



Préservons nos chiens



Plusieurs recherches ont conclu que le risque de développement de pathologies (musculaire, tendineuse ou ligamentaire, osseuse) est dû à de trop longues sessions d'exercices en continu pour le chiot.

En effet, de trop longues sessions peuvent créer des microtraumatismes répétés au niveau des articulations, endommageant le squelette du chien et favorisant tout au long de sa vie les maladies comme la dysplasie (hanche / coude), l'arthrose, les tendinites, entorses...

Les activités très exigeantes physiquement telles que les jeux de balles, la course à pied ou les sauts sont à éviter chez un chiot.

Il est préférable de faire plusieurs petites sessions et/ou de prévoir des pauses.

Le tableau ci-dessous est à titre indicatif. L'excès, dans un sens comme dans l'autre, est à proscrire!

	2 mois	3 mois	4 mois	5 mois	6 mois	12 mois	18 mois
Escaliers	Déconseillé	Déconseillé	Déconseillé	Déconseillé	Modéré	OK	OK
Balades	15 minutes (1Km)	20 minutes (<1,5Km)	25 minutes (<2Km)	30 minutes (2Km)	45 minutes (3Km)	>1H (4Km)	>1H
Jeux de balles	Déconseillé	5 minutes	10 minutes	15 minutes	20 minutes	25 minutes	30 minutes
Eveil « Agility »	10 minutes	15 minutes	15 minutes	20 minutes	30 minutes	30 minutes	60 minutes
Activités Sportive (Canicross, VTT, Agility, ...)	Déconseillé	Déconseillé	Déconseillé	Déconseillé	Déconseillé	30 minutes	60 minutes

*Il faut prendre en compte les caractéristiques du chien, sa race et son poids.

* Pour convertir le temps de marche en Km, vous pouvez estimer que l'on marche à 4Km/H

*Un chiot ou jeune chien sur-stimulé amplifiera son excitation et ne sera plus capable de se « poser ».

Pour information

- Les **chiots de petite race** atteignent leur **pic de croissance** vers l'âge de 4 mois et atteignent leur taille adulte aux alentours des 10 mois.
- Pour les **chiens de grande race** le pic se situe vers l'âge de 6 – 8 mois et ils ont leur taille adulte vers l'âge de 12 – 15 mois.
- Pour les races géantes la taille adulte est atteinte vers les 22 – 24 mois.

