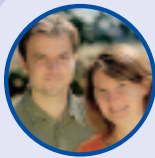


ÜBUNGEN ZUM ABSPECKEN



So wie viele Menschen einige Pfunde mehr auf den Rippen haben, als ihnen gut tut, geht es oft auch Hunden. Damit es dem kleinen Liebling an nichts fehlt, wird er neben einer reichhaltigen Futterportion noch mit leckeren Extraportionen verwöhnt. Allzu oft sind diese zusätzlichen Gaben wie z.B. Schweineohren oder Ochsenziemer regelrechte Kalorienbomben.

AUTORENINFO



Autor **Martin Rütter** ist Begründer der **Trainingsphilosophie D.O.G.S.** (Dog Orientated Guiding System). Mehr als 100.000 Zuhörer haben ihn als Referenten erlebt. Als TV-Hundexperte kennt man ihn u.a. durch „**Eine Couch für alle Felle I und II**“ und „**Ein Team für alle Felle**“. Er bildet er auch D.O.G.S.-Coaches aus, die bundesweit nach seiner Methode arbeiten. Co-Autorin **Jeanette Przygoda** ist seit Jahren als D.O.G.S.-Coach bei Martin Rütter tätig.

Weitere Infos www.d-o-g-s.net

Leider kann man nicht einfach aus der Größe des Hundes das passende Gewicht folgern. So wird ein Windhund mit einem Stockmaß – gemessen vom Boden bis zur Schulter – von 65 cm bei einem Gewicht von 30 kg als stark übergewichtig gelten. Ein Jagdhund mit dem gleichen Stockmaß hat mit diesem Gewicht sein Idealgewicht. Auch innerhalb einer Rasse gibt es gravierende Unterschiede. Bei vielen Rassen wird inzwischen in

verschiedene Richtungen gezüchtet, entweder auf Arbeitsleistung oder auf Schönheit. Und so wird z.B. ein Labrador Retriever aus einer Arbeitslinie mit 35 kg stark übergewichtig sein, während sein Kollege aus der Showlinie damit gerade sein Idealgewicht hat. Auch zwischen Rüde und Hündin gibt es Unterschiede, in der Regel wird der Rüde immer etwas mehr wiegen als eine Hündin der gleichen Rasse.

Wie sieht ein Hund ohne Übergewicht aus? Bei kurzhaarigen Hunden sollte man die Rippen leicht schimmern sehen, bei langhaarigen Hunden sollten sie direkt ertastbar sein. Spüren Sie eine leichte Speckschicht über den Rippen, ist es an der Zeit, etwas dagegen zu tun!

Bevor Sie allerdings anfangen, ein Trainingsprogramm für Ihren Hund zu erstellen, sollten Sie auf jeden Fall Rücksprache mit Ihrem Tierarzt halten. Er kann beurteilen, wie stark übergewichtig Ihr Hund ist und was sie beachten müssen. Denn ein Hund, der nicht nur 2-3 kg, sondern

vielleicht 10-15 kg abnehmen soll, darf nicht übermäßig beansprucht werden. Sonst werden die Gelenke überbeansprucht, innere Organe durch die übermäßige Belastung beschädigt. Somit gilt bei jeder Beschäftigung, die Sie sich für ihren Hund ausdenken: in kleinen Schritten aufbauen, langsam und mit wenig Belastung starten!

Eine ideale Beschäftigungsform für übergewichtige Hunde ist Schwimmen! Hier werden die Gelenke durch das Gewicht nicht belastet, der Hund muss sich aber anstrengen, verliert Pfunde und baut Muskeln auf. Nutzen Sie also die Zeit, wenn Teiche und Seen wieder aufgetaut sind. Nun geht nicht jeder Hund einfach so ins Wasser. Verbinden Sie den Schwimmspaß doch mit einem Apportierspiel! Wenn Sie das Lieblingsspielzeug ins Wasser werfen, wird Ihr Hund bestimmt gerne hinterherspringen. Achten Sie darauf, den Ball anfangs noch nicht zu weit zu werfen und dass der Einstieg für den Hund nicht zu steil ist. Vergrößern Sie langsam die Entfernung und: Erhalten Sie die Spannung bei diesem Spiel. Variieren Sie ruhig, indem Ihr Hund direkt hinterherschwimmen darf, oder erst auf Ihr Kommando warten muss. Werfen Sie zwei oder mehr Gegenstände hinein. Suchen Sie einen Bach mit geringer Strömung auf, in dem der Hund schnell schwimmen muss. Und wenn das Wetter noch wärmer wird: Gehen Sie doch einmal mit ihrem Hund gemeinsam schwimmen!

Abwechslung bei Sport und Spiel

Hat Ihr Hund nun schon einige Pfunde verloren, können Sie sich auch an Land mit ihm sportlich betätigen. Wie wäre es mit einem kleinen Jogging am Morgen? Gleichmäßige Bewegung ist förderlich, um Pfunde zu verlieren, und beansprucht die Gelenke nicht zu sehr. Verbinden Sie aber auch hier die physische Betätigung mit einer kleinen Aufgabe: Nichts ist langweiliger, also monoton neben Frauchen oder Herrchen zu laufen. Hat Ihr Vierbeiner das Wasser lieb gewonnen, ist der nahe gelegene See Ihr Ziel, an dem Sie dann ein Apportierspiel anschließen. Oder Sie haben vorher eine Beute versteckt und schicken den Hund die Beute suchen. Je fitter Ihr Hund wird, umso mehr können Sie Tempo und Strecke steigern. Legen Sie einmal einen Sprint ein und laufen mit ihm um die Wette. Oder machen Sie kurze Ausflüge mit dem Fahrrad. Sie können Ihrem Hund auch beibringen, Sie auf dem Fahrrad zu ziehen. Bike-Jöring nennt man diese Sportart. Natürlich muss er dafür bereits eine gute Grundausbildung haben, denn er soll sie ja nur, wenn Sie ihm das Kommando geben, ziehen. Inzwischen gibt es speziell für das Zughundetraining entwickelte Gefährte, wie z. B. einen Hunde-Roller, ein Dog Trike oder einen Hundewagen. Wichtig ist bei allen Zughundesportarten aber, dass der Hund ein passendes Geschirr trägt, damit er sich nicht verletzt.

Laufen

darf der übergewichtige Hund erst, wenn er etwas abgespeckt hat.

