

# CaniVTT - LES RECONNAISSANCES DE PARCOURS

## EXPLICATIONS THÉORIQUES

La reconnaissance du parcours est la phase précédant une compétition ou un entraînement, visant à effectuer le parcours sans chien, de préférence en VTT ou à défaut à pied.



Elle présente de nombreux objectifs :

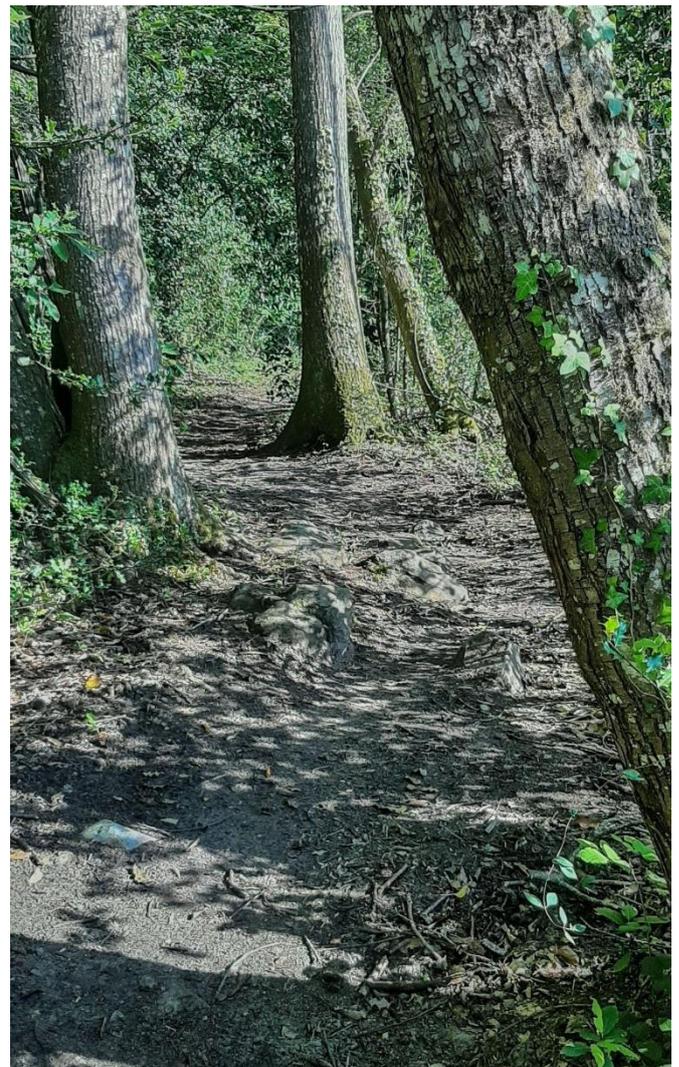
- connaître le chemin et éviter des erreurs de directions.
- anticiper des difficultés techniques afin de ne pas se faire surprendre.
- s'approprier des passages qui semblent "complexes" afin de mieux les appréhender par la suite.
- identifier les courbes optimales afin de gagner en fluidité et en performance.
- définir sa stratégie de course.

Sur ce passage de pierrier (à droite), la reconnaissance est primordiale, les possibilités sont multiples, à vous d'adapter la trace en fonction de votre bagage technique et de votre chien.

La reconnaissance pourra également être l'occasion de choisir la pression optimale dans ses pneumatiques en fonction du terrain : on choisira une pression un peu plus importante

sur les parcours roulants tandis qu'on pourra privilégier une pression un peu plus faible sur les parcours plus "cassants" ou nécessitant une adhérence maximale en courbe.

La reconnaissance de parcours est donc à la fois une manière d'assurer sa sécurité, de gagner en aisance et performance.



## INTERET DANS LA PRATIQUE DU CANI-VTT

La reconnaissance d'un parcours en vue d'une sortie "cani-VTT" est d'autant plus important qu'un animal est en traction devant le VTT.

Cela permet :

- d'anticiper les changements de direction et pouvoir communiquer avec son chien correctement, sans le surprendre avec des ordres trop tardifs.
- d'anticiper des difficultés techniques qui nécessitent de réguler l'allure du chien en amont.
- de gérer l'effort du chien en fonction du terrain.

On pourra ainsi définir des portions où on modéra l'allure du chien pour le préserver et le laisser récupérer tandis que sur d'autres portions il pourra être intéressant de solliciter son binôme en lui demandant un effort un peu plus important. Cette gestion de l'effort du chien permettra de garantir qu'il est capable de tenir l'effort demandé.

## EXERCICES PRATIQUES

Petit exercice pour mettre en évidence l'intérêt d'une reconnaissance :

1 - effectuer un premier parcours "test" chronométré sans avoir réalisé de réelle reconnaissance en amont.

2 - effectuer une reconnaissance complète en identifiant :

- les portions techniques nécessitant de réguler l'allure de son binôme.

- les trajectoires permettant de passer de la manière la plus fluide possible.

- les changements de direction un peu complexes où il faudra rester très vigilant à la bonne compréhension des ordres communiqués à son chien.

- les portions où on demandera au chien un investissement important (portions rapides où le chien court en sur-vitesse, portions très physiques où on demandera un gros effort de traction ...) et celles où au contraire on laissera récupérer un peu son partenaire.

3 - réaliser un petit exercice de visualisation. On prend 5 minutes pour refaire le parcours dans la tête en revoyant mentalement les différentes phases importantes du parcours, l'enchaînement des actions devant être réalisées (ordres, gestes techniques, concentration sur un point d'attention interne ou externe...)

4 - effectuer le parcours "test" chronométré et comparer le temps réalisé, les sensations, l'état de fatigue de son chien à l'arrivée...