

Hold din hund i form!

En ren win-win-situation for både hund og fører.

Gør din hund og dig selv den tjeneste at vedligeholde dens træning uden for jagtsæsonen.

Tekst: Henrik Vestergaard Hove-Nielsen, jagthundekonsulent

Foto: Flemming Højer

HUNDE: Jagtsæsonen er overstået, og mange af vores jagthunde går en rolig tid i møde, hvor meget af tiden går med små daglige lufteture, hvile og mad. For nogle kan det nærmest være lig med vinterhi, eller skal vi rettelig kalde det sommerhi.

I jagtsæsonen er hunden meget aktiv, ofte adskillige gange om ugen, så hvad enten man taler om bedre kondition eller større udholdenhed, vil det i denne periode ikke være nødvendigt at fokusere yderligere på dette. Til gengæld kan man med stor fordel hjælpe sin hund med udstrækning og massage af muskler og led før og efter

jagten, ligesom det at holde hunden varm mellem såterne har en positiv indflydelse på hundens fysiske og dermed også psykiske tilstand (læs mere om dette i en af de kommende udgivelser af Jæger).

Uden for jagtsæsonen skal der selvfølgelig ikke herske tvivl om, at træning og vedligeholdelse er vigtig, og det har altid en positiv indflydelse på hundens kondition, når den trænes. Man må dog også forholde sig til, at virkeligheden ofte er træning mandag aften i et par timer, mens der resten af



Det anbefales at cykle uden snor på hunden.



VIGTIGT!

Hunden skal være udvokset, inden man laver målrettet konditionstræning.

ugen ikke er den store fysiske aktivitet, ud over luftturen.

På lige fod med mennesker er der ingen tvivl om, at hunden har et større fysisk og mentalt overskud, hvis konditionen er god og bliver holdt ved lige over hele året og ikke kun i jagtsæsonen. Det vil være optimalt for hunden, hvis man har mulighed for at få trænet alle relevante muskelgrupper. Derfor bør man sørge for en kombination af både interval- og udholdenhedstræning.

Intervaltræning

Intervaltræning har det formål at styrke og vedligeholde de muskelgrupper, som hunden anvender under hurtige og kraftfulde temposkift på relativt korte afstande. Der er ingen tvivl om, at netop disse temposkift kan være en af flere årsager til pludseligt opståede skader, ligesom slid- og gigtskader ved ældre hunde lettere opstår, hvis ikke hundens kondition løbende holdes ved lige.

Intervaltræning kan foretages på flere måder, men udgangspunktet er altid, at det kræver en eller anden form for opvarmning. Derfor: Lad være med at tage en kold hund ud af bilen og straks kaste en bold eller lignende, som hunden skal løbe efter. Start altid med en kort gåtur, eller lad hunden løbe frit rundt, inden den egentlige træning påbegyndes.

Intervaltræning er korte distancer med høj intensitet. Derfor er leg med bold eller andet en super måde at få trænet interval, og for børnefamilien er det den perfekte mulighed for, at hund og børn får muligheden for et socialt fællesskab, hvor begge parter synes, det er sjovt. Et alternativ

til bolden kan evt. være en frisbee. Husk at lære børnene, at der altid skal afleveres til hånd, inden en ny bold eller frisbee kastes (læs evt. artiklen "Pas på skjult indlæring" i Jæger 1/2016).

Bakkeinterval er et godt supplement til træningen for dem, der har muligheden. Der trænes på en bakke i en kombination med en bold eller frisbee eller alternativt som en del af indkaldstræning med en hjælper for foden af bakken og dig selv på toppen.

Udholdenhedstræning

For at kunne klare at jage har hunden behov for både intervaltræning i forbindelse med apportering og ikke mindst udholdenhedstræning, så den kan klare en hel jagtdag og gerne flere dage i træk.

Udholdenhedstræning kræver som udgangspunkt en mere aktiv deltagelse af hundeføreren end intervaltræning. En af flere effektive måder at træne udholdenhed på kan være en cykeltur. Jeg vil anbefale, at denne altid foregår uden line. Denne opfordring skyldes alene, at jeg ofte har oplevet, at snoren bliver en undskyldning for at slippe for at træde i pedalerne. Specielt i forbindelse med cykeltræning anbefales blødt underlag, så hunden på de lange ture ikke slider trædepoterne unødigt og i værste fald til blods. Endelig bør man tilstræbe et varieret tempo, så hunden løber i både trav og galop.

Lange gåture og gerne i kuperet terræn er med til at vedligeholde hundens kondition over sommeren. For den lidt mere trænede hundefører er muligheden for en løbemakker til stede. En løbetur med hunden åbner også muligheden for en kombination af både udholdenhedstræning samt intervaltræning på samme tid.

Mest effektiv

Hovedparten af vores jagthunde er glade for vand, og dette udnytter de fleste hundeførere heldigvis. Der er ingen tvivl om, at en af de mest effektive måder at træne udholdenhed på er ved at lade hunden svømme. Svømning målrettet udholdenhed er dog ikke det samme som, at hunden skal køles af. Det er vigtigt, at svømmeturen bliver af en vis længde, der gerne øges fra gang til gang.

I de tidligere forårsmåneder, hvor vandet har en temperatur, der ikke er egnet til svømmetræning i sø eller hav, er vi i dag så heldige, at der i rimelig køreafstand fra de fleste findes gode hundesvømmehaller, hvor træningen kan foregå i opvarmet vand og indendørs. En ren win-win-situation.

Generelle anbefalinger

Det optimale og mest anbefalede er, at hunden konditionstrænes med enten interval- eller udholdenhedstræning i gennemsnit hver tredje dag.

Hold øje med din hund, så du ikke presser den unødigt. Er der tegn på skader, halter hunden, eller er der andre indikationer på, at man skal stoppe, så stop!

Byg træningen og dermed konditionen gradvist op. Tag forbehold for vejret. Hunde sveder ikke, som vi gør, men kommer af med varmen gennem mund og trædepuderne, så jo varmere det er, jo mindre konditionstræning.

Jo bedre grundkondition din jagthund har, inden sæsonen starter, jo bedre for hunden, og jo mere fornøjelse og nytte får du af din jagthund.

Knæk og bræk med træningen!

hvh@jaegerne.dk



Træning i vand styrker både hurtighed og udholdenhed.