



Note explicative à l'attention des cavaliers qui découvrent l'Endurance en 10 et 20 km.

Bienvenue dans le monde de l'Endurance Equestre !

Vous trouverez dans votre dossier :

- La **carte du parcours**
- Le **Road book** pour aider votre assistance à aller sur les points d'assistance
- La **Carte vétérinaire** à présenter à chaque contrôle vétérinaire pour que la secrétaire véto puisse indiquer l'état de votre cheval : cardiaque, muqueuse, transit, pli de peau, allure...
- Une **fiche indicative** pour toutes les courses indiquant l'heure de départ et les informations utiles.
- Et enfin votre **dossard** (2 feuilles numérotées à glisser dedans)

1/ Installer vos seaux remplis d'eau + éponges etc sur votre aire de grooming – (Endroit qui vous servira à arroser et faire boire votre cheval pour l'aider à sa récupération)

2/ Avant de partir avec votre monture découvrir notre belle forêt de Rambouillet, vous devez d'abord vous présenter au « **contrôle initial** » avec vosre dossard, votre cheval non-sellé, les papiers de votre cheval et la carte véto - ce contrôle permettra au vétérinaire de juger si votre cheval est en bonne condition physique pour pouvoir prendre le départ.

3/ Si tout va bien, le vétérinaire gardera les papiers de votre cheval et vous rendra la carte vétérinaire. (N.B : vous récupèrerez les papiers du cheval à l'accueil à la fin de la course contre retour du dossard)

4/ Présentez-vous sur la ligne de départ avec votre cheval (sellé cette fois-ci !). Au chronométrage, indiquez l'heure à laquelle vous souhaitez partir- cette heure sera notée sur votre carte véto. Choisissez un horaire simple (l'heure d'arrivée est plus facile à calculer si le départ est prévu à 10h03 plutôt qu'à 10h03 et 48 secondes !) Votre numéro de dossard s'affichera sur l'écran avec la couleur de la boucle sur laquelle vous partez.

Attention : Penser à bien regarder votre temps de course (Indiqué sur la carte véto) en fonction de l'allure qui vous est imposée : 6/8 ou 10/12 ou 12/15 km/h

5/ C'est parti ! Suivez le parcours– boucle rouge, bleue ou verte en fonction du nombre de km choisi. Votre assistance sera là pour vous encourager, abreuver et arroser votre monture pour l'aider à sa récupération cardiaque

6/ Arrivée à la fin de la boucle : Vous devez présenter votre carte véto au chronométrage qui indiquera sur celle-ci votre heure d'arrivée.

7/ A partir de votre heure d'arrivée, vous disposez de 30 minutes pour arroser et marcher votre cheval pour l'aider à sa récupération, le faire boire – (mais pas manger car ça augmente le rythme cardiaque). Attention, un **cardiaque supérieur à 64 est éliminatoire**. Au bout de ces 30 minutes, vous devez présenter votre cheval au contrôle vétérinaire qui jugera si votre cheval a bien récupéré et s'il ne boite pas. Si tout va bien, vous serez qualifié !

Règlement de Classement :

Sont pris en compte pour le calcul des points, la **vitesse** (Ex : sur une 12/15 km/h – le fait de courir à 15 km/h sera plus valorisé) et le **cardiaque** de votre cheval (plus il est bas mieux c'est !)