

Jean Louis LECLERC : Quelle endurance pour demain ?

Cette réunion initialement prévue pour les cavaliers pros fut en fait suivie par l'ensemble des participants à la journée mais le sujet était d'une telle importance que tous étaient concernés à court ou moyen terme. Les grandes échéances internationales entre 2009 et 2012 ne présentent que des pistes plates, de plus en plus rapides donc le challenge avec nos chevaux c'est d'aller de plus en plus vite sans les détruire.

Assise : Championnat d'Europe seniors : terrain plat avec quelques petites cotes sur une des boucles, avec beaucoup de changements de direction

Lévington : jeux Equestres : terrain plat, pratiquement de la pelouse mais avec beaucoup de changements de direction (vitesse prévue : 18 à 18,50 de moyenne) etc...

Il nous faut donc adapter l'endurance aux nouveaux profils.

La solution comporte plusieurs volets :

- stages techniques en début d'année avec acquisition d'une grande technicité pour augmenter la vitesse et empêcher les boiteries.
- Travailler le mental des cavaliers mais aussi la condition physique. Un médecin, le docteur Sébastien Nado , a été affecté à l'endurance et est à disposition ainsi qu'une psychologue , expert FFE, madame Annick Barthalais.
- Entraînement du cheval : utiliser des pistes d'hippodrome, des plages pour arriver à nos fins mais aussi entraîner de façon plus continue plus suivie, pas en créneaux .Il faut une progression continue : travail 3 à 4 jours de suite et un jour de repos en paddock ou avec marcheur (toujours un complément). Ce travail peut être difficile avec l'emploi du temps mais il a pour but entre autre , d'acquérir la mécanisation du galop, du geste avec l'extension maximale du cheval, la vitesse avec des pistes. Le travail au pas dans les dénivelés permet aussi d'augmenter la récupération.

Il faut trouver la limite de chaque cheval et on peut gagner de la vitesse.

Le travail fractionné avec par ex. 1km à 1,5km rapide suivi d'une zone de récupération est utilisable. Il faut flirter avec le rouge pour augmenter le seuil de récupération mais on manque d'expérience en général car le risque d'aller trop loin peut nuire à nos chevaux et cela n'est pas dans notre éthique à nous européens.

Les chevaux choisis pour les grandes échéances seront suivis. Il faut trouver la solution, remettre en question les méthodes d'entraînement pendant les 2 ans à venir. Nous avons les moyens de notre préparation au haut niveau, rien de raisonnable n'est refusé.

Monsieur Dupuille directeur des Haras de Compiègne rappelle notre éthique : ne pas casser les chevaux.

L'année sportive

Le calendrier :

Le règlement international :

* 90 à 119km

** 120 à 139 km

*** 140 à 160km

En France

* 90 km

** 130km

*** 160 km

Vet : 20' dernier Vet 30'

2 épreuves de 90 km vitesse imposée (16 kmh maxi) obligatoires avant la 90 km à vitesse libre

la France a obtenu qu'il n'y ai aucun changement en 2009 pour nous. Donc encore en 2009 il sera possible de faire : 1 épreuve de 90 VI puis 1 épreuve de 90 VL puis 1 CEI**.

Les CEI* (90 km VL) sont à créer avec inscription FEI, poids du cavalier : 70 kg, 64 en cardiaque, juge FEI, véto FEI etc....

Il est conseillé de faire une CEI** cette année pour être qualifié en 2010

Les CEI*** sont réservées aux pro
Les CEI ** : un seul classement AMA et PRO

Les jeunes de moins de 21 ans n'ont pas besoin de licence PRO .La licence AMA leur suffit pour l'ensemble des concours.(sauf pour le Grand National où le sujet est en discussion actuellement)

Règlement National intervention de Jacques Robin

Le nouveau règlement mis en place en 2008, a permis l'harmonisation des disciplines et des procédures .Nous avons donc un seul règlement commun et un règlement spécifique par discipline. Le tout est à lire attentivement.

L' activité Endurance en 2008 :

	Départs club	départs ama	départs pro	
2007	873	17515	0	18388
2008	6766	11729	942	19437

8 régions stables

7 régions en augmentation de 10%

7 régions en baisse de 10%

Dans l'ensemble baisse des engagements en 60 et 90km

Augmentation des 20 km

4 Championnats Master Pro 130- 160 km

Championnat Ama 130 km

Championnat major 2x65 km

Open Club 40 et 2x10

5 experts fédéraux sont opérationnels en Endurance .Ils sont missionnés par la FFE à la demande des CRE pour former les enseignants et les cavaliers.

Le label Ecurie Compétition a été attribué à 11 établissements.

Suppression des épreuves pro de 20 à 90 km VI et création d'épreuves qualificatives 40, 60, 90 VI sans classement.

Modifications réglementaires : - les entiers peuvent être montrés en filet au moins à la première étape
Simplification des épreuves club par équipe
Tolérance des distances adaptées au règlement FEI

Durée des qualifications pour les chevaux :

12 mois en France

24 mois pour la FEI

Cette différence sera étudiée en commission

Le règlement Général en 2009

Fait l'objet de réajustements pour s'ajuster aux modifications de la FEI

Intégrer les nouvelles formes d'Endurance : attelage

DUC :le programme peut désormais s'inscrire dès l'établissement de la DUC

Pour la date de clôture : par défaut tout sera comme l'année dernière sauf demande autre de l'organisateur

Les sanctions :

Un avertissement est donné en premier lieu puis si autre faute : mise à pied. La procédure informatique sera prête en février. Une sanction peut être donnée à un non cavalier s'il est licencié

Il convient d'être très vigilant en ce qui concerne les actes de cruauté envers les chevaux.

Un cheval OI avec des performances internationales pourra être intégré sur la liste des chevaux de sport en France.

Si le carnet d'un cheval n'est pas conforme des sanctions sont possibles : avertissement , mises à pied.

Une question est posée au sujet du compte engageur ouvert juste à un licencié. Le motif est d'ordre juridique : la FFE est une association donc à ce titre ne peut travailler qu'avec un membre adhérent donc un licencié.

Pour les Championnats régionaux, le cavalier doit être soit licencié soit domicilié dans le département ou la région sauf choix différent de l'organisateur pour ouvrir son épreuve.

Un Championnat départemental peut être le même jour que le régional et l'inter régional. Mais pas trop recommandé.

Le Grand National :

1 classement par écurie, est doté par la FFE de 21000 euros mais il y a un important cahier des charges.

Le circuit : comporte 3 concours : TARTAS le 14 mars

VITTEL le 20 juin

ARGENTAN le 25 juillet

Une écurie comporte 2 cavaliers minima, elle doit avoir un nom ou deux pour toute l'année, le coût d'engagement d'une équipe est de 300 euros. Un seul cavalier d'une équipe peut concourir sur une épreuve , quand ils sont plusieurs , seul le meilleur résultat est pris en compte Ce Grand National est réservé aux licenciés PRO. Un problème demeure les jeunes cavaliers qui sont surclassés.

La tournée des AS jeunes

Comporte 3 épreuves aidées par région, les cavaliers peuvent se qualifier hors région ; une seule qualification est suffisante pour participer au Championnat de France des AS

Championnat de France des AS

Un classement par équipe ; réservé aux seuls cavaliers classés sur la tournée des as

Critérium des jeunes

Pour les jeunes qui ont les qualifications nécessaires pour courir l'épreuve les concernant

Le Championnat de France des majors AMA aura lieu du 18 au 20 septembre ainsi que le circuit des Mousquetaires réservé aux PROS

Le Meeting des propriétaires aura lieu du 26 au 29 août

L'endurance en attelage aura lieu avec 8 catégories sur 2 distances : 20 et 40 km

ORGANISATION DE LA SAISON

Le calendrier général

1er trimestre : stage des jeunes. La liste est prise dans la computer list jusqu'aux 100 premiers ,parfois jusqu'au 1000 éme pour certaines régions. Il y a également une interrogation des CRE pour indiquer des cavaliers complémentaires.

Le Grand National : TARTAS

:VITTEL

: ARGENTAN

très médiatisés

Pas de participation à la coupe d'Europe seniors

Participation sure au CEIO de Compiègne pour les jeunes le 30 mai

Au CEIO de PAU le 25 octobre

A Libramont le 25 juillet

CEI *** (160km en 1 jour) dotés par la FFE plus les organisateurs à condition d'avoir au moins 32 cavaliers au départ dont 5 étrangers.

Les 5 premiers français avec chevaux français (propriétaire français et si possible cheval né en France) percevront la dotation fédérale, versée au cavalier.

Dotations :

1^{er} : 2000 euros

2^eme : 1500 euros

3^eme : 1000 euros

4^eme : 750 euros

5^eme : 500 euros

Championnat d'Europe Seniors

ASSISE : 80% de parcours plat :

Compiègne et Rambouillet seront les deux réunions avant avec 15 à 20 cavaliers. Un stage tous les mois sera demandé pour s'assurer d'une progression en commun.

Stage en août sur une piste de galop. La visée de ces stages est aussi pour les championnats 2010, les jeux équestres mondiaux. La sélection sera à l'issue de ces stages. Le 1^{er} stage est en mars.

Championnat d'Europe des jeunes à BABOLNA en Hongrie

Parcours plat.

3 jours pour y aller : 1100km depuis Vittel avec les chevaux par la route (transport aidé)

Les jeunes cavaliers viendront en avion pour ne pas manquer l'école, avec retour le lundi en avion.

6 chevaux seront aidés, peut être plus. L'hôtel sera également aidé par la FFE.

Compiègne pour ceux qui n'iront pas à Babolna

Stage préparatoire début juillet. à l'issue de l'entraînement : sélection

SHF

En 2008 : 92 concours

534 épreuves

1349 chevaux (+ 2 %)

3262 engagements (+ 3 %)

3^eme discipline juste après le complet.

UZES : 2008 : 407 chevaux

5 ans 176 (169 en 2007)

6 ans 150 (169 en 2007)

CIR 4 ans : 59 (38 en 2007)

6 ans 90 VI : 21

6 ans 19 élite (15 en 2007)

Invitation de la Belgique cette année

En 2008 la dotation a été de 256000 euros
Subventions par le ministère de l'agriculture :188000 euros
Fond Eperon : 60000 euros (prélèvement sur le pmu)
Aide aux organisateurs : 43000 euros
Pour 2009 : aucun chiffre à ce jour

Modifications du règlement :

Les races autorisées :

Ouvert aux chevaux OC

Nés en France ou à l'étranger, enregistrés au sire, organisme étranger reconnu et inscrit sur la liste des chevaux de sport.

Le passeport ne certifie pas l'origine des chevaux .Il est déclaratif. Il faut justifier des origines.

Lutte contre les brutalités : même règlement que FFE. Il est applicable chez les 2 : SHF et FFE

Technicien non habilité : si un juge est non habilité : amende à l'organisateur : 300 euros

Pour les 4 ans : l'épreuve de présentation est continuée en 2009. Le rectangle est bon pour le cheval comme pour le cavalier.

Le président de jury dictera la reprise ; les chevaux passent 3 par 3. Pas de notes les chevaux seront classés en 3 catégories : excellent, très bon, bon.

Mention des points forts et faibles

Martingale à anneaux autorisée

Cravache autorisée

Protections interdites

Pour les 60 km à UZES : création d'un contrôle type vet gate pour les 5 ans, pour juger de la vitesse de récupération.

9 inter régionales en 2009

5 épreuves 90 KM VL* qualificatives pour 7 ans : UZES (30) le 18 avril, SOMMANT (71) le 9 mai, CASTELSAGRAT (82) le 28 mai, CORLAY (22) le 20 juin, VIEUX MOULIN (60) le 28 juin

Les épreuves de jeunes chevaux doivent rester sur des journées qui leur soient dédiées, mais la 90 km VI peut avoir lieu avec les épreuves fédérales du lendemain.

LE LABORATOIRE VIRBAC

Présentation des divers parasites qui infestent les chevaux et des vermifuges correspondant.

Deux nouveautés : le Studpack avec 48 seringues en une seule boîte et un tarif avantageux. Destiné aux élevages importants.

Equimax en comprimés avec du marc de pomme, 1 comprimé pour 100 kg de poids vif ; 1 tube pour 800 kg . Se donne dans la main ou la nourriture.

PREPARATION PSYCHOLOGIQUE DU CAVALIER A LA COMPETITION

Par madame Annick BARTHALAIS experte FFE.

Cette conférence fut malheureusement écourtée suite au retard pris le matin, la table ronde n'eut pas lieu et l'exposé est resté plutôt théorique. Je transcris les quelques notes qui furent prises.

Qu'est ce que la performance de haut niveau ?

C'est une action, un résultat où l'athlète exprime au mieux ses possibilités. Une réussite n'est pas un hasard, elle se construit par l'entraînement, elle résulte d'une volonté, implique un engagement.

C'est un évènement unique, programmé à l'avance pour être prêt au jour « j ».

C'est une tâche complexe, une activité sportive de pilotage et de navigation chronométrée, avec un partenaire, le cheval, des adversaires et parfois en équipe.

Pourquoi fait on de la compétition ?

Il faut de la motivation, variable, qui peut être intrinsèque ou extrinsèque : pour gagner, se faire plaisir, montrer son niveau, valoriser son cheval, satisfaire ses parents, ses sponsors, gagner des médailles... Les motivations extrinsèques comme gagner des médailles résistent beaucoup moins à l'échec.

Compétences nécessaires :

Techniques : savoir être cavalier

Physiques : savoir résister à la fatigue

Psychologiques : savoir traiter les informations, mémoriser, se concentrer, gérer ses émotions, se relaxer.

Relationnelles : dans ses rapports avec l'entraîneur, l'assistance, les adversaires mais aussi sa connaissance de son cheval et sa communication.

Quels sont les effets de la compétition :

Elle provoque des émotions, des interrogations de l'inquiétude, du doute, de la peur...

C'est la concrétisation du travail réalisé à l'entraînement.

L'entraînement : c'est la préparation, le perfectionnement d'un athlète, la recherche de l'optimisation des ressources visant à l'amener au maximum de ses possibilités.

A haut niveau tous les détails comptent. Incidence de la forme physique, de la fatigue, de la motivation, de l'engagement pendant la compétition. Le cavalier montre ce qu'il sait faire.

Les conditions de la performance :

Les déterminants psychologiques

Un état idéal de performance

Un contexte

Les tâches en endurance : - pilotage et navigationtraitement de l'information

-coaction et coopération.....communication avec le cheval

-un milieu varié.....s'adapter

-stratégieprise de décision

-sous pression.....gestion du stress

-équipe.....relations humaines

compétition.....contrôle émotionnel, ne rien montrer au

cheval.

Etat psychologique favorisant la réussite : Avoir des objectifs clairs, avoir confiance en soi et en son cheval, faire une analyse objective de la situation, être capable de concentration sur la tâche et limiter le doute provoqué par la situation.

La préparation psychologique : comporte des stratégies précompétitives et la fixation des buts.

Consiste : à développer les habiletés mentales

A développer les capacités d'adaptation

A améliorer le contrôle des émotions

A gérer le mental du cheval

A gérer le contexte de la performance : environnement, relations humaines, conditions de vie.

Objectifs : reproduire les conditions de la performance optimale pour améliorer la performance du cavalier.

Stratégie de planification : préparation matérielle

: Préparation du cheval

: se concentrer sur ce qu'on peut contrôler . RELAXATION

La fixation des buts : est capitale en début de saison, elle conditionne la motivation.

Il faut des buts précis, difficiles mais réalistes à court et à long terme, des buts de maîtrise (mieux que des buts de résultats) Ils seront individuels et collectifs, mesurables.

Il faut définir les moyens pour les atteindre : stages, entraînements...

Les habiletés mentales

- la représentation mentale : se représenter des actions, des situations, des émotions, des pensées positives (réussite, souvenirs agréables...)
- la mémorisation des parcours, de l'environnement ; cela s'apprend, être capable de lire une carte très vite etc...)
- l'attention et la concentration ; être vigilant, attention restreinte ou ouverte ...

- la prise de décision

la répétition mentale pour mémoriser le parcours et être plus disponible pour être à l'écoute du cheval, attentif aux conditions météo ...

Les émotions sont des états affectifs brefs qui peuvent être agréables ou désagréables et apporter satisfaction ou insatisfaction. On peut y trouver plaisir, joie, peur, tristesse, colère, surprise, excitation... en réponse à un événement soudain, un souvenir, un environnement...

L'état émotionnel :

Le stress : ce sont des réactions psychologiques et physiologiques ; peut être constructif ou destructif. Il est déclenché par une discordance réelle ou imaginée et les ressources de ses propres systèmes biologiques, physiologiques, psychologiques.

Les causes de stress sont nombreuses : stress du jeune qui veut faire plaisir à ses parents

Stress de la sélection

Stress concernant la santé du cheval...

Il faut identifier les sources de stress, avoir autre chose dans la vie, apprendre à relativiser, se remettre en cause.

L'état mental du cavalier va jouer sur le cheval, l'inquiétude du cheval est créée par le cavalier. Il faut gérer les blocages du cavaliers, les émotions.

La gestion de la course c'est : une organisation précise

Une préparation toujours identique, ne rien laisser au hasard

La reconnaissance des lieux

La fixation des buts

La routine de préparation, coordonner tous les éléments

Il faut une stratégie de pensées positives : confiance en soi, bonne évaluation, confiance dans le cheval. Un discours interne avec des mots signifiants concrets.

Il faut de la persévérance et de la motivation, avoir un sentiment de compétence, se concentrer sur ce que l'on peut contrôler, ne pas être dépendant des adversaires.

Il faut gérer les émotions du cheval, se rassurer, être déterminé, utiliser la respiration pour se relaxer, avoir un discours positif.

Gestion du temps entre les étapes :

Gestion de la fatigue : régulation des émotions, régulation physiologique (étirements, relaxation, boire, manger)

Satisfaction des besoins psychologiques : se relâcher, se motiver)

Préparation de l'étape suivante

Pendant l'étape : savoir à quoi s'attendre laisse plus libre pour gérer le cheval et la situation.

Etre dans l'action **ici et maintenant** pour mettre toutes les chances de son côté, relativiser l'enjeu

Travailler plus.

L'ALIMENTATION DU CHEVAL DR Charles BARRE Vétérinaire

Le cheval est un herbivore, il mange en liberté pendant 12 h par jour, il vit en troupeau, a besoin d'espace. Il faut essayer de se rapprocher de ses besoins naturels

Notions de base en nutrition équine :

UFC = apport calorique

MADC = matière azotée digestible par le cheval, protéine

MADC / UFC = rapport protéo- énergétique

Minéraux

Vitamines

Foin : c'est la variable la plus importante

Type d'aliments : les concentrés

Les aliments traditionnels : complémentation toujours nécessaire ; les erreurs sont plus graves

Les aliments industriels causent des erreurs moins graves ; le coût est plus élevé mais nous n'avons pas la maîtrise des matières premières utilisées

Les CMV : compléments minéraux vitaminés

Pas d'utilisation systématique, cela dépend du foin et de l'aliment choisi.

La mise en condition :

Objectif : augmenter l'endurance, augmenter peu à peu les temps de travail à basse vitesse.

Favoriser la prise de muscles. **TRAVAILLER**

Fournir une source de protéine de qualité (tourtot de soja intéressant)

Assurer une fourniture énergétique suffisante ; contrôler l'état d'engraissement , favoriser la masse utile.

Méthode de suivi : test à l'effort, suivi de composition corporelle, mesure du poids, estimation du % de graisse.

La mise en condition nécessite du temps, participe à la construction du cheval.

Besoins nutritionnels : analyser le foin

Information sur les aliments utilisés

Faire le bilan des apports

Voir les carences, les combler avec un complément

Estimation des besoins énergétiques : **C'est l'œil du maître qui nourrit le cheval**

Fourchettes : 4-5 UFC entretien

10 UFC cheval de courses

Ca (50g/j) : phosphore (25g/j) = rapport proche de 2

risque de déminéralisation si pas assez de Ca par rapport au phosphore

Magnésium : 15 – 30

Zinc : 600mg

Cuivre : +de 200 mg

Fer : inf. à 3000mg : carence très rare

La carence en cuivre est souvent en cause . si excès : provoque l'anémie paradoxale, une sensibilité accrue aux infections

Besoins en vitamines :

A : 30000 UI

E : 1000 à 5000 mg manque souvent

C : 1000 à 5000 mg

Sélénium

Ces 4 éléments se rechargent mutuellement , donc il faut rester proportionnel dans les apports.

D : 3000 à 6000 UI souvent en excès

Analyse du foin : essentielle

Une valeur moyenne n'apporte pas grand-chose. Un foin appétent , bien récolté , est mieux qu'un foin trop riche .L'analyse est chère, il est préférable d'avoir toujours le même foin

Evaluer la consommation du foin : par pesée , par approximation .

Il faut 2 % en poids vif en matière sèche soit pour 500 kg : 7 kg minimum de foin

Connaître la composition des aliments

Faire le bilan des apports et composer la ration nécessaire

Trouver un complément minéral adapté.

Quelques affections à origine alimentaire :

Ulcères gastro- duodénaux :

Mal connus , ne seraient pas dus au stress.

Affouragement insuffisant

Nombre restreints de repas

Temps d'ingestion réduit

Solution : affouragement

Donner le fourrage avant les concentrés

Fractionner les repas

Augmenter les temps d'ingestion (mettre par ex. des pierres au fond de la mangeoire pour ralentir l'ingestion)

Apport d'huile végétale pour la protection de la muqueuse stomacale

Les tics d'écurie :

Révèle l'ennui

Les sortir , leur donner du foin.

Fractures de stress :

Chocs répétés, déséquilibre minéral de la ration.

Myosites récidivantes :

Liaison avec le métabolisme des glucides liaison avec le déficit en anti-oxydant

Donner de l'huile végétale ; si utilisation d'huile retirer autre chose de la ration : 300ml= 1 UFC sinon ration trop riche

Apport vit. AEC Sélénium

Perte musculaire

Déficit énergétique

Perte de poids

Protéines utilisées pour la fourniture énergétique

Adapter régulièrement les rations

Surveiller le poids

Syndrome de surentraînement

Apathie, amaigrissement, baisse d'appétit, intolérance à l'effort.

Diagnostic difficile

Coliques de stases

Souvent bouchon de paille, trop de paille avalée

Le glycogène loading : régime dissocié

Vient des USA . pas de résultats probants actuellement

La carnitine : brûleur de graisses, amaigrissant, défatiguant. quel intérêt pour le cheval ?

Intéressant si le taux de lipide est trop important

Les protecteurs de flore : les ferments lactiques. Réensemencement en cas de traitement antibiotique

La supplémentation enzymatique

Aide à digérer, réduit les fermentations mais favorise les pics glycémiques. Favorise l'insulino dépendance

CONCLUSION : la composition du foin est essentielle .l'analyse est indispensable

Maintenir : entre 80 et 120 MADC / UFC c'est la norme

Zinc (600) / cuivre (200)

Les déséquilibres ont de l'importance sur la santé du cheval

L'étude nutritionnelle doit être raisonnée, évolutive et économiquement viable

Compte rendu des conférences par Jeannine MARESCHAL

Janine.mareschal@wanadoo.fr site www.ceerbourgogne.com