

## ASSOCIATION

# Le canicross : ce sport qui a du chien !

Le canicross, sport canin qui lie littéralement le chien et son maître pour courir ensemble, a désormais son association à Calais.

## À SAVOIR

- Le canicross est un sport où le chien et le maître sont liés dans le même effort physique
- Ce sport a été développé par les mushers, pour continuer d'entraîner leurs chiens. Il a été importé en France, où il est en pleine expansion. La fédération des sports et loisirs canins compte plus de 80 clubs dans tout le pays
- Une association vient d'être créée à Calais et compte déjà sept adhérents
- Les adhérents se retrouvent tous les week-ends pour s'entraîner ensemble

Épagneul, berger australien, springer, labrador... tous les chiens peuvent faire du canicross, sauf ceux appartenant à la catégorie 1. Oui, on peut même faire du canicross avec son chihuahua, si le chien le veut bien. « Beaucoup de chiens de berger et les chiens de sécurité le pratiquent », explique Audrey Ringot, fondatrice de l'association sportive calaisienne de canicross. Quant aux maîtres, il n'y a pas de catégories pour faire du canicross. Mais « ce n'est pas facile, faut pas croire ! » prévient Audrey. En effet, si le chien tracte son maître, il faut que ce dernier puisse suivre son chien sur un parcours de 2 à 9 km (en compétition). Grâce à son chien on peut « gagner jusqu'à 50 % de vi-



L'association de canicross a été créée en janvier dernier. Les adhérents se retrouvent tous les week-ends pour s'entraîner ensemble.

tesse en plus », selon Audrey. Les adhérents le font par loisir ou pour que leurs chiens, souvent jeunes se dépensent. L'association permet aux adhérents de courir avec leur chien pour le plaisir, mais aussi de participer à des compétitions.

## DES PARCOURS COURTS MAIS TECHNIQUES

Ce samedi, les adhérents se sont retrouvés au bois de Guignes pour leur

entraînement hebdomadaire. Après un tour de 3 km ensemble en guise de reconnaissance, les équipes de maître et chien se sont lancées en course individuelle. Les premiers arrivés sont Maxence et son berger malinois Loki. Les autres arrivent au compte-gouttes, encouragés par Audrey. Tous débrieffent ensuite. Les adhérents apprennent aussi quelques exercices comme les départs et les dépassements. « Il faut

bien savoir prendre le départ, note Audrey. Le chien part directement en sprint, il faut éviter les à-coups. » Audrey prépare son border collie en lui faisant un décompte. « On sent qu'il va partir ! » En effet, trois secondes plus tard, Mambo court comme une fusée le long du chemin, Audrey derrière. Le canicross est un sport très réglementé : « On n'a pas le droit d'inter-

## 7

C'est le nombre d'adhérents qui se retrouvent chaque week-end pour s'entraîner ensemble, partout dans le Calais. Certains font aussi des compétitions

dire au chien de boire, on ne doit pas lui crier dessus ni tirer sur la laisse, c'est vraiment un sport centré autour du bien-être du chien », affirme Audrey.

Il faut aussi respecter les règles du dépassement. « Celui qui souhaite dépasser doit annoncer par quel côté il dépasse. » « Les chiens ont autant l'esprit de compétition que nous, ils n'aiment pas se faire dépasser et essaient d'accélérer ! » s'amuse Maxence, un des premiers adhérents. Lui s'est inscrit pour déjouer et sociabiliser Loki, son berger malinois âgé de deux ans et demi.

Il faut aussi pouvoir prévenir son chien de la direction qu'il faut prendre. « Personnellement, je lui dis « droite » ou « gauche », mais à chacun sa technique », confie Audrey. ■

## GÉRALDINE JOHN

Vous pouvez retrouver l'association sur Facebook : « Association Sportive Calaisienne de Canicross » ou par mail : [ascanicross@gmail.com](mailto:ascanicross@gmail.com). L'adhésion coûte 20 euros, la licence de compétition coûte 25 euros.

## VOTRE AVIS ?

« Ce n'est pas juste courir, il y a une vraie communication avec le chien »



## LAURENT, HARDINGHEN, 42 ANS

« Je faisais du canicross seul pendant deux ans et puis j'ai rencontré Aurélie. Je me suis greffé à son association. C'est mieux de courir à plusieurs, autant pour le chien que pour la personne, c'est plus motivant. »



## JENNIFER, CALAIS, 31 ANS

« Le chien nous tracte, si on est seul on peut ralentir quand on veut. Là, c'est le chien qui donne le rythme, même si parfois c'est lui qui ralentit ! C'est mieux de courir en groupe, on n'est pas toujours motivé tout seul. »



## MAXENCE, ZUTKERQUE, 27 ANS

« On apprend plus que ce que je pensais. Ce n'est pas juste courir, il y a une vraie communication avec le chien. Ça renforce notre lien parce qu'on souffre ensemble ! Loki est un chien de travail, quand il court c'est pour attaquer. Ici, il apprend le loisir. »

## FOCUS

Elle a créé l'association de canicross à Calais



AUDREY RINGOT PRÉSIDENTE DE L'ASSOCIATION SPORTIVE CALAISienne DE CANICROSS

« Je suis agent administratif à l'hospitalisation à domicile, à Calais. J'ai un border collie depuis un an et il a besoin de se dépenser. J'ai fait des recherches sur internet pour trouver des idées originales et j'ai trouvé le canicross. Il n'y avait pas d'association à Calais, alors suite à un stage avec Antony Le Moigne, champion du monde de canicross, j'ai décidé de créer la mienne avec mon mari en janvier. Nous sommes affiliés à la fédération des sports et loisirs canins. »

## En Image



## ÉQUIPEMENT

Avant de commencer le canicross, mieux vaut bien s'équiper. Audrey Ringot recommande un harnais de traction pour le chien. « Exit les harnais de marque Julius », prévient-elle. Audrey préconise également une laisse extensible « pour prévenir les chocs » lorsque le chien part en sprint. Enfin, il faut enfiler un baudrier, qui maintient mieux qu'une ceinture. « Une ceinture glisse trop et fait mal à force de courir. Niveau vêtements, il est préférable de porter des leggings. En tout cas, il faut impérativement des chaussures de trail. »

CA12.

Extrait du journal Nord Littoral - Dimanche 18 mars Page 8/9

La copie, la reproduction et la diffusion sont soumis aux droits d'auteurs et nécessitent une déclaration préalable, conformément aux dispositions du code de la propriété intellectuelle. (Art L.335-2 et L.335.3)