

*ifce*



# **Le cheval d'attelage: gérer sa carrière sportive**

Renaud VINCK

Responsable national attelage formations et activités sportives, ifce

Expert technique du projet attelage national- Novembre 2017

# Sommaire



©ifce/R.Vinck

- ▶ Rappel du cadre de la performance sportive
- ▶ Elaborer sa planification en fonction des objectifs
- ▶ Etre performant... tout le temps?

# Rappel du cadre de la performance sportive



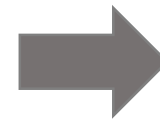
# Elaborer sa planification sportive en fonction des objectifs

## ► Clarifier les objectifs sportifs



« *Quels sont mes objectifs sportifs?* »

- ✓ Les championnats de France
- ✓ Les CAI
- ✓ Les championnats du monde
- ✓ Le championnat régional ...



- ✓ Tous les ans
- ✓ Tous les mois
- ✓ Tous les 2 ans

« *Faire un podium? Etre dans le Top 5?* »

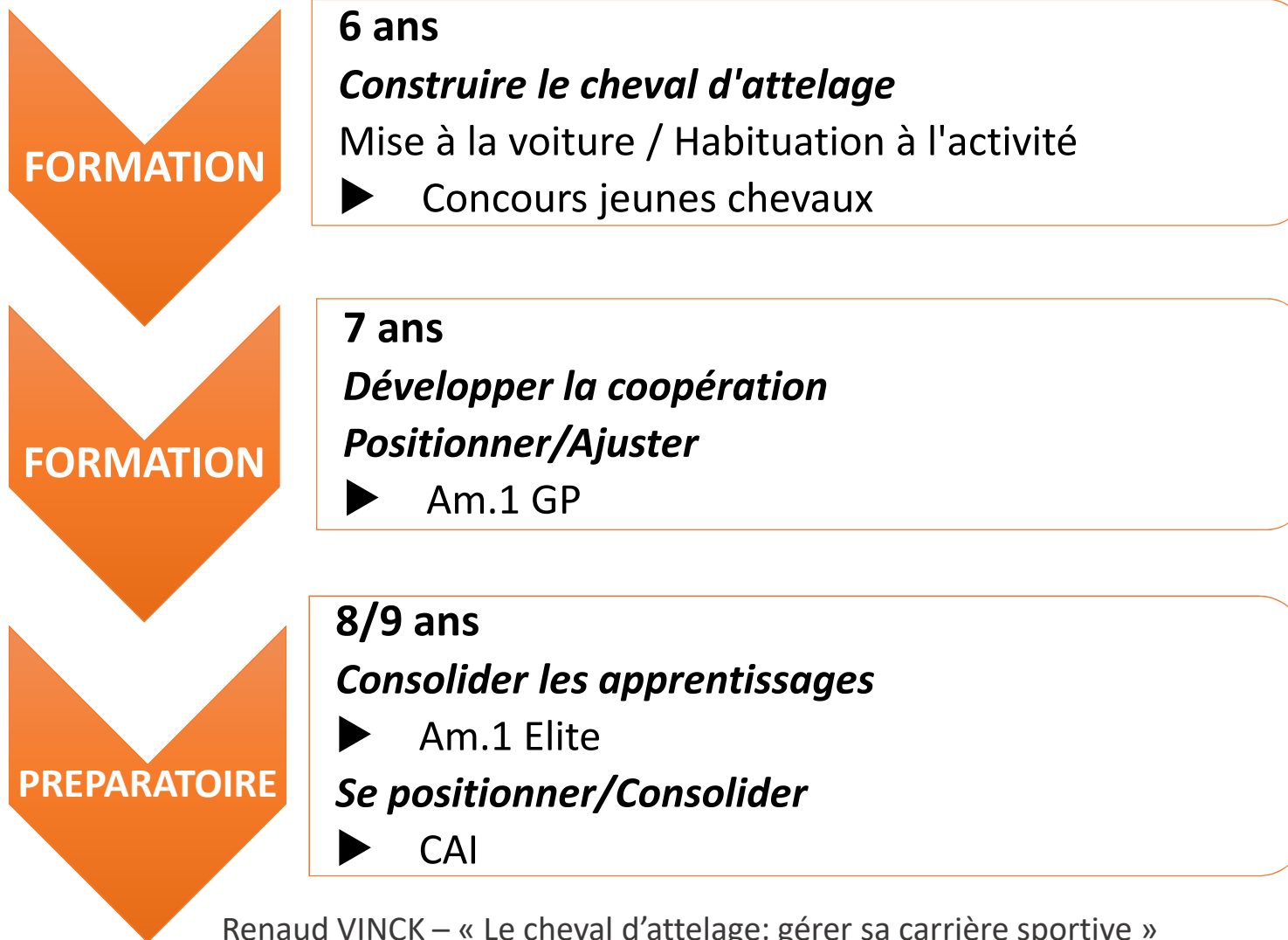
# Elaborer sa planification sportive en fonction des objectifs

- ✓ Sur 2 ans, 1 an...
- ✓ Séquencer l'année en périodes
  - > Préparatoire
  - > Compétition
  - > Transitoire
- ✓ Faire des choix, être à l'écoute de son cheval



► Exemple de LANZARO, acheté à 5 ans

# Elaborer sa planification sportive en fonction des objectifs



# Elaborer sa planification sportive en fonction des objectifs



COMPETITION

**10/11 ans**

***Se positionner/Renforcer***

▶ 1<sup>er</sup> Championnat du monde

**12/13 ans**

***Optimiser/Renforcer***

▶ Championnat du monde

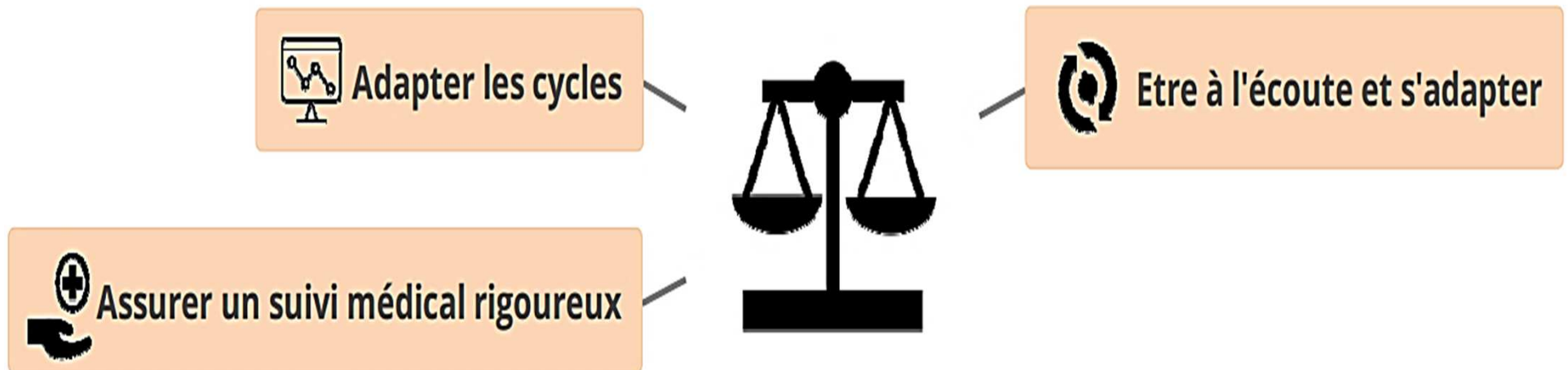
**14/15 ans**

***Maximaliser/Maintenir l'intégrité/Renforcer***

▶ Championnat du monde

# Elaborer sa planification sportive en fonction des objectifs

- ▶ Gérer l'intensité et la charge de l'effort





# Elaborer sa planification sportive en fonction des objectifs

- ▶ Adéquation des moyens mis en œuvre



Une équipe pluridisciplinaire



Les suivis médicaux



Les infrastructures



Les moyens financiers

# Etre performant... tout le temps?

## ► Etre performant, c'est...



***Renouveler* la performance sur le niveau de compétition choisi**



***Définir* le résultat attendu en lien avec l'objectif sportif fixé**



***Choisir* ses échéances sportives « déclassement volontaire »**

# Etre performant... tout le temps?

## ► La contre performance.... VIGILANCE!



# Le cheval d'attelage: gérer sa carrière sportive

## Ce qu'il faut retenir:

- ▶ Respecter le cheval dans son intégralité dans:
  - ✓ l'approche sportive;
  - ✓ son entraînement au quotidien.
- ▶ Elaborer la planification en fonction des objectifs
- ▶ Gérer l'intensité et la charge de l'effort
- ▶ Etre à l'écoute, s'adapter
- ▶ Programmer dans le temps

# Pour aller plus loin...

<http://www.ifce.fr/haras-nationaux/connaissances/>



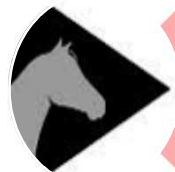
## Webconférences,

pour s'inscrire, les revoir, télécharger les documents



## Equipaedia,

Fiches par thème



## Equi-VOD,

Vidéos des conférences, webconférences

## Prochaine Web conférence

► **Mardi 07/11/2017**, « *Ecrire une fiche pédagogique* »