

L'ENDURANCE EQUESTRE

INTRODUCTION

ENDURANCE : Le sport de ceux qui voyagent loin.



- ✦ Partir en compétition pour 120 ou 160 kilomètres en un jour ou même 200 en deux jours.
- ✦ Maintenir la cadence à 15, 17, 19 km/h... de moyenne en respectant son cheval sur ces distances.
- ✦ Faire corps ensemble pendant des heures et tenir bon.
- ✦ Gérer l'effort de son cheval et jouer de stratégie dans la compétition.
- ✦ Se retrouver en groupe ou bien parfois seul pour des heures sur une piste balisée en pleine nature.
- ✦ Ne pas s'emballer quand ça va bien, car rien n'est jamais gagné tant qu'on n'est pas arrivé.
- ✦ Ne pas perdre le moral quand le temps semble long et que ça va mal, mais savoir s'arrêter avant que son cheval ne le fasse.
- ✦ Se laisser envahir par l'attrait de paysages souvent beaux et savoir, en même temps, toujours être à l'affût des difficultés renouvelées du parcours.
- ✦ Etre, au fil des kilomètres et sans discontinuer, à l'écoute de son cheval.
- ✦ Ne pas lui demander plus qu'il ne peut.
- ✦ Ne pas le laisser aller pour vous au-delà de ce qu'il pourrait.
- ✦ Savoir connaître ses limites et savoir les sentir.
- ✦ Arriver à bon port avec un cheval, certes fatigué, mais toujours assez fringant pour être capable d'un galop fou lors d'un sprint final.
- ✦ ... et terminer avec panache, ou terminer seulement, mais sans la faiblesse ou la honte d'être allé trop loin.

Voilà quelques moments forts de l'endurance.

Nul autre sport équestre de compétition ne met aussi longtemps ensemble cavalier et cheval. L'endurance est une histoire de complicité sur la durée entre cavalier et cheval, cheval et cavalier. Observez-les tous deux lors des arrêts des contrôles vétérinaires, ou après l'arrivée, et vous verrez ce lien trahi par un regard, une caresse de la main, un petit mouvement de tête, le geste d'une oreille, un échange furtif de signes qui ne trompent pas... il est certain que l'effort commun les rapproche.

C'est évident.

C'est beau.

C'est toute une aventure.

C'est tout un entraînement pour y arriver. Car ce n'est pas en un jour que chevaux et cavaliers deviennent capables de telles performances. Il faudra aux uns comme aux autres des années d'entraînement pour y arriver vraiment et sans inutile danger.

PROGRESSION

On commence par 20 ou 30 Kms avec vitesse limitée (entre 10 et 12 km/h obligatoirement) pour apprendre qu'arriver vite n'est pas forcément arriver bien. Le niveau de fatigue du cheval est usuellement déterminé par la hauteur de son rythme cardiaque. Une formule a été mise au point avec le temps pour intégrer à la fois cette notion de vitesse et celle de fatigue. Il en résulte des points, le gagnant étant celui qui en obtient le plus. **Celui qui gagne n'est donc pas nécessairement celui qui est arrivé le plus vite (dans la limite de vitesse imposée), mais celui qui est allé le plus vite en fatiguant le moins son cheval.**



Ainsi commence-t-on à comprendre les tenants fondamentaux de l'endurance : **respect du cheval et rapidité dans la compétition.**

On se classe et l'on progresse. On se qualifie chemin faisant. On accèdera ainsi aux épreuves de **40**, puis de **60 Kms** (avec vitesse limitée entre 12 et 15 km/h). Et puis, un jour arrive la « **première nationale** » sur **90 km** (Nationale 1 étoile) avec vitesse non limitée. C'est l'accès à un monde nouveau où le cavalier devient complètement responsable.

C'est une bouffée d'émotion. « J'ai fait ma première nationale ». On a l'impression que c'est très long et puis quand on regarde les épreuves à vitesse limitée qui paraissaient interminables, on les trouve souvent bien courtes maintenant et peut-être très faciles. On a simplement progressé. La première nationale laisse un souvenir impérissable, celui de l'intronisation. Le cavalier est libre. Mais, libre de gérer sa course, son cheval, il découvre au fil des kilomètres, que la chose n'est pas si évidente que cela. Il découvre qu'il ne sait pas encore grand-chose en matière d'endurance, mais que l'avenir est à lui s'il sait continuer d'apprendre dans le respect de sa monture et l'écoute de ses pairs.

Et voici qu'enfin, après au moins deux classements en Nationale 1 étoile, **l'accès aux concours de 120 Kms** est ouvert. C'est une nouvelle étape qui, en cas de classement, permet d'accéder aux compétitions de **160 ou 200 kms**.

Tout au long de cette progression, les cavaliers apprennent à connaître leurs chevaux et les dangers de la course. Ils apprennent à se connaître aussi dans le respect omniprésent de leur monture.

Mais on ne saurait s'entraîner sur les seules courses auxquelles on participe. L'entraînement de son cheval est tout un long programme. L'entraîner, c'est lui donner les moyens de mieux faire, lui permettre d'acquérir la condition physique d'un athlète de haut niveau, se donner les moyens d'être au rendez-vous des palmarès. Il faut apprendre à le connaître et savoir aller toujours un peu plus loin, un peu



plus avant, l'amener à se dépasser sans cesse mais ne jamais franchir la limite qui le mettrait en danger. De nombreuses années de formation du cavalier et du cheval seront nécessaires. Vous ne trouverez pas un seul cavalier qui ne s'y sente toujours et qui songerait à s'en plaindre.

L'endurance est un sport fabuleux à condition de savoir persévérer dans l'apprentissage et de ne pas vouloir tout de suite. S'aventurer sur les distances pratiquées en endurance avec un cheval « sortant du pré » et non préparé, serait le faire inutilement souffrir et très certainement mourir ; ne vous y risquez jamais !

LA PROTECTION DU CHEVAL



Vous l'aurez aussi compris, il n'est pas question de faire parcourir à son cheval des dizaines de kilomètres en plein galop sans arrêt d'un bout à l'autre du parcours. Cela serait aussi criminel qu'impossible.

Quelque soit le niveau de compétition, **les chevaux sont arrêtés tous les 20 à 30 kms**. Là, un **contrôle vétérinaire** aussi complet que possible a lieu. Le rythme cardiaque du cheval est pris et ne doit pas dépasser des valeurs fixées règlementairement.

Sur les compétitions à vitesse non limitée (dite libre), lorsque le cavalier passe les lignes d'arrivée des étapes intermédiaires, le temps de course n'est pas arrêté. Il ne le sera qu'à l'entrée de l'aire de contrôle vétérinaire (appelée « vet-gate »). Pour ce faire, un temps limité est imposé.

Ainsi, se trouve maintenu au plus haut niveau **le critère numéro un de l'endurance : respect de la santé du cheval dans la compétition**.

Celui qui demande trop à son cheval sur la piste (on dit qu'il « gère » mal) mettra plus de temps à « rentrer » dans l'ère de contrôle vétérinaire que celui qui a su « gérer » correctement l'effort. Ainsi, le plus rapide sur la piste n'est pas nécessairement le plus rapide à « rentrer » dans l'aire de contrôle et à arrêter ainsi le chronomètre. Si de grands changements se font sur la piste, des bouleversements importants s'observent aussi entre le passage de la ligne d'arrivée et l'entrée dans l'aire de contrôle.

Le contrôle vétérinaire est un examen approfondi de l'état de santé du cheval. Il se termine par un contrôle des allures. Tout cheval présentant des faiblesses ou une fatigue prononcée est arrêté et le cavalier non classé.

Si le cheval va bien, une période de repos obligatoire de 40 à 50 minutes est observée avant le départ de l'étape suivante. Cette période est notamment mise à profit pour restaurer le cheval.

Sur les épreuves à vitesse non limitée, des examens complémentaires ont lieu avant la dernière étape (et, en cas de doute, au départ de toute autre, selon besoin). C'est alors seulement que le concurrent est autorisé à repartir.



L'ASSISTANCE AUX CAVALIERS

Mais le cavalier n'est pas seul avec son cheval. L'une des particularités de l'endurance tient dans **la présence essentielle de son assistance**. Sans elle, le cavalier ne pourrait pas valablement participer à la compétition tant sa présence et son action sont importantes pour l'issue des épreuves.

Lorsque le cavalier part sur la piste, son assistance, bardée de seaux et de bouteilles d'eau, part en voiture sur la route. Ils se croiseront aux **points d'assurances prédéterminés par l'organisateur de la course** ou non interdits pour cause de sécurité. Là, les chevaux seront arrosés pour les aider à **lutter contre la déshydratation**, on leur offrira à boire, on jettera un œil sur leur état général, on renseignera les cavaliers sur la distance les séparant de leurs prédécesseurs et on s'efforcera de satisfaire aux besoins qu'ils expriment.



Aux arrivées intermédiaires des compétitions à vitesse non limitée, l'assistance s'occupera de tout ou presque dans le but de faire rentrer le cheval le plus rapidement possible dans l'aire de contrôle vétérinaire et arrêter le temps de course.

Qu'ils soient amis ou partie de la famille du cavalier, vous les verrez actifs et silencieux, précis le plus souvent. Ils sont partout, à la fois omniprésents et efficaces. Ils participent pleinement à la compétition et s'efforcent de répondre au mieux aux exigences de la situation et aux demandes de leur cavalier.

Si vous ne connaissez pas l'endurance et voulez apprendre à la connaître avant même que d'y participer, joignez-vous à une assistance durant une compétition et **vous vivrez ce sport de l'intérieur, vous le comprendrez aussi et l'aimerez sûrement.**

Vous y sentirez ce mélange spécifique de rivalité et de convivialité qui fait l'une des particularités de l'atmosphère de ce sport. Vous y verrez des compétiteurs farouches autant que fraternels. Vous n'y rencontrez pas de gagnateurs

solitaires et hautains. Vous y verrez un monde où le mot « compétition » peut toujours aussi rimer avec « **entraide** » et « **joie de vivre** ».

LES ORIGINES



Pendant des siècles, lorsque les machines ne s'étaient pas encore substituées à eux, les chevaux étaient **une source d'énergie dans l'effort au travail** et l'unique **moyen de locomotion rapide** pour l'Homme.

Cet accompagnement fût tel que l'Histoire de l'humanité est en bien des lieux de notre planète indissociable de celle des chevaux. Tout au long de cette aventure commune, l'Homme a été à l'origine du meilleur et du pire pour le genre équin. Du cheval mourant à la tâche dans quelque mine obscure de Silésie ou du Massif Central, dont il ne ressortait jamais, aux plus brillantes figures de l'art équestre, l'éventail est impressionnant.

Notre relation au cheval, **aujourd'hui quasi exclusivement de nature ludique et sportive**, porte en elle la trace profonde de cette histoire commune et chaque sport équestre y trouve tout ou partie de son origine. D'où vient donc l'origine de l'endurance ?

Nombreux sont ceux qui ont des réponses de part le monde et variées sont celles-ci. De l'Arabie à l'Europe, en passant par l'Australie ou l'Amérique, chaque civilisation peut apporter sa pierre à cette histoire. Une chose est certaine, elle a en elle quelque chose du trajet et de la communication, la notion même d'état, voire d'empire, ayant toujours été historiquement liée à celle du maintien des liens entre les Hommes et donc des communications et du mouvement (en l'absence de connaissances des ondes radio, etc.) **L'endurance, c'est aller d'un point à un autre pour porter les nouvelles.**

L'endurance aurait-elle trouvé naissance dans la notion de poste ? L'origine mythique en serait alors les services postaux d'Europe ou d'Amérique. Le fameux Pony Express qui, aux USA, reliait l'état du Missouri à San Francisco fait encore partie de la mémoire collective. Il y a aussi les exploits oubliés de la poste anglaise ou bien ceux de son alter ego polonaise pour ne citer qu'elles.

L'endurance, c'est aussi aller d'un point à un autre pour conquérir.
Les militaires utilisaient les chevaux pour faire les



guerres et avaient besoin de montures rapides et robustes. A cet effet, ils avaient coutume d'organiser des épreuves pour sélectionner les chevaux de troupe. Au début du XXème siècle, on voyait encore ce genre de tests et l'histoire a retenu, entre autres, l'inexcusable raid Bruxelles - Ostende qui eut lieu en 1902 sur 132 Kms et fut « gagné » à une moyenne de 19 km/h. Là s'écrivirent des pages souvent cruelles de l'histoire commune de l'Homme et du Cheval.

Peu à peu, des compétitions d'endurance sont apparues au cours du XIXème siècle en Europe, en Australie et aux USA. On était loin de considérer alors la santé du cheval comme le principe incontournable de ce sport naissant et nombreuses furent les victimes des compétiteurs d'alors. Ce n'est qu'avec le temps et l'évolution des mentalités, alliée à la disparition des utilisations traditionnelles du cheval, que les règles ont évolué vers ce que nous connaissons aujourd'hui. Il y reste la notion d'endurance. Celle de souffrance, voire de cruauté, a disparu pour le meilleur de l'Histoire commune de l'Homme et du Cheval.

LES COMPETITIONS

Les compétitions sont organisées en deux catégories :

Les épreuves à vitesse limitée.

Départementales 20 : 20 km en une étape entre 10 et 12 km/h de moyenne.
Départementales 30 : 30 km en une étape entre 10 et 12 km/h de moyenne.
Régionales 40 : 40 km en deux étapes entre 12 et 15 km/h de moyenne.
Régionales 60 : 60 km en deux étapes entre 12 et 15 km/h de moyenne.

Les épreuves à vitesse libre (où seule une vitesse minimum est imposée).

Nationale 1 étoile : 90 km en trois étapes (vitesse minimum 12 km/h).
Nationale 2 étoiles : 125 km en quatre étapes (vitesse minimum 12 km/h).
Nationale 3 étoiles : 140 à 160 km en cinq étapes ou 2x100 km en six étapes (vitesse minimum 12 km/h).
Les Concours Internationaux (CEI et CEIO) sont d'ordre similaires et obéissent aux règlements de la Fédération Equestre Internationale (FEI).

Pour toute information complémentaire, reportez-vous au [Règlement des Concours Equestres d'Endurance sur www.endurance-provence.com](http://www.endurance-provence.com)
