

# CanivTT - LA GESTION DE L'EFFORT DU CHIEN

## DÉFINITIONS - EXPLICATIONS THÉORIQUES



En CanivTT, le chien peut rapidement être amené à devoir soutenir des vitesses importantes.

Cela est d'autant plus vrai que la motivation du chien est importante, que ce soit :

- Une motivation intrinsèque liée à son conditionnement / ses expériences en CanivTT
- Une motivation extrinsèque liée à des sources de motivations externes, comme la présence de congénères situés devant.

Une fois le VTT en mouvement, et sur des portions roulantes, l'effort de traction réalisé par le chien est plus modéré et la vitesse plus soutenue.

Un chien correctement conditionné viendra alors prendre appui sur son harnais malgré la vitesse déjà importante, ce qui augmente encore la vitesse de déplacement.

L'effort fourni par le chien peut rapidement devenir très intense et le chien va alors fonctionner dans sa filière anaérobie, ce qui va générer des douleurs musculaires, un essoufflement important, une montée en température corporelle plus importante...

Ce type d'effort est limité dans le temps et le chien peut atteindre ses limites physiologiques, avec à la clé des sensations peu agréables mais aussi la nécessité de réduire l'effort fourni et donc perdre de précieuses secondes pour qui souhaiterait performer.

## INTÉRÊT DANS UNE PRATIQUE CANIVTT

Vouloir pédaler le plus fort possible afin d'aider au maximum son chien n'est **pas toujours** une stratégie payante et peut :

- Mener le chien à la survitesse
- Générer une pression psychologique sur certains chiens
- Détendre la longe avec un risque accru d'accident
- ...

Réguler l'allure de son chien durant l'effort permet de ne pas atteindre ses limites et de pouvoir soutenir l'effort sur la durée sans amener le chien dans une situation complexe et trop difficile.

Réguler l'allure implique donc de :

- Parfois accepter de ne plus aider son compagnon pour éviter de prendre davantage de vitesse en particulier dans les descentes.
- Parfois même légèrement freiner son compagnon pour le remettre à un rythme tenable dans la durée.

La gestion de l'effort du chien rend la pratique plus « tactique » :

Il ne s'agit plus uniquement de physique, technique et mentale mais aussi d'une facette supplémentaire du sport qui nécessite de parfaitement connaître son binôme.

Il faut alors connaître le parcours en amont et savoir analyser les portions où l'on va solliciter son chien et celles où l'on va réguler l'allure.

Il faut alors être capable d'évaluer la durée de passage sur les différentes portions du parcours et connaître les vitesses que son chien peut soutenir en fonction du terrain.

## EXERCICES PRATIQUES

Connaître son chien implique d'observer son chien et analyser les séances d'entraînement.

L'utilisation d'un compteur de vitesse est un indicateur intéressant bien que non suffisant.

En effet, le compteur de vitesse permet de prendre conscience de la vitesse que peut soutenir le chien, sur des durées données.

*Exemple : j'ai l'habitude d'entraîner en fractionné et je sais que mon chien peut tenir le 32 km/h sur 1 minute, sur un terrain relativement roulant, mais qu'après il faut faire une pause ou ralentir.*

*Je sais qu'il peut tenir 5 minutes à 28 km/h sur un terrain relativement roulant, mais qu'après il faut faire une pause ou ralentir.*

Cela permet de mettre en évidence des vitesses élevées à des moments où l'effort semble fluide et « facile » bien que déjà trop soutenu.

*Exemple : le chien peut tenir le 32 km/h sur 1 minute à l'entraînement mais fatigue après 1 minute à cette vitesse. Il n'est alors pas forcément judicieux de réaliser un départ de course à 38 km/h ou de vouloir suivre le chien situé devant qui court à 35 km/h depuis déjà quelques minutes.*

Toutefois la vitesse de déplacement varie en fonction de la nature du terrain, du dénivelé.

La capacité d'un chien à soutenir un effort va aussi différer en fonction des conditions climatiques (chaleur, hygrométrie...). Les sensations et la connaissance de son chien permettent alors de parfaire l'analyse effectuée au compteur.

Le plaisir du chien est au cœur de notre pratique et la gestion de l'effort permet de **préserver le plaisir et le bien-être de nos compagnons.**

Commission CaniVTT