

Inhaltsverzeichnis

Einführendes	8
Was dieses Buch leisten kann und was nicht	8

Teil I: Grundlagen..... 11

1. Grundlagen für das Training.....	12
Locken oder Clickertraining?	12
Markersignale	13
„Click“	13
Keep Going (statisch)	14
Keep Going (dynamisch)	15
Targets	16
Bodentarget	16
Handtarget	18
Kinntarget (Hold)	20
Plattformtraining	22
Isometrisches Training	24
Hintergrund.....	24
Sinn & Zweck.....	26
Trainingseinheit	28
Aufbau einer isometrischen Übung.....	30
Trainingsphysiologie	34
Welche Form von Muskularbeit benötigt man für welche Fitnesskomponente?	36
Muskularbeit	36
Unterschiedliche Leistungsarten	37
Trainingsplan & Trainingsplangestaltung	39
2. Grundlagenwissen zum Hundekörper.....	40
Körperscreening	40
Ist-Stand, Erfolgskontrolle	42
Schmerz und Training?	43

Teil II: Indikationen – Welche Übung wann?45

1. Krankheiten.....	46
Übersicht Krankheiten.....	46
Arthrose	47
Verschiedene Cavaletti-Figuren	47
Bandscheibenvorfall (BSV)	48
Was ist ein Bandscheibenvorfall?	48
Was muss geklärt sein?	49
Worauf ist zu achten?	51
Was soll bezweckt werden? Und welche Annahmen stecken hinter dem Training?	51
Bizepssehnenverletzung	53
Cauda-Equina-Kompressions-Syndrom (CECS)	54
Ursachen des CECS	55
Gangbild.....	55
Übungen	56
Durchtrittigkeit (Hyperextensionssyndrom).....	57
Kreuzbandriss.....	58
Prehab	59
Ellenbogendysplasie (ED)	60
Hüftgelenkdysplasie (HD)	61
Neurologische Probleme	62
Osteochondrosis dissecans (OCD)	63
Patellaluxation	65
Spondylose.....	67
2. Sportarten	68
Übersicht Sportarten	68
Warm Up and Cool Down.....	70
Grundsätzliches Warm-Up	70
Sportartspezifisches Warm-Up	70
Gymnastricks für.....	71
Agility.....	71
Begleithundesport.....	73

Coursing.....	74
Dog Diving / Dock Diving.....	75
Dogdancing.....	76
Dummytraining und Apportieren	77
Fährten und Mantrailing	79
Flyball.....	80
Frisbee	81
Fußarbeit	82
Hoopers	84
Hüten.....	85
IPG	86
Jagdliches Arbeiten	87
Nasenarbeit (Scent Detection, ZOS).....	88
Obedience	90
Rally Obedience	91
Rettungshundearbeit.....	92
Turnierhundesport.....	93
Wasserarbeit	94
Zughundesport	95

3. Spezielle Bedürfnisse96

Welpen und Junghunde	96
Sensomotorik.....	97
Balance	97
Isometrisches Training	97
Koordination	97
Bewegungsmuster sind beeinflussbar.....	98
Mögliche Übungen.....	98
Senioren.....	99
Alterungsprozess	99
Körperliche Fitness.....	99
Mentale Fitness.....	99
Knochen fit halten.....	100
Knorpel fit halten.....	100
Gewichtsverteilung	101
Durchtrittigkeit vorbeugen	101

Sensomotorik ansprechen	101
Übungen	102
Mentale Fitness	102
Comfort Diary	102
Dreibeinige Hunde	103
Art der Dreibeinigkeit	104
Trainingsziele	106
Übungen zur Entspannung	107
Übungen zur Positionsschulung	107
Kontinuierliche Überprüfung und Anpassung	109

Teil III: Die Gymnastricks – Aufbau und Durchführung ... 111

Baggern	113
Bewusstes Rückwärtslaufen	115
Bewusstes Steh	117
Bucket Game	120
Buddeln	122
Cavaletti-Training	123
Cavaletti (Koordination)	123
Cavaletti (Schrittverlängerung)	126
Cavaletti (Kraft)	130
Elefantentrick und Seitwärtsgehen	131
Feetpuzzle	135
Gestrecktes Sitz	136
Gestrecktes Steh	138
Gewichtsverlagerung	140
Hinterpfote anheben	143
Hüpf	145
Isometrische Übungen	146
Rückenstärkung einseitig	146
Rückenstärkung überkreuz	147
Zug auf die Hinterhand	148
Druck auf die Brust	149
Bauchheber	150

Ipsilateraler Stand	151
Kopf an Flanke	153
Korrekte Platz-Steh-Wechsel	155
Nach-unten-Gucken und Nicken	157
Pfoten-Bias	160
Platz und Langmachen	162
Rückwärts runter	164
Schnapp's	166
Slalom	170
Schwimmerwende	174
Tablett auf dem Kopf balancieren	176
Tipp-Tapp	178
Twist und Turn	182
Über den Peanutball hängen	184
Unter dem Bauch durchschauen	188
Vito's Game	190
Vorwärtsschauen in Bewegung	192
 Schlussbemerkungen	 194
Quellen	195
Über die Autorin	196
Index	197