



# Sommaire

Préfaces .....	8
----------------	---

## Chapitre 1

>	<b>TECHNIQUES DE CONDUITE</b>	
1.1	COMMENÇONS PAR LE PLUS IMPORTANT .....	14
• 1.1.1	Les règles d'or .....	14
• 1.1.2	Les 10 commandements de la conduite en Agility .....	16
1.2	CHANGEMENT DE MAIN .....	16
• 1.2.1	Le pivot .....	17
• 1.2.2	Le pivot déroulé .....	20
• 1.2.3	Le « Croisé arrière » .....	21
• 1.2.4	La Jeannette .....	27
1.3	TOURNER COURT .....	30
• 1.3.1	« Cik & cap » .....	31
• 1.3.2	« Là, saute, viens » .....	31
• 1.3.3	Le Kechke .....	32
• 1.3.4	Le « OUT » ou comment apprendre à sauter une haie par derrière .....	37
1.4	TRAJECTOIRES .....	43
• 1.4.1	La mise en place au départ .....	44
• 1.4.2	Réaxer avec un pivot .....	46
• 1.4.3	Réaxer avec un faux pivot .....	48
• 1.4.4	« Peaufiner » le croisé pour optimiser une trajectoire .....	51
• 1.4.5	Faire un « V » .....	53
• 1.4.6	Quelques applications .....	54

## Chapitre 2

>	<b>LA CONDUITE À DISTANCE</b>	61
2.1	Séquence 1 : PAS D'OBSTACLE .....	62
2.2	Séquence 2 : UN SEUL OBSTACLE .....	63
2.3	Séquence 3 : LE RAPPEL .....	64
2.4	Séquence 4 : ENVOYER TARZAN DANS LE TUNNEL .....	65
2.5	Séquence 5 : LE PARCOURS EN « HUIT » .....	66
2.6	Séquence 6 : DISTINGUER LE NOM DES OBSTACLES .....	67
2.7	Séquence 7 : LE LANGAGE DU CORPS : DE LOIN OU DE PRÈS, C'EST LE MÊME ! .....	71
2.8	Séquence 8 : FAIRE NÉGOCIER LA PASSERELLE À DISTANCE .....	71
2.9	Séquence 9 : LES ORDRES DIRECTIONNELS « DROITE » ET « GAUCHE » .....	72

## Chapitre 3

>	<b>DU PARCOURS AUX ATELIERS</b>	77
3.1	LE PARCOURS DE MARIE .....	79
• 3.1.1	Module 1 .....	80
• 3.1.2	Module 2 .....	81
• 3.1.3	Module 3 .....	81
• 3.1.4	Module 4 .....	82
• 3.1.5	Module 5 .....	82

3.2	LE PARCOURS D'ÉMILIE	84
• 3.2.1	Analyse de la reconnaissance	84
• 3.2.2	Module 1	88
• 3.2.3	Module 2	90
• 3.2.4	Module 3	92
3.3	LE PARCOURS DE GUILLAUME	94
• 3.3.1	Analyse de la reconnaissance	94
• 3.3.2	Module 1	95
• 3.3.3	Module 2	96
• 3.3.4	Module 3	96
• 3.3.5	Module 3 (suite)	97
• 3.3.6	Module 4	97
• 3.3.7	Module 5	98
3.4	LE PARCOURS D'HENRI	99
• 3.4.1	Module 1	99
• 3.4.2	Module 2	100
• 3.4.3	Module 3	101
• 3.4.4	Module 4	101
3.5	LE PARCOURS DE FABIEN	103
• 3.5.1	Module 1	104
• 3.5.2	Module 2	105
• 3.5.3	Module 3	107
• 3.5.4	Module 4	108
3.6	LE PARCOURS DE FRANÇOIS	114
3.7	MON PARCOURS	119

## Chapitre 4

>	LE CHIEN DE SPORT	125
4.1	LA SANTÉ DE TARZAN	125
• 4.1.1	L'examen clinique de base	125
• 4.1.2	Les vaccins	127
• 4.1.3	Les maladies courantes	128
• 4.1.4	Les parasites	130
• 4.1.5	La nutrition	132
• 4.1.6	Anatomie du chien	134
• 4.1.7	Physiologie de l'effort	134
4.2	LA PRÉPARATION À L'EFFORT	136
• 4.2.1	Les compléments alimentaires	136
• 4.2.2	Les bases de l'entraînement du chien de sport	137
- 4.2.2.1	Les principes généraux	137
- 4.2.2.2	Les méthodes d'entraînement	138
• 4.2.3	La conception d'un programme d'entraînement	139
• 4.2.4	L'échauffement avant l'effort important	140
• 4.2.5	La récupération après l'effort	140
• 4.2.6	Le surentraînement	141
4.3	LES PATHOLOGIES DU CHIEN DE SPORT	142
• 4.3.1	Les pathologies locomotrices	142
• 4.3.2	Les pathologies osseuses	143
• 4.3.3	Les pathologies organiques	146

## Chapitre 5

>	PROGRAMME SUR CINQ SEMAINES POUR COURIR PLUS VITE QUE TARZAN	151
---	---	-----

## Conclusion