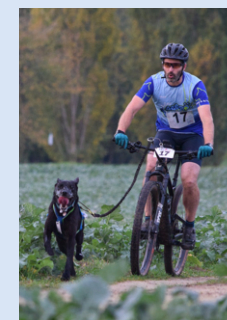


# Les 10 règles d'or du bon canicrossueur

- 1** **Respecte ton chien et félicite le à chaque fois.**  
Le Canicross doit toujours rester un plaisir pour lui !
- 2** **Respecte les autres coureurs :**  
compréhension, tolérance et sympathie
- 3** **Respecte les règles de courses**  
et les bénévoles sur le terrain
- 4** **Utilise du matériel adapté**  
fais toi conseiller par ceux qui connaissent
- 5** **Sois patient** et progresse  
pas à pas avec ton chien
- 6** **Veille à une bonne alimentation**  
pour ton chien et respecte sa digestion
- 7** **Pense à un bonne hydratation**  
pour ton chien et pour toi
- 8** **Sois à l'écoute de ton chien :** arrête toi  
s'il veut s'arrêter, c'est toujours lui qui décide !
- 9** **Préserve l'environnement :**  
ramasse les déjections canines et les déchets
- 10** **Surveille ton corps et celui de ton chien :**  
mets en place une surveillance vétérinaire et ostéopathe

 **Pratiquer un sport,**  
attelé avec mon chien



Contactez  
votre club



Fédération Française  
des Sports  
et Loisirs Canins

Tampon

DOC-02.B01-plaquette FFSLC 2023

  
**FFSLC**  
Fédération Française  
des Sports  
et Loisirs Canins

Plaisir  
partagé

Utiliser un matériel adapté



**Une longue élastique de 2m :**  
elle absorbe les à-coups entre  
le maître et le chien

**Un baudrier ou une ceinture :**  
libère les mains et améliore le  
confort lors de la traction

**Un harnais de traction :**  
il doit être adapté à la morphologie du  
chien et ne pas entraver ses mouvements.  
Demandez conseil à un club

Sécurité  
optimale



**Un casque et des gants :**  
équipement minimum  
en cas de chute

**Une barre de traction souple :**  
elle évite que la longe tombe  
dans la roue avant

**Une longue élastique de 2m :**  
et un VTT en bon état

Essayer en  
toute tranquillité

**Avec le Pass Découverte FFSLC,**  
vos 3 premiers essais gratuits sont  
couverts par l'assurance RC et  
dommages corporels MAIF !  
Renseignez vous sur les conditions  
auprès de votre club FFSLC !



La Fédération Française des  
Sports et Loisirs Canins

Leader des  
sports monochien

- Canimarche / Canirando
- Canicross / Canitrail
- CaniVTT
- Canitrottinette (ou Canipedicycle)
- Ski-joëring

Des clubs  
partout en France !

Près de 200 clubs FFSLC présents en France,  
Il y en a probablement un près de chez vous !

Des licences  
pour tous !

- Licence adulte, junior, enfant
- Loisir ou compétition
- Handisport...

Retrouvez nous sur : [www.ffslc.fr/](http://www.ffslc.fr/)  
et [www.facebook.com/FFSLC](https://www.facebook.com/FFSLC)

