



Du sport avec son chien Super ! Mais pas n'importe comment !

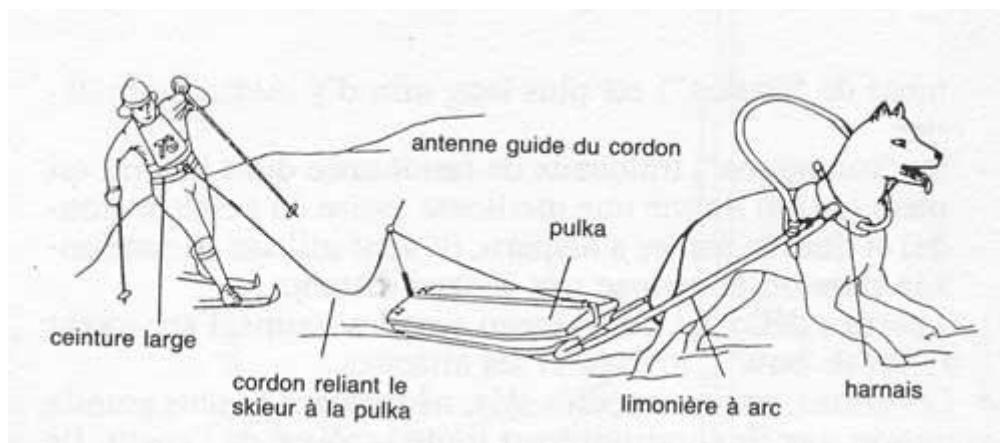
Les sports que l'on peut pratiquer avec son chien sont en plein développement !

Il en existe diverses dont les plus pratiqués seront pratiqué en club canin sont bien évidemment l'agility et le Flyball !

Mais nous allons nous étendre sur les « nouveaux sports canins », tels que le canicross, le vttjoering, scooter, skijoering sans nous égarer sur le musching qui fait tout de même partie des sports canins que l'on dit de traîne.

Un peu d'histoire...

La naissance de ses disciplines dites « monochien » seraient nées dans les pays nordiques par le pulka d'où le premier intérêt était le transport puis plus tard les compétitions où plusieurs personnes faisaient la course.



Les personnes pratiquant le pulka volant se tenir en forme mais aussi entrainer leurs chiens hors saison de neige. Ils se seraient inspirés d'un vétérinaire de Lyon (docteur Gilles Pernoud) à la fin des années 80 qui lui-même s'inspira du skijoering pratiqué dans les pays nordique pour adapter le système de traction à la course à pied.

A la base destiné à l'utilité, pour devenir de nos jours, la pratique d'un sport avec son compagnon.

Il existe actuellement plusieurs activités monochiens :

- La canirando = marche à pied
- Le canicross = course à pied
- Le VTTjoering = vtt
- Le scooter joering = trottinette cross
- Le skijoering = ski de fond (skating)
- Le pulka



L'équipement de base :

Reliant l'humain et le chien une longue élastique dont les dimensions peuvent varier en fonction des disciplines. Coté chien, il faudra privilégier un harnais de type Y court (allant jusqu'à mi dos) ou X back (s'étendant jusqu'à la pointe dorsale). Le choix du harnais dans tous les cas sera orienté vers des harnais ergonomique, adapté à sa morphologie, laissant le chien libre de tous ses mouvements. Côté humain, hors équipement de type vtt, trottinette, ski ou pulka. L'humain sera équipé d'un baudrier semblable à ce que l'on peut retrouver pour la pratique de l'escalade car il soutient parfaitement les fessiers et la barre lombaire. Nous proscrireont les ceinturons, les chiens pouvant avoir une forte traction. Cette force pourra se répercuter exclusivement sur les lombaires engendrant des séquelles sur l'humain.

Le baudrier



Le sport avec le chien :

Pour le plaisir ! Ces sports sont en tous points bénéfiques pour la relation entre l'humain et le chien.

L'effort est mutuel et cela procure une bonne dépense énergétique du chien. La pratique du sport avec son chien améliore de façon considérable la relation avec son chien. Ça nous fait plaisir et lui se fait plaisir, mais pas l'excès. Il faut toujours penser au respect du chien pour cela quelques règles de bon sens sont à préconiser :

- Eviter de courir avec son chien aux heures les plus chaudes de la journée. Les coups de chaud peuvent entraîner le décès de votre ami à quatre pattes.
- Eviter les sols abrasifs, tel que l'enrobé. Privilégier les sols meubles comme les sentiers que nous offre mère nature. Cela évitera les brûlures aux niveaux des coussinets mais aussi les dommages articulaires sur le long terme.
- Ne pas laisser le chien en permanence attaché à soi, laissez lui une part de liberté pendant ses sorties, le cas échéant, il n'appréciera plus les sorties et se sensibilisera au port du harnais.
- Pensez à bien hydrater votre compagnon. Cela lui demande un effort qui lui demande une ressource hydrique plus important que d'habitude.



- La récupération est un point à ne pas négliger ! Un effort de traction pour le chien est instance. Ménagez votre compagnon en alternant des sorties balades et sorties sportives, ou autres.

- Investir dans du matériel adapté à la pratique. Rendez-vous chez un revendeur spécialisé en sport canin pour ne pas avoir de mauvaises surprises. Cela évitera les lésions sur un court ou long terme aussi bien pour le chien que pour vous.

Même si nous ne sommes pas sportifs, nous pouvons opter pour la canirando !

La pratique de ce sport peut aussi donner une part d'éducation au chien par des directions à donner ou des arrêts, lors de sortie libre sur le rappel. Lors de sortie de groupe, il entretient sa socialisation. Dans tous les cas, pour les chiens qui demandent une dépense énergétique quotidienne, la pratique d'un sport canin réussira peut être à combler un certain manque.

L'erreur à ne pas commettre :

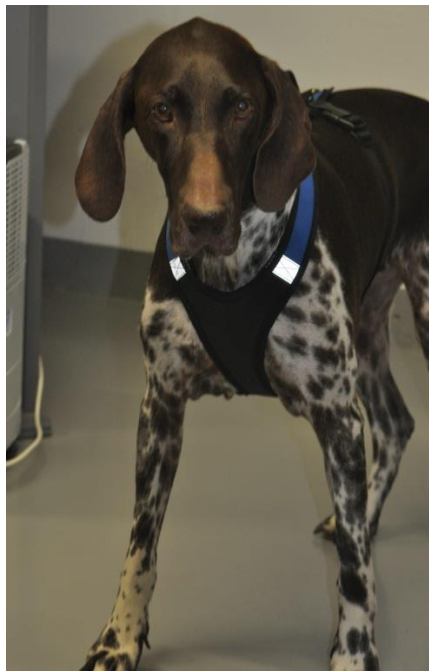
- Mettre un harnais à un chien qui n'a pas atteint sa morphologie de chien adulte. En effet, tous les harnais tendus lors de traction cintent et compriment le thorax de l'animal. Si l'animal n'a pas terminé sa croissance, des malformations sur le long terme peuvent avoir lieu. Il faudra néanmoins habituer son chien depuis tout petit au port du harnais sinon il risque de s'y sensibiliser.

Le harnais long





Le harnais court



La sortie sportive ne remplace en aucun cas les balades quotidiennes. Il faut bien prendre conscience que la sortie sportive est réservée exclusivement à la dépense énergétique alors que la promenade sera réservée aux comportements naturels dont le chien a besoin, tel que l'exploration, le flairage, l'élimination et la détente.



Les comportements associés au sport canin :

L'assimilation du sport de traîne par le chien se fait d'une manière rapide, car ils y prennent plaisir. A la longue et par un manque de conditionnement à ces pratiques, ces activités engendrent souvent des états d'hyper excitabilité et de frustrations démesurées si on ne prend pas soin dès le départ à fixer les limites par le biais de protocoles « d'entraînements ».

Les comportements d'hyper excitabilité peuvent se rencontrer rien que par la prise en main du harnais par l'humain. Le chien ayant assimilé le harnais à la balade sportive avec son maître. Le harnais pourra être déclencheur de ce type de comportement.

Les chiens ont une cognition assez développée et ont appris à différencier nos habitudes, nos codes de conduite, nos vêtements et ils savent différencier la sortie à la laisse et la sortie avec le harnais. Il est donc recommandé, de n'utiliser que le harnais pour les sorties sportives. Cela évitera les frustrations entraînant du mal être et par conséquent les comportements problématiques qui en résulte. Dans le doute pour amorcer des apprentissages de ce type dans le calme, il sera conseillé de consulter un spécialiste du sport canin.

Les états de frustration peuvent générer bien d'autres soucis comportementaux. En effet, les sorties en groupe peuvent générer de la surexcitation. Les chiens aiment faire la course, ils prennent cela comme du jeu. Même un chien dont la socialisation serait excellente pourrait se prendre à ce jeu de poursuite. Mais cette attitude dépassant un comportement normale de dit « jeu ». Un comportement agonistique peut naître, chose que tout propriétaire de chien redoute. Il faudra donc être vigilant sur certains points lors de sortie de groupe et bien se renseigner sur les chiens sensibles et générant à ce type de comportement, lors de dépassement par exemple.

Si toute fois votre chien rentre dans un état de frustration, générant un comportement de rivalité ou de compétitivité lors de vos sorties de groupe. Il faudra tout simplement s'arrêter de courir, il fera l'association entre ne plus courir et son comportement. On lui supprimera quelques choses qui lui est agréable donc son comportement ne sera pas renforcé.

Frustration Max :

Certains chiens n'auront pas les capacités de gérer leurs émotions lorsque l'on s'apprête à amorcer une sortie sportive. Cela peut se traduire et d'une manière relativement généralisée par des nuisances sonores accompagnées par de l'hyperexcitabilité.

Il faudra donc se poser à ce moment la question des apprentissages à amorcer ou s'il est vraiment sain de mettre son chien dans de tels états d'excitation. Il faudra juger et faire preuve de bon sens, si on remarque que ce type d'activité génère trop de frustrations, il serait peut-être adapter et conseiller de débiter d'autres activités canines qui seront plus calmes.

La frustration est un facteur du stress, les compétiteurs aguerris arrivent à gérer celle de leurs chiens mais vous devrez juger si vous êtes en capacité de le faire, ou le cas échéant vous faire aider. Cette émotion, comme pour l'humain, aura des effets néfastes sur la santé du chien. Il ne faudra jamais négliger cet aspect pour garder un chien en bonne santé.



Mais alors par où commencer ?

Nous ne rentrerons pas dans les détails d'un dit apprentissage d'un chien à la compétition. En effet, les apprentissages qui vont suivre n'ont rien d'équivalent à ce que l'on pourrait apprendre à un jeune chien qui serait destiné à une carrière sportive.

Pour les apprentissages de type loisir. Il faudra tout simple depuis tout petit l'habituer au port du harnais. Si l'on tarde à mettre un harnais à son chien, il pourra à un âge avancé trouver cela désagréable et ne pas se sentir à l'aise. Il s'agit tout simple de lui mettre quelques instants à l'intérieur de votre habitation de façon hebdomadaire sans qu'il fasse nécessairement l'association à une sortie en extérieure de type balade, sans le forcer et le récompenser s'il l'accepte. On pourra s'exercer à faire des directions à la laisse pour qu'il apprenne à différencier la gauche de la droite, par exemple en slalomant entre un alignement d'arbre dans un parc. Lors de promenade à la laisse, s'exercer à doubler des copains toutous sans qu'il y ne rentre systématique en interaction avec ses derniers.

Ces petits apprentissages peuvent se faire depuis le plus jeune âge du chien.

Pour la suite des apprentissages, le chien ayant atteint l'âge adulte. La meilleure manière de débiter serait de se rapprocher de quelqu'un d'expérimenté pour initier les apprentissages de sortie en harnais. Elles pourront débiter vers l'âge de 10 mois, de façon ponctuelle et sur de très courte durée et distance. Pour s'intensifier graduellement à partir de 12 mois pour certaines disciplines.

Quand commencer les sorties « longue »

Discipline	Canirando / canicross	Vtt/ski joering	Trottinette / attelage
Age du chien (mois)	12mois	15mois	15/18mois

Echauffement :

C'est du sport pour vous mais pour lui aussi. Les chiens sont sujets aux mêmes lésions musculaires et articulaires que les humains, passant de la crampe, l'atrophie musculaire, tendinite,...

Pour cela, pensez avant toute sortie, de laisser votre chien s'échauffer quelques minutes en liberté si possible, cela lui permettra l'éliminer par la même occasion mais aussi de repérer le lieu et subvenir à son besoin de flairage.



Quel chien adopter si on veut faire du sport

Nous pouvons pratiquer ce type de sport avec toutes les races, tout en restant dans l'absolue nécessité qu'il ne faudra pas forcer un chien qui ne veut pas en faire. Eh oui ! cela existe les chiens qui ne veulent pas faire d'activités sportives...

Il est de bon sens que les chiens d'arrêt du groupe 7, qui généralement sont des chiens vifs, endurants et très sportifs seront plus aptes et demandeurs de ce type de pratique sportive. Il faudra toutefois arriver à être en osmose et équilibre avec leurs capacités sportives ou se diriger vers les chiens primitifs qui seront tout aussi sportif, plus endurant mais moins brutaux.

Sachant que la prépondérance génétique jouera un rôle dans les capacités physiques et psychologiques de l'animal, effectivement les chiens dit de lignée de travail seront plus jovial, motivé et aptes à l'idée de faire du sport qu'un chien issu d'une lignée de ring.

Mais nous pouvons toutefois et rien ne l'empêche pratiquer du sport avec un teckel, un caniche, un yorkshire Terrier,..... Le tout étant de respect les capacités physiques de son chien et dans tous les cas, prendre du plaisir.

Alimentation :

A ce sujet, nous resterons sur une alimentation à base de croquettes. Alimentation qui de manière générale est la plus répandue.

Jusqu'à la pratique de sport avec son chien, il est conseillé de manière générale de rester sur de la croquette croissance chiot, que votre éleveur ou vétérinaire vous aura conseillé.

Dès l'âge des premières sorties, il sera bon de surveiller de manière régulière le poids du toutou. Les sorties de ce type demandent un effort physique au quadrupède donc. il y aura un changement du statut métabolique du chien, il faudra dans ce cas, faire une transition vers de la croquette de sport adaptée à la régularité et intensité des sorties.

En période hivernal, des compléments alimentaires gras tels que l'huile de saumon ou l'huile de foie de morue peuvent être ajoutée pour éviter les carences en lipide.

Quand ?

Il est déconseillé de donner une ration alimentaire avant une sortie, cela favorise les retournements d'estomac. Pratiquer un protocole de nourrissage 1 à 2h après l'entraînement pour permettre au chien un retour au calme. Cela permettra de limiter les troubles intestinaux et retournement d'estomac mais cela aura un effet équilibrant pour le chien, permettant une meilleure régulation dans sa manière de manger.

Et l'hydratation ?

A volonté, avant, pendant et après. S'il est inconfortable et pas pratique d'emmenner de quoi abreuver son chien durant un entraînement sportif, il est néanmoins faisable d'adapter ses parcours en les faisant passer par des points d'eau pour permettre aux toutous de s'hydrater et de se rafraîchir. Il existe néanmoins des petits sacs à dos où nous pourrons y loger gamelle souple et une bouteille d'eau.

Petite astuce : lors du nourrissage post-entraînement, mouiller les croquettes avec l'eau. Cela permettra d'hydrater convenablement votre compagnon évitant comme pour les humains les courbatures.

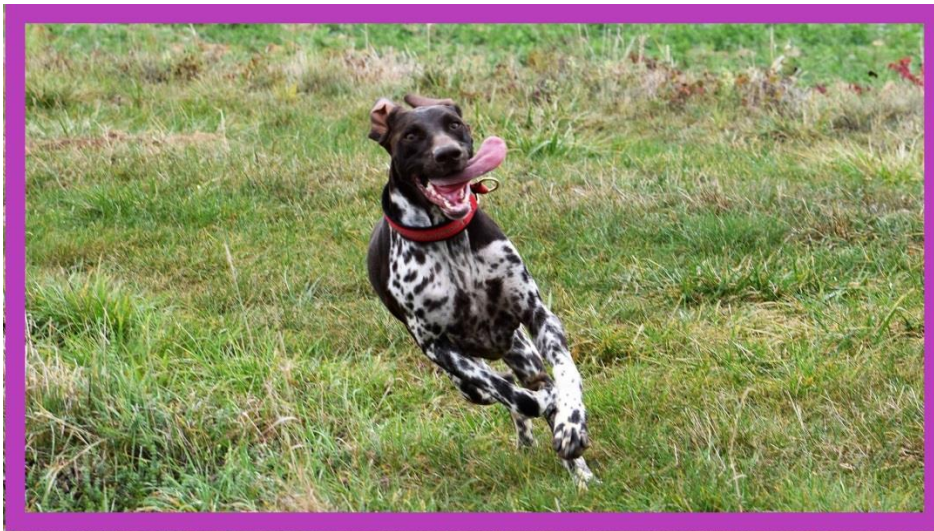


En résumé :

- On s'équipe correctement chez un revendeur spécialisé.
- Proscrire le harnais et sortie intensive tant que le chien n'a pas terminé sa croissance.
- Avoir une gestion de l'alimentation en adéquation avec la pratique du sport au quotidien.
- Une gestion des sorties cohérentes en termes de régularité en fonction de l'âge, du poids et des températures.
- Une bonne gestion de la frustration pour éviter les comportements d'hyperexcitabilités.
- Rester à l'écoute de son chien et de ses capacités physiques.
- En aucun cas, forcer votre chien s'il n'a pas envie.

Et surtout.....

PRENDRE DU PLAISIR..... A deux !



Keller Salomon
Amis des toutous