

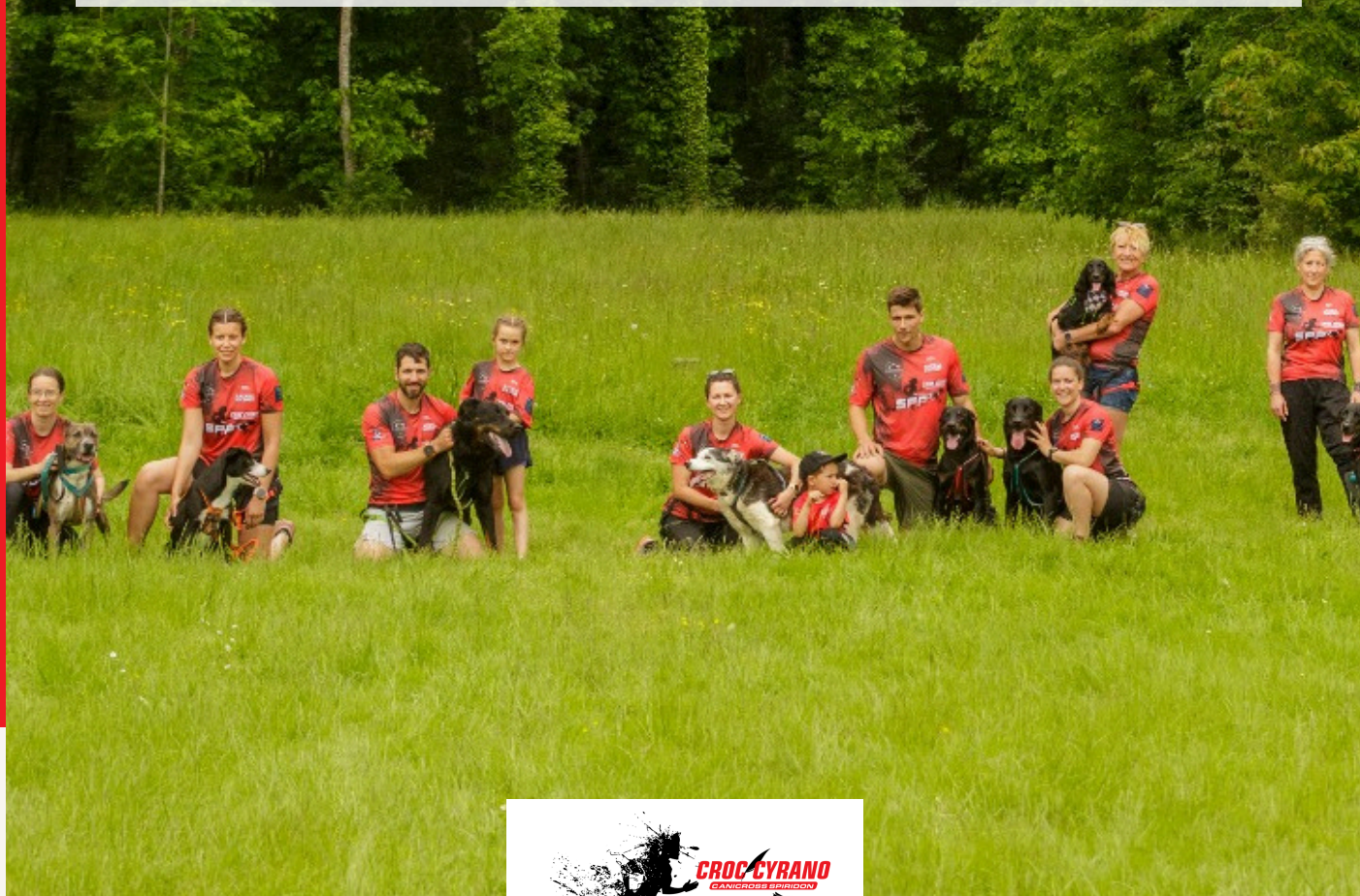
SPIRIDON PERIGORD POURPRE
Club de course à pied

CROC'CYRANO

SECTION CANICROSS

GUIDE PRATIQUE
DU LICENCIÉ

2026 - 2027



Plus on est de wouf, plus on rit !

Sommaire

LE MOT DU PRÉSIDENT DE SECTION	02
NOTRE HISTOIRE	03
ORGANIGRAMME	05
NOS DISCIPLINES	06
LES ENTRAÎNEMENTS / COMPÉTITIONS	07
PARTENARIAT SPA BERGERAC	08
PARTENAIRES DU CLUB ET AVANTAGES	09
COMMUNICATION	12
EVENEMENTS	14
LICENCE ET DOCUMENTS À COMPLÉTER	16
DOCUMENTS UTILES	18



MOT

DU PRESIDENT DE SECTION



Bonjour à tous,

Notre section canicross, le Croc'Cyrano, ainsi que l'ensemble du SPP, vous souhaitent la bienvenue dans notre club. Parmi nos 180 licenciés qui se croisent au fur et à mesure de l'année, vous êtes désormais une cinquantaine de canipotes à venir courir avec un compagnon canin de vie ou de refuge ! Bienvenue aux nouveaux licenciés et merci aux autres pour votre fidèle renouvellement, la plupart partageant nos aventures depuis nos débuts en septembre 2023.

Bien que notre discipline se distingue de la course à pied, l'ambiance conviviale du SPP perdure ici aussi : de supers souvenirs se créent pendant les entraînements mais également après, autour d'un paquet de chips ou d'un gâteau maison ... Toujours de bons moments, peu importe la météo. Et je suis heureux de vous voir de plus en plus nombreux à courir sur les événements de la FFSLC dans notre région et celles voisines.

De plus, je tiens à souligner la priorité donnée par notre Fédération ainsi que le Croc'Cyrano, au plaisir et au respect du bien-être du chien. Cela passe notamment par des ateliers variés, un entraînement personnel (progresser seul c'est pouvoir donner plus de plaisir à son poilu), une écoute de son chien, le respect des cycles et de l'âge, ainsi que par la mise en place de formations pour la saison à venir.

Je souhaite également remercier la petite dizaine de licenciés qui oeuvrent pour structurer notre section avec le SPP afin de répondre au mieux à vos besoins.

Pour finir, je citerais le slogan du SPP : "la perf' d'accord, mais la fête d'abord"

CONTACT DE GEOFFROY

06 86 78 13 37

croccyrano@gmail.com

Notre Histoire

QUELQUES DATES ...

2003

CRÉATION DU SPIRIDON PÉRIGORD POURPRE

Club de course à pied Bergeracois convivial, ouvert au plus grand nombre et affilié à la Fédération Française d'Athlétisme.

CRÉATION DU CROC'CYRANO

Déjà membres du club, c'est en couple que Geoffroy Lassimouillas et Aurélia Délugin ont créé 20 ans plus tard notre section de canicross. Courant déjà avec leurs chiens, ils ont eu envie de partager leur sport avec d'autres personnes dans un esprit familial... Et ils ont bien fait !

2023
Sept.

2024
Juin

BILAN 1ÈRE SAISON

Fin 2024, le premier bilan fût plus que positif avec :

- Un total de **23 licenciés**
- La création d'un **partenariat durable avec la SPA Bergerac** et l'arrivée de chouettes sponsors.
- L'organisation d'un **1er canitrail de 12 km** en nocturne en janvier 2024 (après 4 mois de création) réunissant 27 participants !

BILAN 2ND SAISON

- 30 licenciés dès décembre (*malgré 6 non-renouvellement de licences*).
- **2nd édition du canitrail** (cette année de jour) et une nouveauté : un **canicross 7 km en nocturne** → **50 participants** par jour très rapidement atteints et une équipe de ≈ 20 bénévoles.

2025
Juin

Notre Histoire

QUELQUES DATES ...

2025
Sept.

CRÉATION D'UN BUREAU

Face à l'engouement que suscite notre discipline et aux besoins spécifiques grandissants, Geoffroy et Aurélia ont finalement besoin de soutien ! Avec quelques fidèles bénévoles et pratiquants, ils ont alors décidé pour cette saison de créer un bureau, nous permettant de se répartir au mieux les tâches.

BILAN 3E SAISON

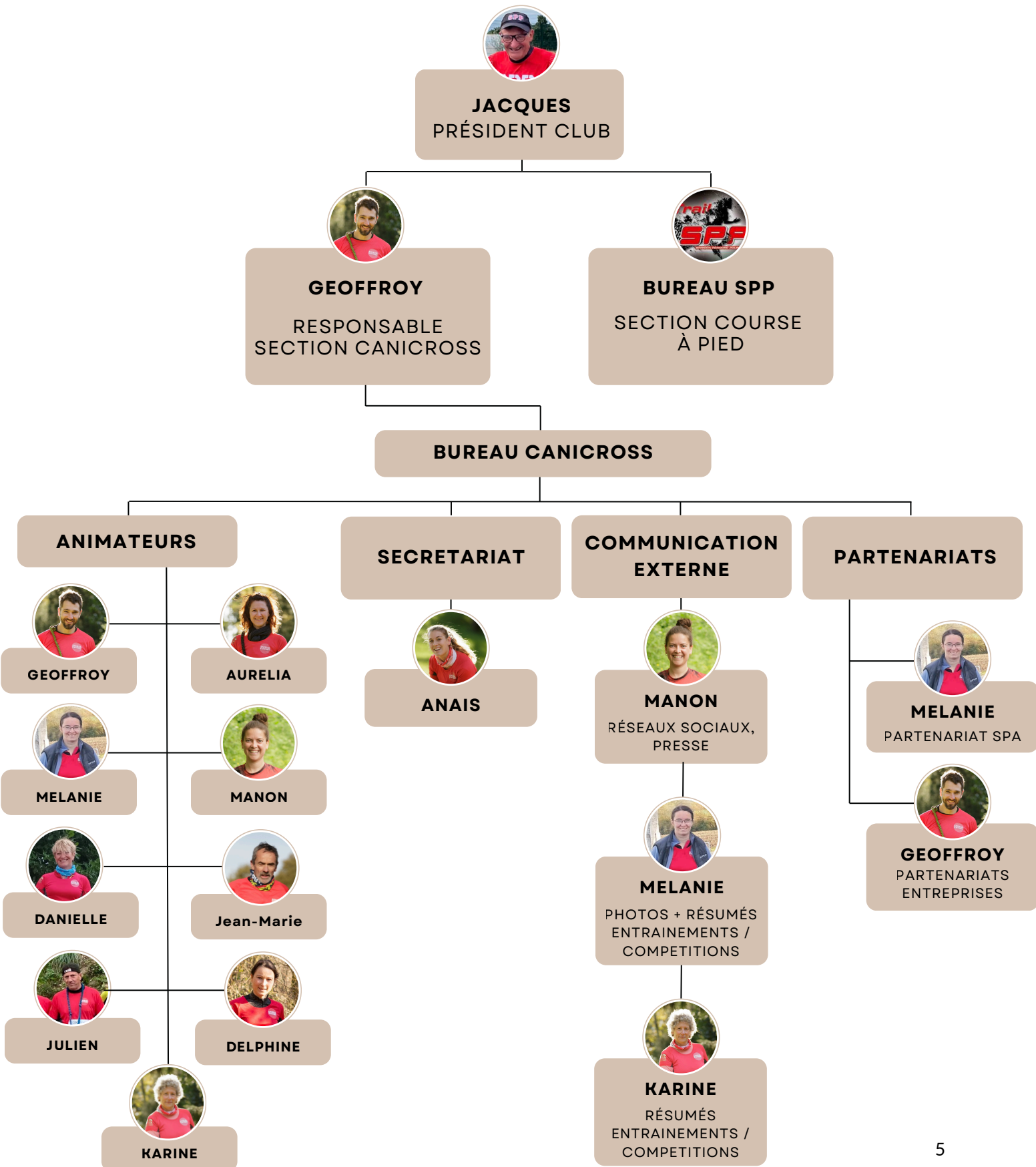
- La barre des 50 licenciés franchie
- **3e édition du canicross - canitrail de Pécharmant** → La barrière des **50 participants** par jour très rapidement atteints et une belle équipe de bénévoles où les licenciés du Croc'Cyrano étaient bien présents
- **La formation de 7 animateurs (BAF)** pour accompagner Geoffroy & Aurélia dans la gestion des entraînements.
- Développement d'un groupe de **canimarche**
- Création de nos **maillots officiels** pour les compétitions officielles + de jolis tours de cou
- **Un esprit familial qui a perduré** malgré le développement de la section 😊

2026
Juin

Pour la suite, on espère
l'écrire ensemble...

BUREAU CROC'CYRANO

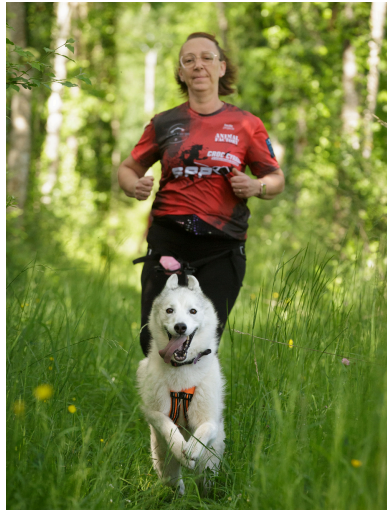
SECTION CANICROSS



NOS DISCIPLINES

À RETENIR POUR LA PRATIQUE

Jennifer & Mindi



LA DISCIPLINE

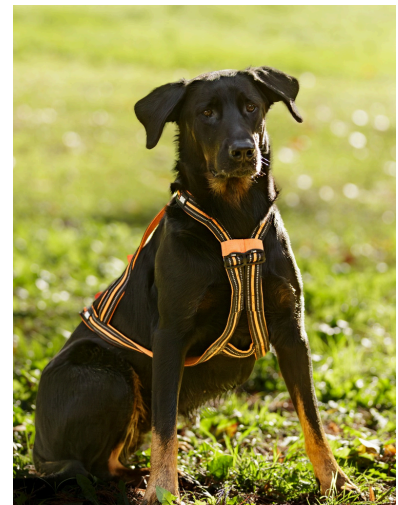
Le canicross ou la canimarche sont des disciplines où humain et chien sont reliés par une longe. Accessible à tous types de chiens (*sauf Catégorie 1*) et de sportifs, ces pratiques apportent complicité et plaisir pour le binôme. En canicross, la distance parcourue est comprise entre 1,5 km et 9 km. En canitrail elle va de 9 km à 25 km, avec un dénivelé plus important.

LE MATÉRIEL OBLIGATOIRE

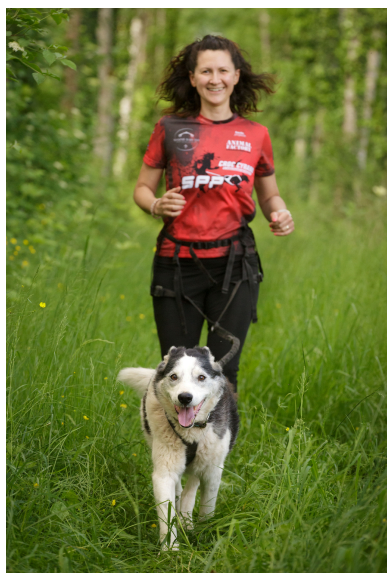
- Un **baudrier**
- Un **harnais de traction adapté** - *ne doit pas comprimer la cage thoracique ou la trachée, ni entraver les mouvements ou blesser le chien.*
- Une **longe** (ou ligne de trait) extensible de 1,5 m à 2m maximum.

Chaque chien a une morphologie différente: le club peut te prêter du matériel pour commencer.

Ruby



Aurélia & papy Mabrouk



LE CHIEN

Ton chien doit avoir l'âge minimum pour courir :

- En canicross : minimum **18 mois en compétition** (12 mois en entraînement)
- En canitrail : minimum **24 mois en compétition** (18 mois en entraînement)

Il n'y a pas d'âge maximum, mais :

- Ton chien doit être en **bonne santé** (consultation vétérinaire recommandée)
- Le **plaisir** du chien avant tout
- Être à l'écoute ++ des **besoins** de ton chien

ENTRAINEMENTS

ET COMPÉTITIONS



MARDI

19H - 20H30

ENTRAINEMENT

- ✓ Exercices fractionnés
- ✓ Courtes distances
- ✓ Peu de dénivelé
- ✓ Bergerac (Pombonne, Picquecailloux...)
- ✓ Des groupes par niveau et possibilité de canimarche

DÉBUTANTS
ET CONFIRMÉS



SAMEDI

9H - 10H30

ENTRAINEMENT

- ✓ Sorties plus longues
- ✓ Bergerac et alentours
- ✓ Un peu plus de dénivelé possible
- ✓ Adapté pour les chiens qui tractent déjà un peu
- ✓ Généralement en plus petit comité

DÉBUTANTS
ET CONFIRMÉS



WEEK-END

TOUTE LA SAISON

COMPÉTITIONS

- ✓ L'ensemble des courses françaises sont recensées sur le site de la FFSLC*, onglet calendrier : <https://courses.ffslc.fr/>
- ✓ D'autres événements locaux de course à pied acceptent des départs en canicross. Généralement, nous partageons les infos sur notre groupe "Sport Easy".
- ✓ En principe, il n'y a pas de courses sur la période estivale (*chaleur*)

Si vous souhaitez courir mais n'avez pas de chien disponible pour votre entraînement ou compétition, il est possible de vous rapprocher de Mélanie qui pourra vous attribuer un chien de la SPA (sous certaines conditions). On vous détaille ce précieux partenariat juste après.

*FFSLC : Fédération Française des Sports et Loisirs Canins, fédération à laquelle notre club est rattaché.

SPA BERGERAC

UN PARTENARIAT DURABLE

1

PRÉSENTE DEPUIS LE DÉBUT

Dès la création du Croc'Cyrano, Mélanie s'est investie pleinement dans ce partenariat avec la SPA où elle gère différents éléments: sélection des chiens, entraînements, éducation, vigilance santé, matériel, transport...

2

POUR LE CHIEN

Ce partenariat permet aux chiens dynamiques de sortir de leur box et de mettre leur énergie au profit d'une discipline leur offrant dépense, éducation et sociabilisation.

3

POUR LE COUREUR

Le coureur peut lui pratiquer régulièrement du canicross avec un chien entraîné et motivé, le tout en faisant une bonne action !

4

VISIBILITÉ ET ADOPTION

Grâce à la participation des chiens de la SPA en compétitions, certains d'entre eux ont pu se faire remarquer et adopter par des familles sportives. On souhaite le même avenir à nos autres chouchous du club !

Parker*Lotus*

PARTENARIATS

AVEC DES ENSEIGNES ET MARQUES DE QUALITÉ

En deux saisons seulement, notre club a déjà réussi à établir des partenariats qualitatifs, offrant aux adhérents du Croc'Cyrano des avantages intéressants pour s'équiper et prendre soin de leurs compagnons à 4 pattes. Voici un résumé de ces partenariats :



ANIMAL FACTORY

Fidèle partenaire de proximité, cette animalerie située à Bergerac offre à nos licenciés 10% de réduction sur tout l'univers du chien (dont du matériel de canicross), ainsi que sur les croquettes des marques Kanafood et Ownat. Soulignons également leur précieux soutien lors de notre canicross/trail de Pécharmant.



NOURRIR COMME LA NATURE

Partenaire important de notre canicross/trail de Pécharmant, il nous offre également la possibilité d'effectuer des commandes groupées et de bénéficier de considérables remises en passant des paliers de poids de commande. Le plus ? Un conseiller en nutrition disponible par téléphone et mail.



ACTICANI-SHOP

Cette marque qualitative spécialisée dans le matériel de sport de traction canin, créée et gérée par Emmanuelle Hameury (plus de 30 ans de compétitions, de podiums et de loisirs canins), vous offre 10% de réduction sur vos commandes en ligne avec le code réservé à notre club. Acticani-shop a aussi sponsorisé nos maillots cette saison.

PARTENARIATS

AVEC DES ENSEIGNES ET MARQUES DE QUALITÉ

D'autres partenaires nous soutiennent de manière ponctuelle, notamment sur notre canicross et canitrail annuel de Pécharmant, organisé en janvier.



DONS - MÉCÉNAT

ET SI LE PARTENAIRE, C'ÉTAIT VOUS ?

Les deux précédentes pages vous offrent un aperçu des avantages dont vous pouvez bénéficier au Croc'Cyrano. Parallèlement, le bureau vous enverra un document plus complet, détaillant les partenariats, contacts et codes à utiliser.

MAIS SAVIEZ-VOUS QUE TOUT DON À NOTRE ASSOCIATION OUVRE DROIT À UNE DÉDUCTION D'IMPÔT ?

Vos droits en résumé :

- **Pour un particulier** : une **réduction d'impôt de 66%** du montant du don, dans la limite de 20% du revenu imposable. Si le don dépasse ce plafond, l'excédent peut être reporté sur les 5 années suivantes.

Exemple : pour un don de 100€, 66€ seront déduits des impôts (dépense réelle : 34€).

- **Pour une entreprise** : une **réduction d'impôt de 60%** du montant du don, dans la limite de 5/1000 du chiffre d'affaires hors taxes.

Exemple : pour un don de 1000€, l'entreprise pourra déduire 600€ de son impôt (dépense réelle : 400€).

→ Que tu sois à ton compte ou salarié, on compte sur toi pour y réfléchir ou en parler à ta boîte. Car tous nos efforts mutualisés permettraient d'envisager différentes dépenses : achats de matériel qu'on prête régulièrement, achat de trousse de secours, barnum avec notre logo et celui des partenaires, participation sur les maillots de course en échange de visibilité...



COMMUNICATION

INTERNE

LES PET'O'CASQUES



WHATSAPP

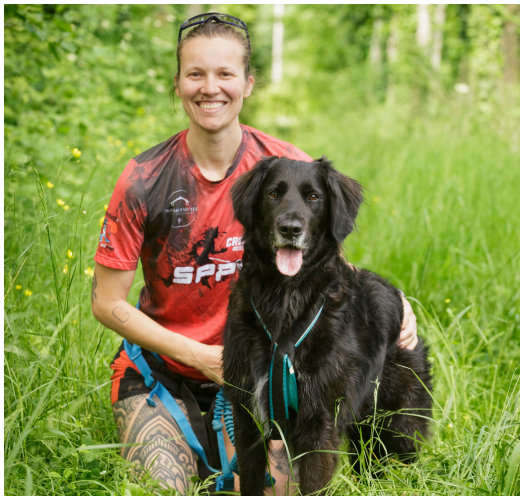
- Groupe de discussion entre canipotes
- Partage de photos
- Proposition d'idées de sorties.



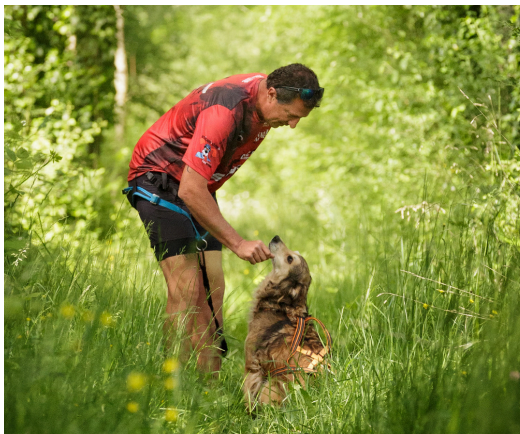
E-MAIL

- Transmission d'informations formelles (FFSLC, mail groupé Pécharmant...)
- Mail du club : croccyrano@gmail.com

HELENE & DOBBY



JULIEN & NUGGEYS



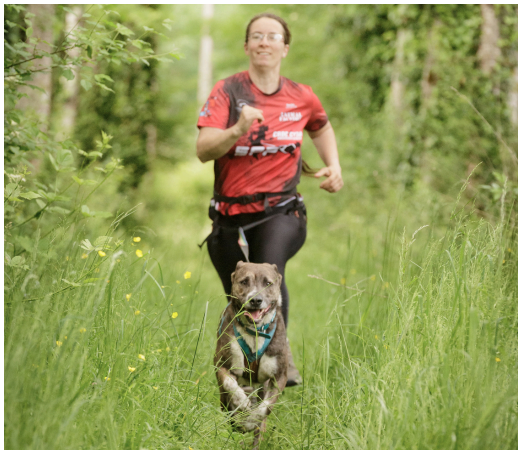
APPLICATION

- Calendrier de nos entraînements et événements
- Sondage des présences / absences
- Espace de chat pour échanger sur les questions organisationnelles

COMMUNICATION

EXTERNE

MELANIE & SHOGA



FACEBOOK

- Communication du club de course à pied ET de la section canicross.
- Partie canicross : notamment résumés de week-ends (compétitions, entraînements)
- Relais communication SPA par rapport à leurs chiens présents sur nos événements.

UNE PARTIE DE NOS
CANIMARCHEURS



INSTAGRAM

- **Spiridon_perigord_pourpre** : compte général du SPP avec publications communes au FB du club
- **Croc.Cyrano** : compte spécifique à la section, 100% canicross, pour partager des infos plus spécifiques à notre sport (alimentation, nutrition, équipement ...).



ÉVÉNEMENTS CLUB

CANICROSS – CANITRAIL DE PÉCHARMANT

- En janvier 2026, le club organisait la **19ème édition de son mythique Trail de Pécharmant au Château du Roc à Creysse**. Un cadre d'exception au milieu des vignes, des distances variées, une équipe de bénévoles chaleureuse, une arrivée festive dans le gymnase, toujours plus de participants chaque année...
- Depuis 2024, le Croc'Cyrano a diversifié l'événement en y ajoutant des courses avec chien :
 - En janvier 2024 : création d'un **canitrail de 12 km** en nocturne (après 4 mois de création) réunissant 27 participants !
 - En janvier 2025 : le même **canitrail** (cette année de jour) et création d'un **canicross 7 km en nocturne**, rassemblant 50 participants par jour (et une équipe de $\simeq$ 20 bénévoles). Nous pensons rester sur le même format pour l'édition 2026.
 - En janvier 2026 : **canicross et canitrail pérennisés** avec la barre des 50 participants par jour très vite atteinte et une équipe de bénévoles plus rodée et plus nombreuse !



ÉVÉNEMENTS CLUB

ÉVÉNEMENTS CONVIVAUX INTERNES AU CLUB

Au-delà des entraînements, le collectif du Croc'Cyrano apprécie passer du temps ensemble, se retrouver pour des sorties supplémentaires, partager un repas, se coordonner pour partir en groupe sur les compétitions, en partageant parfois des logements...

Dans ce groupe, chacun peut être source de propositions et certaines idées pour l'avenir ont déjà commencé à émerger... Peut-être que vous aussi vous aurez envie d'y participer ?

RENCONTRES INTERCLUBS

Une bonne entente existe entre notre club et les deux autres de Dordogne :

- **Périgueux** (LCA Canicross 24)
- **Sarlat-la-Canéda** (Les Canimondanais)

Nous n'hésitons pas à échanger avec eux (*entraide sur l'organisation des courses, conseils sur la gestion d'un club de canicross, problématiques rencontrées...*).

Nous avons d'ailleurs dernièrement partagé un entraînement et un repas avec les canicrosseurs de Périgueux. Nous réitérerons l'expérience avec plaisir !



✓ Convivialité

✓ Solidarité

✓ Fun

✓ Respect

✓ Apérooooo

LICENCES

ET DOCUMENTS À COMPLÉTER

1

BULLETIN D'ADHÉSION CLUB ET CERTIFICAT MÉDICAL

A compléter et retourner par mail à
croccyrano@gmail.com

>> Documents disponibles en annexes

2

DEMANDE DE LICENCE AUPRÈS DE LA FFSLC

<https://courses.ffslc.fr/licence-ffslc-suscribe>

Un compte est à créer et une demande de licence à réaliser sur ce site. Pense bien à mentionner le nom de notre section (*et non celui du club*) : "Croc'Cyrano"

- Tu peux choisir une licence loisirs ou compétition (*possibilité de faire évoluer la licence en cours de saison*)
- Questionnaire de santé à compléter - Annexe
- Carte d'identité recto/verso à transmettre

3

RÈGLEMENT AUPRÈS DU CLUB

- Adhésion Club : 40€
- Licence FFSLC
 - Compétition: 40€
 - OU Loisirs : 25€

>> Coût total entre 65 et 80€ / an

>> RIB disponible en annexe



*Fédération Française
des Sports
et Loisirs Canins*

ALORS ? MOTIVÉ POUR VENIR TE DÉFOULER?

POUR TOUTE QUESTION, NOUS
RESTONS JOIGNABLES ! 🐾

croccyrano@gmail.com

06 86 78 13 37



Annexe 2 : Questionnaire de santé du sportif majeur et attestation

<https://ffslc.fr/wp-content/uploads/2022/10/ADH-02.B04-questionnaire-de-sant%C3%A9-du-sportif-majeur.pdf>

QUESTIONNAIRE RELATIF À L'ÉTAT DE SANTÉ DU SPORTIF MAJEUR

Les licenciés sportifs majeurs **doivent remplir un questionnaire de santé** dans le cadre d'un renouvellement de licence compétition ou d'une demande de licence loisir qui est **confidentiel**. Une attestation devra être remplie, signée et transmise lors de la demande de licence.

Répondez aux questions suivantes par OUI ou par NON*	OUI	NON
Durant les 12 derniers mois		
1) Un membre de votre famille est-il décédé subitement d'une cause cardiaque ou inexpliquée ?	☐	☐
2) Avez-vous ressenti une douleur dans la poitrine, des palpitations, un essoufflement inhabituel ou un malaise ?	☐	☐
3) Avez-vous eu un épisode de respiration sifflante (asthme) ?	☐	☐
4) Avez-vous eu une perte de connaissance ?	☐	☐
5) Si vous avez arrêté le sport pendant 30 jours ou plus pour des raisons de santé, avez-vous repris sans l'accord d'un médecin ?	☐	☐
6) Avez-vous débuté un traitement médical de longue durée (hors contraception et désensibilisation aux allergies) ?	☐	☐
A ce jour		
7) Ressentez-vous une douleur, un manque de force ou une raideur suite à un problème osseux, articulaire ou musculaire (fracture, entorse, luxation, déchirure, tendinite, etc...) survenu durant les 12 derniers mois ?	☐	☐
8) Votre pratique sportive est-elle interrompue pour des raisons de santé ?	☐	☐
9) Pensez-vous avoir besoin d'un avis médical pour poursuivre votre pratique sportive ?	☐	☐
*NB : Les réponses formulées relèvent de la seule responsabilité du licencié.		

Si vous avez répondu NON à toutes les questions :

Vous êtes prêt pour votre saison sportive ! Si vous avez des questions sur votre état de santé parlez-en à votre médecin.

Si vous avez répondu OUI à une ou plusieurs questions :

Nous vous recommandons fortement d'aller consulter votre médecin et de lui montrer vos réponses au questionnaire avant de commencer votre saison sportive.

<https://ffslc.fr/wp-content/uploads/2022/10/ADH-02.B05-Attestation-questionnaire-sant%C3%A9-du-sportif-majeur.pdf>



PÔLE ADMINISTRATION

ADH-02.F01

MAJ 06/24

ATTESTATION QUESTIONNAIRE DE SANTÉ DU SPORTIF MAJEUR

À JOINDRE À VOTRE DEMANDE DE LICENCE FFSLC

JE SOUSSIGNÉ(E) :

Date :

Nom :

Prénom :

Date de naissance :

Atteste avoir répondu **NON** à **toutes** les questions du questionnaire de santé du sportif majeur.

Je sais qu'à travers cette attestation j'engage ma propre responsabilité et qu'en aucun cas celle de la FFSLC ni celle de (nom du club) : ne pourront être recherchées.

Signature :



Annexe 3 : Certificat médical de non contre-indication à la pratique sportive en compétition

CERTIFICAT MÉDICAL

Je, soussigné(e) Docteur en médecine _____, certifie avoir examiné ce jour, _____ / _____ / _____ :

Nom : _____ Prénom : _____

Né(e) le : _____ / _____ / _____

Et n'avoir pas constaté, ce jour, de contre-indication à la pratique des sports monochien : Canicross, CaniVTT, Canitrottinette, Canimarche, Canirando, Ski-joëring, **y compris en compétition.**

Je l'informe de l'obligation de déposer auprès de l'Agence Française de Lutte contre le Dopage (AFLD) une déclaration d'usage ou une demande d'autorisation d'usage à des fins thérapeutiques en cas d'utilisation, même ponctuelle, de produits susceptibles d'entraîner une réaction positive lors d'un contrôle antidopage.

Cachet et signature du médecin :

FORMULAIRE D'ADHESION AU SPIRIDON PERIGORD POURPRE

DOCUMENT À COMPLÉTER ÉLECTRONIQUEMENT DISPONIBLE SUR
[HTTPS://WWW.SPIRIDONPERIGORDPOURPRE.FR/](https://www.spiridonperigordpourpre.fr/)

FORMULAIRE DE DEMANDE D'ADHÉSION – 2026/2027

Nouvelle adhésion : ☐ ou N° de licence FFA :

Nom : Prénom :

Sexe : F ☐ M ☐ Date de naissance :

Adresse complète :

Code postal : Ville :

Adresse e-mail :

N° de tél fixe : ou mobile :

N° Permis : Date : Lieu :

Type de cotisation choisie :

☐ Licence FFA et adhésion SPP : 75€

☐ Adhésion SPP : 40€

Pour les ados, certificat médical obligatoire (< 3 mois)

Section Canicross :

☐ Licence compétition : 40€

☐ Licence loisirs : 25€

Assurances :

☐ J'accepte l'assurance Individuelle Accident et Assistance proposée.

☐ Je la refuse et reconnais avoir été informé des risques.

Droit à l'image : Si vous ne le souhaitez pas, cochez la case ci-contre ☐

Date et signature du licencié : le Signature :

Signature électronique ici

RIB

DU CLUB – SPIRIDON PERIGORD POURPRE



Titulaire
du Compte:

RELEVÉ D'IDENTITÉ BANCAIRE

**SPIRIDON PERIGORD POURPRE
MAISON DES ASSOCIATION
PLACE JULES FERRY
24100 BERGERAC**

Domiciliation **BERGERAC SIMOUNET** (03475)

Identification nationale (RIB)

30003

Code Banque

03475

Code Guichet

00050028860

Numéro de Compte

75

Clé RIB

Identification internationale (IBAN)

FR76 3000 3034 7500 0500 2886 075

Identifiant international de la Banque (BIC)

SOGEFRPP

