

Frühlingssport mit dem Hund

Anzeige

Vom Joggen und Radfahren bis zur sinnvollen Alternative

■ Text von Anton Mekker

Der Frühling steht vor der Tür, die ersten Sonnenstrahlen haben uns schon erreicht, schön langsam wachen auch die letzten Winterschläfer auf und verlassen die Wohnung etwas länger als die notwendige „standardisierte Gassirunde“ es einfordert.

Die häufigsten Aktivitäten diesbezüglich sind das Joggen oder Radfahren mit dem Hund. Aber damit es auch für beide Parteien ein tolles Erlebnis wird, muss man ein paar **wichtige Grundregeln** beachten:

Es ist unumgänglich, sich vorher intensiver mit seinem Vierbeiner zu befassen, denn nicht jeder Hund ist für einen derart aktiven Sport geeignet. Bei kurzschnäutigen Rassen wie dem Mops und der Bulldoge oder ähnlichen Rassen, würde ich grundsätzlich vom Laufsport abraten, da die Gefahr eines akuten Sauerstoffmangels wegen Atemproblemen hierbei sehr groß ist!

Besitzer sehr großer und schwerer Rassen wie z.B. Leonberger, Berner Senne oder Dogge, sollten das Joggen lieber lassen, da durch das Gewicht des Hundes die Belastung auf die Gelenke deutlich größer ist.

Als Alternativangebot für diese sehr starken Hunde wäre hier Zughundesport anzubieten, denn dabei können diese großartigen Wesen ihre Kraft so richtig zur Geltung bringen, was ihre Gelenke auch besser verkraften.

Junghunde sollten erst nach ihrem ersten Lebensjahr mit dem Lauftraining beginnen, da die Gefahr der Überbelastung der Gelenke und Spätfolgen einfach zu groß wäre.

Einem Senior tut man hingegen in der Regel auch keinen Gefallen damit, wenn man ihn im Alter beispielsweise hinter einem Fahrrad herlaufen lässt, denn wer würde seiner Oma so etwas antun?

Ein gesundes Herz-/Kreislaufsystem sollten selbstverständlich ebenfalls als Grundvoraussetzung mitgebracht werden.

Wenn Ihr Hund die bisherigen Selektionskriterien durchlaufen hat, folgt nun die individuelle Anpassung des Trainings. Dazu gehört natürlich die aktuelle Kondition, Gewicht und selbstverständlich die Größe des Hundes. Ein Yorkshire Terrier zum Beispiel tut sich natürlich viel schwerer damit, das Tempo des Menschen mitzuhalten, als ein Labrador oder ein Dalmatiner.

Beginnen Sie das Training mit geringem Tempo und kurzen Distanzen, machen Sie häufig Pausen und nehmen Sie Ihrem Hund stets Wasser mit. Nach einer Fütterung sollten Sie mindestens zwei Stunden warten, bis Sie mit dem Sport beginnen und lassen Sie sich nicht von anderen Hundebesitzern verunsichern.

Hundeschule



-für eine zauberhafte Bindung

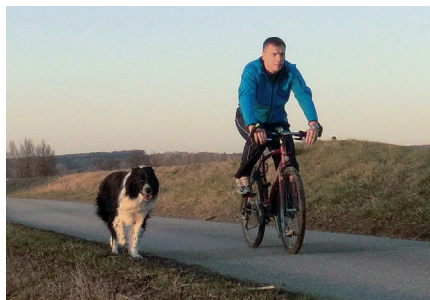
Magic Friends

Vilshofen & Freyung

- Sanfte, liebevolle Erziehung
- Hundepension / Tagesbetreuung
- Schnupperstunde inkl. Beratung
- Großer Außenplatz / Halle
- Problemhundebberatung
- Kurse / Seminare
- Welpengruppe

Tel: 0160 / 90 88 95 26

www.hs-magicfriends.de



Sätze wie: „Das ist ein Jagdhund/ Terrier, der muss das aushalten!“ sind völliger Quatsch. Jeder Hund muss sich, genauso wie wir Menschen auch, langsam an ungewohnte Belastungen gewöhnen, um Überlastung und Verletzungen zu vermeiden. Sollte Ihr Hund noch über keinen stabilen Grundgehorsam verfügen, wäre es grundsätzlich sinnvoller, erst damit anzufangen und während der Erziehungszeit den Hund über ein Brustgeschirr und eine Leine abzusichern.

Vorsicht Suchtgefahr!

Wie bei uns Menschen kann auch beim Hund zu viel Sport süchtig machen. Fortbleibend gleichmäßige Bewegungen, zu denen das Laufen auch gehört, sorgen dafür, dass der Körper verschiedene, selbst belohnende Hormone ausschüttet. Grundsätzlich ist das soweit kein Problem, solange man es nicht übertreibt und keine feste Regelmäßigkeit einkehren lässt.

Der Hund gewöhnt sich schnell an die Belastung, will immer mehr und fängt schlussendlich an, sich das einzufordern bzw. wird extrem unruhig, hibbelig und lästig, wenn er längere Zeit nicht beschäftigt worden ist...

Um das zu vermeiden, empfehle ich, den Hund max. 3 x pro Woche zum Joggen / Radeln mitzunehmen und die restliche Zeit wieder mit Kopf- und Nasenarbeit zu füllen!

Siehe dazu die Ausgabe Nr. 2 des `sGÖTZ Magazins.

Ihr Anton Mekker,
Hundetrainer vom
`sGÖTZ Magazin

Canicross – Die neue Hundsportart aus Skandinavien

Vielseitiger, gesünder und somit die beste Alternative zum klassischen Joggen / Radeln mit dem Hund, ist die Sportart Canicross. Sie wurde vom Hundeschlittenrennen abgeleitet und ist somit eine Art Zughundesport.

Mensch und Hund sind dabei über einen Bauchgurt und Brustgeschirr mit einer Jöringleine und Ruckdämpfer verbunden. Der Vierbeiner darf seinen Besitzer auch ziehen, was vor allem für untrainierte Läufer von Vorteil ist, er muss aber zugleich auf die Richtungsangaben des Besitzers reagieren. **Man muss nicht unbedingt laufen**, man kann auch walken oder den Hund einfach nur kontrolliert ziehen lassen. Gemeinsam als Team werden dann auch Wald- und Geländestrecken gemeistert.

Canicross bietet Ihnen und Ihrem Hund folgende Vorteile:

- 🐾 Teamarbeit vereint und stärkt somit die Bindung
- 🐾 Erziehung kommt nicht zu kurz – der Hund muss sich Ihrer Geschwindigkeit anpassen und auf Richtungsanweisungen reagieren
- 🐾 Für fast alle Rassen – groß wie klein – geeignet, da Ihr Hund das Tempo mitbestimmen kann und man alternativ auch walken kann
- 🐾 Starker Hund unterstützt lafschwachen Besitzer durch das Ziehen
- 🐾 Gut geeignet für HD gefährdete Rassen (Retriever, Bernhardiner, Schäferhund...), weil durch das Ziehen die Muskulatur gestärkt wird

Für alle, die sich jetzt denken: „Das wäre doch was für uns“, aber zugleich Zweifel wegen ihrer eigenen Kondition verspüren, haben wir von der Hundeschule Magic Friends ein tolles Konzept entwickelt:

Ein Kompaktseminar Canicross für Einsteiger, in Zusammenarbeit mit Judith Zwerenz. Sie ist als Sport- und Gymnastiklehrerin vorwiegend im Gesundheitssport tätig und stellt somit den idealen Partner für unser Vorhaben.

Sie kommen somit in den Genuss, von zwei Fachleuten betreut zu werden – zum einen für die eigene Fitness und zeitgleich für Ihren Hund. Das wiederum lässt maximalen Erfolg und Spaß garantieren.

Unser nächstes Einsteiger Seminar findet im April statt, alle Infos dazu finden Sie auf unserer Homepage: www.hs-magicfriends.de