

EUER START IN DIE HUNDEFITNESS

HEY!

Schön, dass du dich für Hunde-Fitnesstraining interessierst und deiner kleinen Couchpotato zeigen möchtest, wie viel Spaß Bewegung macht.

Wichtig für den Einstieg in ein tolles gemeinsames Training ist, dass

- ✓ dein Hund gesund ist – im Zweifel lass ihn am besten von einem Tierarzt oder bei der Hundephysio vorab durchchecken
- ✓ dein Hund mindestens 6 Monate alt ist

Geh' bei allen Übungen in dieser Trainingseinheit sorgsam und umsichtig deinem Hund um.

Solltest du bei deinem Hund Unstimmigkeiten bemerken, brich' das Training bitte unverzüglich ab und wende dich, falls die Beschwerden bestehen bleiben, bitte an euren Tierarzt.

Ich habe das Training mit hoher Sorgfalt zusammengestellt. Nichts desto trotz bin ich bei deinem Training leider nicht persönlich anwesend. Du nutzt die Trainingsanleitungen also auf eigene Gefahr und eigenes Risiko.

Ich wünsche dir und deinem Hund viel Spaß beim Training und würde mich natürlich freuen, wenn du mal mit uns gemeinsam im Kurs ‚Hundefitness‘ trainierst.

Alle Infos dazu findest du auf meiner Website www.nina-hammig.de unter der Rubrik ‚Sport & Spaß‘.

NINA

EUER EINSTIEG INS TRAINING

Für den Start ins Training bietet es sich an, sich erstmal ans Targettraining heran zu wagen. Damit kannst du deinen Hund später gut positionieren und ihm immer wieder ganz klar zeigen, wo er sich z.B. hinstellen soll.

Dafür gibt es unterschiedliche Möglichkeiten. 2 davon möchte ich dir hier erklären. Und im Anschluss gibt's noch eine Übung, die du Zuhause ganz einfach mit Besenstielen nachmachen kannst.

DAS NASENTARGET

Für diese Übung benötigst du einige kleine Leckerlie, die dein Hund schnell schlucken kann. Das Ziel dieser Übung ist, dass dein Hund deine Hand anstupst.

Du beginnst diese Übung ganz einfach, wenn sich ein Hund in deiner Nähe aufhält und nicht zu sehr abgelenkt ist. Dafür eignet sich z.B. euer Garten oder das Wohnzimmer.

Du stellst dich vor deinen Hund. In einer Hand hast du einige Leckerlie.

Nun hältst du die andere Hand deinem Hund flach mit den Fingerspitzen nach unten zeigend hin.

Warte ab, was dein Hund an Verhalten anbietet. Alles was bereits in Richtung deiner flachen Hand geht kannst du in den ersten Wiederholungen belohnen.

Nach 5 bis 10 Wiederholungen gehst du dazu über nur noch zu belohnen, wenn dein Hund die Hand auch wirklich anstupst.

Sobald dein Hund deine Hand zuverlässig anstupst kannst du anfangen deine flache Hand in unterschiedlichen Positionen anzubieten. Mal neben dir, mal vor dir, mal seitlich leicht hinter dir.

DAS PFOTENTARGET

Für diese Übung benötigst du einige kleine Leckerlie, die dein Hund schnell schlucken kann. Und ein Bodentarget, z.B. ein weiches Frisbee oder ein kleines Tuch, auf das dein Hund seine Pfote stellen kann.

Das Ziel dieser Übung ist, dass dein Hund sich dem Target nähert und eine Pfote daraufsetzt. Dabei darfst du selbst entscheiden, ob es egal ist, welche Pfote er nimmt oder ob es eine bestimmte Pfote sein soll.

Es hilft deinem Hund allerdings, wenn zumindest für die Vorder- und Hinterpfoten unterschiedliche Targets genutzt werden.

Du befindest dich wieder in der Nähe deines Hundes und die Umgebung ist keine große Ablenkung für deinen Hund.

Als Erstes legst du das Bodentarget in der Nähe deines Hundes auf den Boden. In einer Hand hast du wieder einige Leckerlie parat.

Nun wartest du ab, was dein Hund an Verhalten anbietet. Alles was bereits in Richtung des Bodentargets geht, kannst du belohnen.

Nach 5 bis 10 Wiederholungen (du kannst das Bodentarget auch gerne immer wieder neu auf den Boden legen) gehst du dazu über nur noch zu belohnen, wenn dein Hund das Bodentarget mit einer Pfote berührt.

Sollte dein Hund nach der Belohnung auf dem Target stehen bleiben, kannst du das stehen bleiben weiter belohnen und so bereits die Zeit auf dem Target ausdehnen. Oder du wirfst einen Keks ein Stück entfernt auf den Boden und gibst deinem Hund dabei sein Auflösesignal.

„STEIG DRÜBER“

Jetzt kommt die erste Übung, bei der du deine Targets einsetzen kannst.

Neben einigen Leckerlie benötigst du noch einige Besenstiele oder Holzplatten. Achte bitte darauf, dass keine Splitter, Nägel oder andere Gefahren von den Holzplatten ausgehen.

Lege die Besenstiele erstmal mit weitem Abstand, sodass dein Hund gut zwischen zwei „Hürden“ stehen kann, auf den Boden. Für den Anfang reichen bereits 3 Besenstiele. Der Boden sollte möglichst rutschfest für deinen Hund sein.

Nun rufst du deinen Hund zu dir, hältst ihm die Hand als Nasentarget hin und beginnst deine Hand ganz langsam auf Nasenhöhe deines Hundes über die Hürden zu führen. Dein Hund wird deiner Hand folgen und dabei langsam über die Hürden steigen. Nach jeder Hürde gibt's eine kurze Pause und eine Belohnung.

Sobald dein Hund sicher über die Hürden steigt, kannst du entweder die Hürden dichter zusammenlegen oder du nutzt die Pfortentargets, wodurch dein Hund schneller über die Hürden gehen wird.

Dafür setzt du deinen Hund auf der einen Seite der Hürden ab, positionierst das Pfortentarget auf der anderen Seite der Hürden und gibst deinem Hund sein Auflösesignal. Er wird darauf hin, wenn er das Pfortentarget sicher beherrscht, über die Hürden zum Target gehen und sich seine Belohnung abholen.

Klappt das noch nicht, übe das Pfortentarget noch weiter einzeln oder nutze das Nasentarget.