne

## DU COTE DES CLUBS



Créé en 1979, Le Spiridon est un club de course à pied, il coordonne le Trophée des Vosges et organise les Crêtes vosgiennes, la plus ancienne course montagne du massif vosgien. **La section canicross du Spiridon Club d'Alsace a été créée en 2005** par des passionnés de course à pied et de chiens. Le club comportait alors une douzaine de membres dans cette section, aujourd'hui ils sont plus de 60 licenciés canicross FSLC pour un total de 150 adhérents avec les coureurs à pied montagne et trail. **Les entraînements ont lieu tous les jeudis soir, mais également les weekend où il n'y a pas de compétitions.** Les lieux changent suivant le groupe présent, cela va de la plaine d'Alsace jusqu'aux sommets vosgiens en passant par les forêts du Sundgau ou le vignoble alsacien sur les contreforts des Vosges.

La première épreuve de canicross a été organisée en 2001 dans les installations du club canin de Lutterbach sur un parcours atypique avec les premiers passages de rivières. La dernière édition a eu lieu en 2006. Un challenge Alsace (aujourd'hui Trophée des Vosges Canicross) a été créé en 2005 à l'image du Trophée des Vosges de Montagne. Il s'en est suivi d'autres épreuves sur d'autres sites avec des clubs de courses à pied (Grimette du frenz, Montée du Molkenrain, trail de Rouffach de Ribeauvillé etc...).

**Le Spiridon Club d'Alsace a organisé le premier stage d'initiation au canicross, canivtt et**

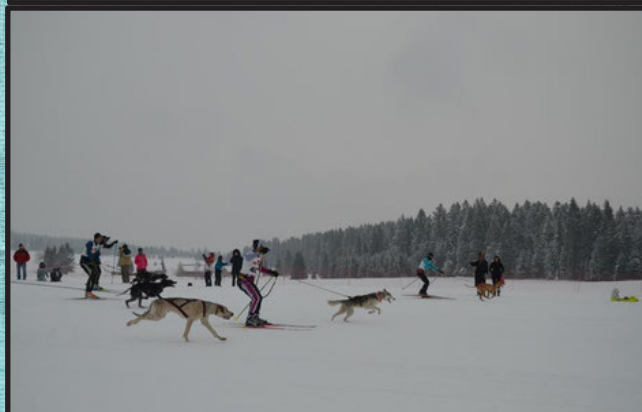
**stage d'initiation au canicross, canivtt et canirando en août 2005 au lac Blanc et avait rassemblé une cinquantaine de passionnés.**

**En 2006, le club a resserré ses liens avec le CTPE (club FFST) pour organiser un stage d'initiation au ski-joering sur le site du Markstein.** La première épreuve de ski-joering a été organisée au Schnepfenried en partenariat avec la Communauté des Communes de la Vallée de Munster, c'était en Janvier 2007 avec une boucle de 14km.

Depuis, plusieurs courses sont organisées sur terre comme l'épreuve d'Ungersheim, de Wittenheim, du Lac Blanc Blancrupt à Orbey (dans le Ht Rhin) la Ronde du Salbert (90), Veckring (57) ou encore Voisey et Villars St Marcellin (52), etc.... certaines de ces épreuves ont disparu. Sur neige il y a eu deux éditions ski-joering et canicross blanc du Markstein. **Depuis 2016, des épreuves sur neige et sur terre sont organisées en partenariat avec la FFPTC.**



Cette année le Trophée fédéral Neige sera organisé sur le site du Lac Blanc en partenariat avec la FFPTC et le CTPMV. Le challenge du Trophée des Vosges sera reconduit en 2018 avec à ce jour 14 épreuves canicross (2 nouvelles épreuves sont en projet).



### Jacques ADAM

Président du Spiridon Club d'Alsace

«J'ai débuté le canicross en 1998 avec Tom, un croisé beauceron, puis en plus du canicross, le canivtt et le skijoering avec Olympe et Savane, 2 femelles Tervueren. Savane aura 16 ans le 17 décembre, elle a pris une retraite bien méritée après 13 ans de compétition et elle est toujours en forme. Aujourd'hui je cours essentiellement en VTT et skijoering avec Gazelle, une femelle husky qui a eu 6 ans en août 2017.

Sportif de nature, je pratique (entre autre) la course à pied depuis 1971. Lorsque j'ai pris un chien il était normal que je l'emmène courir avec moi, de plus cela fait une compagnie lors des entraînements.

En course à pied on a l'impression de voler en faisant des foulées de géant, en ski et vtt ce sont les sensations de vitesse avec parfois quelques frayeurs !!!

Mes meilleurs souvenirs sont la victoire de la cani-champenoise en 2003 sur 40km en un week-end avec Savane et de l'épreuve de canicross de Wihr au Val avec Olympe en 2001 où je décroche le classement scratch (classement toutes catégories d'âge de la discipline). Il y a eu aussi le premier titre de champion d'Europe Vétérans 2 à Pilzen en 2002.»



# Dopage «involontaire» chez le chien

Docteur Estelle PONDEVIE et Docteur Emmanuelle COTTIN

Tristement célèbre chez les sportifs, le problème du dopage touche aussi les animaux et il est fréquent que chevaux, lévriers de course, chiens de traîneau, d'agility... soient soumis à des contrôles anti dopage, **les contrôles commencent à venir dans le monde du canicross.**

Le code du sport définit le dopage comme un procédé visant à modifier les capacités des animaux participants à des compétitions ou manifestations sportives. Il consiste le plus souvent dans le développement artificiel des capacités physiques en augmentant le volume sanguin (à l'aide de transfusions) ou la masse musculaire (anabolisants).



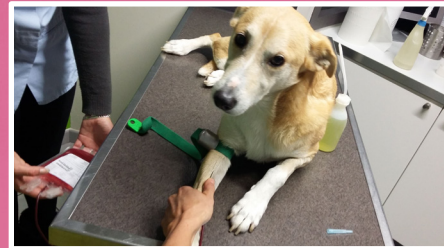
A ce stade vous êtes déjà prêts à tourner la page pour passer à l'article suivant en vous disant que celui ci ne vous concerne pas. Cependant, **êtes-vous sûre de n'avoir**

**jamais dopé votre chien «à l'insu de votre plein gré»** (pour reprendre l'expression d'un célèbre maillot à pois) ?

En effet, le fait d'utiliser des médicaments visant à soulager la douleur par exemple, est considéré comme du dopage !

**Sur le site de la FSLC, vous avez accès à la liste des substances interdites, présentées par classes thérapeutiques.** On y trouve de nombreux noms barbares tels que les psychodysléptiques et le diméthylsulfoxyde que vous aurez peu de chance de croiser sur les ordonnances de votre chien. En revanche, certaines substances citées sont d'un usage beaucoup plus courant comme par exemple les antitussifs, les antidiarrhéiques les anti-inflammatoires non stéroïdiens et les corticoïdes

(les antibiotiques n'y figurent pas mais sont bien considérés comme dopants par l'IFSS).



Il devrait sembler évident de ne pas courir avec un chien sous traitement mais qu'en est-il si votre chien a reçu ce même traitement 2 jours, 1 semaine ou 1 mois avant sa course ?

Dans le monde du cheval, des études ont été réalisées sur les délais de détections de différentes substances, on sait ainsi que le meloxicam n'est plus détectable 3 jours après la dernière prise alors que le firocoxib reste détectable 15 jours.

Pour les courses de lévriers en Europe, aucun traitement ne doit être administré dans les 4 jours précédents une course, pour les anti-inflammatoires non stéroïdiens et les corticoïdes ce délai passe à 12 jours : Il faut prendre conscience que dès qu'il s'agit de compétition, il n'y a quasiment aucun traitement autorisé en course.

**Pensez à bien vous renseigner auprès de votre vétérinaire si votre chien est sous traitement avant de pouvoir le faire courir en compétition !**

Par quelques exemples, nous souhaitons vous mettre en garde sur ces mêmes délais de latence chez le chien de canicross.

## Quelques exemples développés par le Docteur Emmanuelle Cottin

Votre chien s'est battu avec un congénère quelques jours avant une course. Il ressort avec une vilaine plaie sur le dos qui, 24h après les faits, semble très infectée. Vous allez chez le vétérinaire qui, après avoir apporté les soins nécessaires, décide de le mettre sous antibiotiques. Trois jours plus tard, la plaie est propre et quasi refermée. Vous vous alignez sur le départ d'une course. En cas de contrôle anti dopage, votre chien sera positif et vous serez sanctionné même si le traitement a été arrêté 24h avant la course car les antibiotiques sont considérés comme dopants et ils restent dans l'organisme plusieurs jours et sont ainsi détectables (notion de temps d'attente).

3 jours avant une course votre chien se fait piquer l'oreille par une guêpe. Rapidement, l'oreille devient très rouge et se met à gonfler. Vous vous dépêchez d'aller consulter votre vétérinaire. Ce dernier lui fait une injection de corticoïdes courte action pour palier à l'inflammation qui est en train de se mettre en place. Vous rentrez chez vous sans traitement car votre vétérinaire vous a expliqué que dans quelques heures tout sera rentré dans l'ordre. Et c'est le cas. 3 jours plus tard, cette guêpe est une vieille histoire et vous vous alignez sur le départ. En cas de contrôle anti dopage, le test sera positif et vous serez sanctionné car les corticoïdes sont dopants... Les corticoïdes sont détectables dans l'organisme pendant plusieurs jours même après une prise unique.

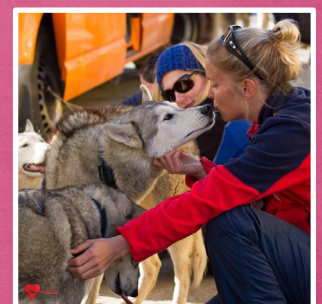
Vous êtes au 3ème jour de course avec votre binôme sur une course à étapes et les courbatures commencent à vous tenir compagnie. Kiki semble lui aussi un peu raide d'une patte. Pas de soucis, vous aviez prévu le coup et acheté un complément alimentaire à base d'harpagophytum et vous vous empressiez d'en faire avaler 2 gélules à Kiki. En cas de contrôle antidopage, kiki sera positif car l'harpagophytum est dopant (il ne s'agit là que de phytothérapie, je ne vous parle même pas du petit comprimé d'anti-inflammatoire pour l'aider à finir la semaine qui lui aussi est évidemment complètement interdit en course !)

C'est la fin de saison, il reste quelques semaines à tirer mais votre chien montre des signes de fatigue depuis quelques temps. Vous lui trouvez un complément alimentaire pour l'aider à récupérer après les entraînements. Vous avez pris soin de vérifier sur l'étiquette qu'il ne contient pas de substance dopante et vous en donnez une cure à Kiki avant la dernière course. Sur la dernière course, kiki se fait contrôler et le test revient positif à la théobromine par exemple. La théobromine est un composant du cacao et c'est une substance dopante. Il y a fort à parier que votre complément alimentaire ait été contaminé sur sa chaîne de production. Il est important de ne pas négliger la qualité des compléments alimentaires que vous utilisez et de ne pas hésiter à contacter le fournisseur en cas de doutes.

Il m'est aussi arrivé de voir des personnes venir en consultation avec leur animal pour que je leur prescrive des anti-inflammatoires car ils en donnent systématiquement avant chaque compétition, leur chien étant dysplasique, ils ne veulent pas qu'il souffre pendant la course. Le chien est en forme et a envie de courir. Il est évident que ce chien doit être soulagé et je comprends qu'il ait envie de courir car c'est un besoin pour lui, pour sa forme physique et son moral. Sauf que ce chien peut continuer à courir mais plus en compétition....

Estelle PONDEVIE

Emmanuelle COTTIN







Dossier réalisé par David Fermé

Une discipline pour les indécis ?! Entre courir et pédaler, votre cœur balance ?! Nous avons la discipline qu'il vous faut.

Parmi les différentes disciplines de sports de traction mono chien, la Canitrottinette (Canipédicycle pour les intimes) fait figure de nouvelle pratique.

**Depuis octobre 2015, une annexe au règlement course de la FSLC cadre cette pratique qui tend à prendre son essor.** Tout au plus 2 ... 3 voir 4 partants en canitrottinette il y a trois ans, on peut désormais compter une douzaine de concurrents sur les courses qui proposent cette épreuve.

Lors du Trophée Fédéral Terre en 2016 l'épreuve compte 9 concurrents, sur ce même Trophée en 2017 (les 18 et 19 novembre dernier) 12 concurrents s'étaient engagés et ont terminé la course. Le parcours des Canitrottinettes reprend souvent le parcours du CaniVTT avec quelques variantes lorsque la garde au sol (très basse sur ces engins) ne permet pas de passer sans toucher.

#### ALORS POURQUOI SE TOURNER VERS CETTE DISCIPLINE ?!

J'ai demandé à Frédéric Basquin qui pratique maintenant depuis un an et demi. Qui mieux qu'un pratiquant pour en parler ?! Il a même convaincu sa femme de s'y mettre ... Alors pourquoi pas vous ?! ... Elle a participé au championnat ICF en Italie cette année 2017 pour finir 8ème femme !!! Alors pourquoi pas vous ?!



Selon Fred, la Canitrottinette mériterait d'être mieux représentée en France car complète. Discipline à part entière qui a ses propres

spécificités, **elle allie un effort physique intense et un travail technique**, ce qui en fait une pratique complémentaire au canicross et au caniVTT tant en course qu'en entraînement. En effet, **afin de partager l'effort avec le chien. Le pratiquant doit « kicker »** (pousser au sol d'avant en arrière avec sa jambe de propulsion qu'il est préférable d'alterner) **sans cesse**. Dans le même temps, la technique de pilotage est aussi importante qu'en caniVTT.

**lorsque la technique est maîtrisée, et que le physique suit, les sensations de glisse apparaissent** avec la vitesse tant en virage qu'en ligne droite. Le centre de gravité étant plus bas qu'en caniVTT, les sensations en single peuvent vite être très fortes. Il faut alors avoir une bonne condition physique pour en profiter pleinement. Le risque de chute peut être fort si l'équilibre n'est pas maîtrisé ou si la coordination avec la foulée du chien n'est pas bonne (risque d'à-coups mais il est possible de courir à côté de la trottinette notamment en montée pour soulager le chien) ou sur des erreurs de trajectoire quand ce ne sont pas les ennuis techniques comme une crevaillon qui s'en mêlent (vécu par Stéphanie Vandrille lors du Trophée Fédéral 2016 qui a dû kicker bien plus fort pour aider son chien).

Une discipline physique pour le chien où le choix dans l'alliance du chien et du conducteur est ici aussi tout autant important que pour les autres disciplines. Un chien qui manquerait de puissance risquerait de se blesser même si très endurant et rapide. Le conducteur doit donc avoir une certaine capacité à propulser l'ensemble en kickant suffisamment fort ou être capable de courir à côté. Cela ne signifie pas que des cuisses en béton armé soient nécessaires ... juste que l'adéquation chien / conducteur doit être équilibré comme en canicross et en caniVTT.

Et à l'inverse, un chien trop puissant risquerait de vous laisser sur place en partant seul avec la trottinette dès la première bosse ou le premier virage.



C'est d'ailleurs parce que son chien Thunder ne semblait pas être adapté au CaniVTT que pratiquait Fred, qu'il lui a été conseillé de s'essayer à la trottinette. Il s'est alors fait prêter une trottinette par un ami durant quelques mois. Voyant son chien se libérer lors des courses, il a investi pour lui aussi se libérer du stress de casser un engin qui ne lui appartenait pas.

**Si vous pratiquez déjà le CaniVTT, il n'y a que la trottinette à acheter.** Le harnais et la longe restent identiques ; la barre de traction fixée sous la potence aussi (attention aux barres qui se fixent au cadres, elles sont ici différentes de celles de caniVTT, il en existe des spécifiques pour trottinette).

Le matériel se trouve chez les fournisseurs habituels où vous vous équipez pour le canicross et le caniVTT. Pour un prix compris entre 300€ et 1500€, vous aurez déjà un large choix de trottinettes pour aller de l'initiation à la compétition sans forcément vous ruiner. Bien évidemment, en montant de gamme, vous monterez en confort et plaisir mais aussi en tarif. Casque, gants et dorsale seront votre équipement de protection à prévoir pour pratiquer en toute sécurité mais **seuls le casque et les gants sont obligatoires en compétition comme défini au règlement de la FSLC.**

Côté initiation, Fred vous conseillera de commencer sur du plat en ligne droite afin de s'approprier l'engin et de trouver la symbiose avec votre chien qui doit s'habituer à cette traction nouvelle pour lui. Les à-coups se feront ressentir pour le chien si vous ne kickez pas

régulièrement.

**Une fois à l'aise, vous pourrez vous attaquer à des parcours plus techniques et commencer à ressentir des sensations « énormes ».**

De ses premières fois à sa participation au Trophée fédéral 2016 qu'il remporte en Canitrottinette, en passant par les championnats ICF 2017 en Italie, il garde principalement de bons (très bons) souvenirs : la première place au fédéral 2016 en est forcément une, et sa participation en Italie aussi.

Mais soyons honnêtes ... cette discipline a aussi ses risques : Fred en garde un souvenir douloureux ... ou plutôt ses fesses. Une chute au championnat d'Europe lui a valu 15 jours de douleurs. Mais paradoxalement, ce souvenir lui reste bon.

**Alors si vous aussi vous souhaitez vous faire de beaux et bons souvenirs en plus de ceux que vous vous construisez avec vos chiens en cross ou VTT .... tentez la trottinette.** Rapprochez-vous des pratiquants qui, comme Frédéric Basquin, partagerons avec vous leurs avis pour finir de vous convaincre d'essayer et de vous y mettre.

Les tchèques sont plutôt doués dans cette discipline qu'ils dominent... les prochains championnats du monde se déroulant juste à côté en Pologne en novembre prochain, il vous reste un an pour vous lancer. Vous ne serez pas déçus.



### AVANTAGES :

- Discipline à part entière et complète
- Entretien facile
- Moins d'entretien qu'un VTT : pas de transmission
- Des sensations fortes
- Complémentaire aux autres disciplines

### INCONVENIENTS :

- Le chien adapté pour vous en cross ou en VTT ne le sera peut être pas en trottinette. (mais vous aimez les chiens et pourrez toujours en adopter un de plus)
- Stabilité incertaine quand on débute

LA CANITROTTINETTE, C'EST L'ASSURANCE D'UN FESSIER MUSCLÉ !!!

### TEMOIGNAGE D'UN DEBUTANT

Laurent Lebois a fait le choix de se lancer dans l'aventure « Canitrottinette » en acquérant d'occasion une trott' après le Trophée Fédéral de cette année.

Il voulait varier les entraînements pour lui et son chien Furax qui, dit-il n'est pas un « gros tracteur» devant le VTT. La trottinette est donc pour Laurent une façon de partager l'effort différemment tout en musclant un peu plus son chien ... ses cuisses et ses fesses qu'il ne peut plus mettre au repos sur la selle. En effet, cette discipline paraît plus physique pour le chien mais aussi pour le conducteur. Après 3 entraînements canitrott' , Laurent garde son engouement pour cette nouvelle discipline qu'il pratique pour le moment sur des parcours roulant peu accidentés et n'excédant pas 3 km.

Comme pour les autres disciplines, il s'échauffe par un petit footing de 4-5km qui permet à Furax de se soulager et de s'échauffer également.

FRÉDÉRIC A CONCLU COMME SUIT :

**«Si votre chien est trop puissant pour vous en canicross et que le VTT vous fait peur ou ne vous fatigue pas assez... la trottinette peut être le bon choix.»**

**(Mais attention. les chutes peuvent être nombreuses ... parfois plus qu'en caniVTT)**



# Une enquête de la FSLC - Vos blessures -

Propos recueillis auprès d'Arnaud Bourjalliat, médecin référent à la FSLC

- Bonjour Arnaud, tu es le médecin de la fédé. En janvier, tu vas lancer une enquête afin d'identifier les problèmes de santé provoqués par nos sports mono chiens. Pourquoi cette démarche ?

- Aujourd'hui, il n'existe pas de données sur ce sujet ; on ne sait pas si notre activité sportive est la cause de problèmes de santé, ni quelles sont les pathologies les plus fréquentes. Grâce à un recueil de données par une enquête, il sera possible d'avoir une vision réelle de la situation et de proposer des actions de prévention (préparation physique, entraînements, ou équipement) pour réduire la fréquence et/ou la gravité des problèmes de santé.

- Comment va se passer cette enquête ?

- S'il vous arrive un souci de santé (malaise, blessure...) lors d'un entraînement ou d'une compétition, il faudra remplir un questionnaire et me le renvoyer par mail (tout sera indiqué sur le site de la fédé et les présidents de clubs auront eux aussi les informations). Les informations que vous aurez indiquées dans les questionnaires seront analysées et nous pourrons en tirer des tendances statistiques. Au fur et à mesure du temps, nous pourrons approfondir nos connaissances et évaluer l'efficacité des actions de prévention mises en place.

- Les réponses seront-elles complètement anonymes ?

- Oui, totalement ! Moi seul aurai accès à la messagerie : dès réception d'un questionnaire, je l'imprimerai afin de pouvoir le traiter et je lui attribuerai un numéro. Comme il ne figure aucune information personnelle (comme nom, prénom ou adresse) sur le questionnaire, il sera impossible aux personnes qui m'aident sur ce projet de savoir de qui il vient (NB : les personnes qui m'aident sont des professionnels de santé soumis au secret médical).

- Le questionnaire, on te l'envoie tout de suite après le « soucis de santé » ou on attend un peu ?

- C'est mieux d'attendre un peu, parce qu'il y a également des questions sur la longueur d'un éventuel arrêt de travail, sur le temps d'arrêt du sport (le temps prescrit et le temps réel d'arrêt)... des données qui peuvent être importantes.»

**Nous comptons sur chacun de vous pour transmettre vos informations afin de faire progresser la qualité de l'encadrement de notre discipline.**

# QUESTIONNAIRE



Fédération des Sports et Loisirs Canins

Bonjour,

Vous avez été victime dernièrement d'un problème de santé lors de la pratique d'un sport mono-chien. Nous espérons que vous allez bien et que votre convalescence sera ou a été de courte durée.

Pour nous aider à mieux connaître les risques pour la santé liés à nos sports et réduire la fréquence de ce type d'accident, nous vous remercions de bien vouloir remplir ce questionnaire puis de le renvoyer PAR MAIL au médecin de la Fédération : medecinfslc@gmail.com

Seul le médecin de la Fédération a accès à cette boîte mail. Vos données médicales personnelles ne seront lues que par lui afin de garantir le secret médical.

MERCI pour le temps passé à remplir ce questionnaire.

## **VOUS ETES**

Sexe :  Homme  Femme Age : \_\_\_\_\_

## **L'ACCIDENT**

Sport pratiqué au moment de l'accident

- Canicross  Canimarche  
 Canitrottinette  CaniVTT  
 Skijoering

mois de survenue de l'accident : .....

Que s'est-il passé ? (cochez et expliquez)

- Chute :  Collision :  Morsure :  Malaise :

De quoi souffrez-vous ? (Nature et siège du problème, diagnostic du médecin) :

Un traitement a-t-il été mis en place (immobilisation, médicaments, etc...) ?

- NON  OUI (précisez) :

Avez-vous eu un arrêt de travail (pour le problème provoqué par cet accident) ?

- NON  OUI : de combien de temps ? \_\_\_\_\_

Avez-vous vu un médecin pour ce problème ?

- OUI tout de suite après l'accident  NON mais j'ai vu un Kiné  
 NON mais j'ai vu un ostéopathe  NON je n'ai vu ni médecin ni professionnel de santé

Combien de temps :

**DEVEZ-vous arrêter le sport ? AVEZ-VOUS arrêté le sport ? AURIEZ-VOUS DU arrêter le sport ?**

# ENTRAÎNEMENTS



## Prévenir les blessures musculaires à l'approche de l'hiver

Benoit Lançon

### T'alimenter correctement tu feras

En hiver notre organisme doit non seulement trouver le carburant à l'effort mais également lutter d'avantage contre le froid et pour cela il puise dans nos réserves énergétiques. Variez les plaisirs et ne vous nourrissez pas que de raclettes et autres tartiflettes. **Votre corps a encore plus besoin de minéraux mais aussi de protéines et de sucres lents.** Une alimentation équilibrée est la base dans le sport. Si toutefois malgré cela vous constatez certaines carences via une fatigue chronique ou des douleurs musculaires persistantes, n'hésitez pas à faire une prise de sang de contrôle et sur avis médical à supplémenter.

### Un bon sommeil tu auras

C'est toujours bien entendu valable en été mais encore plus en hiver. Le sommeil est lui aussi une des clés de voute d'une bonne récupération. Une fatigue quasi chronique affaiblit l'organisme et le rend plus vulnérable aux blessures musculaires. Le soir ne traînez pas surtout si vous devez produire des efforts le lendemain !

### Bien t'hydrater tu feras

Dis comme ça, cela peut paraître anodin, mais ce n'est pas parce que les températures baissent qu'il faut baisser son degré d'hydratation, été comme hiver notre corps a besoin d'eau pour bien fonctionner. Alors bien sûr si l'on produit un effort par 30°C (si si les gens du Nord, on peut avoir des températures de 30°) bien entendu notre besoin hydrique sera plus important mais **même en hiver lors d'un effort et même durant toute la journée notre organisme a besoin d'eau.** Et n'oubliez pas, la sensation de soif est un symptôme déjà avancé de déshydratation. Alors même en hiver pour éviter crampes et autres lésions... Buvez !!! De l'eau...

### Entraînement et tenue adaptés tu auras

Nous pouvons bien entendu produire les mêmes efforts en été qu'en hiver. Cependant, avec la chute des températures, il faut adopter certains

gestes. A commencer par les vêtements il faut qu'ils soient en lien avec la température. **N'hésitez pas à commencer avec plusieurs couches en haut comme en bas et prolongez l'échauffement plus qu'à l'accoutumé.** Il faut monter très progressivement en température. Par grand froid, on évitera toutefois les séances dites de sprint pur qui, même avec un échauffement adapté, pourraient engendrer des lésions au niveau des ischions jambiers.

Ecoutez les signaux que vous envoient votre corps, ils ne sont pas anodins, une douleur aigüe ou même un début de contracture doit être pris au sérieux car il pourrait s'aggraver avec le facteur froid. Du repos et une consultation peuvent s'avérer nécessaires, ne prenez pas le risque de passer à côté de votre saison hivernale voir estivale ensuite.

### Des étirements régulièrement tu feras

Les étirements vont favoriser la libération des tensions accumulées par l'entraînement, mais aussi par le froid ! Certains spécialistes ne sont pas fans des étirements à chaud. Me concernant je les préconise, après l'entraînement hivernal, dans un endroit chaud et sec, une petite dizaine de minutes, toujours en douceur et jamais sur un muscle douloureux. Le muscle retrouve un peu d'élasticité ce qui réduit le risque de blessures pour la suite. Par ailleurs, lors des séances communes cela permet également de débriefer sur la séance tout en faisant du bien à son corps.

**L'hiver est là mais avec ces quelques conseils vous pourrez pratiquer sereinement, et n'oubliez pas ... Sortez couvert !**







Binôme

Passion



Efforts



Respect



Joie



Partage



Meilleurs  
vœux