

Inhalt

Einleitung	5	Voraussetzungen	26
 Grundlagen des Flyball- und Fitnesstrainings	8	Ausrüstung und Zubehör	28
Auswirkungen auf die Praxis	10	Flyballparcours	29
 Stress bei Sporthunden	11	Geschirr oder Halsband	30
Anzeichen	12	Flyballboxen	30
Maßnahmen zur Stressreduzierung	12	Bälle	31
 Aufwärmen/Abwärmen	13	Hilfsmittel	31
Funktion und Wirkung	14	Übersprung- und Wendehilfen	32
Umfang und Aufbau	14	Boxendummy/Schrägwand (siehe auch Selbstbau)	32
Übungen	14	Zäune	32
 Therapeutische Maßnahmen	17	Sonstiges Zubehör	33
Grundlagen	18	Für das Training zu Hause – Selbstbau	34
Methoden und Möglichkeiten	18	Boxendummy/Schrägwand	34
 Leistungssteuerung	19	Selbstbauhürden	35
Methoden	20		
Erfahrungen aus der Praxis	20		
Wettkampfphasen und Aufbau des Trainings in den einzelnen Wettkampf- phasen	22		
 Die Historie der Teamsportart Flyball	23		

Das Training	36	Übung 17: Sprungkurventraining	68
Gründe für die Schwimmerwende	37	Übung 18: Training auf der Turbine	69
Motivation und Belohnung	39	Übung 19: Rückwärtsstarts	71
Flyball-Übungen	40	Übung 20: Konditionsübung	71
Übung 1: Das Erkennen und Festlegen der Drehrichtung Ihres Hundes – Vorbereitung für die Wende auf der Box	41	Übung 21: Intervalltraining	71
Übung 2: Das Training mit Pylone	43	Übung 22: Fahrtspiel	71
Übung 3: Variation mit Stab	46	Übung 23: Festigen des Einspringens in den Boxendummy / in die Box	72
Übung 4: Das Training auf dem Boxendummy	47	Übung 24: Vorausschicken auf den Boxendummy und Einfädeln in die erste Hürde	72
Übung 5: Überspringen einer Hürde mit Wende um eine Pylone oder einen Stab	49	Übung 25: Weitere Hürden einbauen	73
Übung 6: Vorausschicken – Steigerung der Übung 5	49	Übung 26: Einsatz einer Sprunghilfe	73
Übung 7: Variation	51	Übung 27: Weitere Hilfen für die Schwimmerwende	79
Übung 8: Das Vorausschicken über zwei Hürden	51	Übung 28: Zwei-Pylonen- bzw. Zwei-Stab-Training	81
Übung 9: Weitere Hürden überspringen, dritte und vierte Hürde einbauen	51	Übung 29: Weiterführung	82
Übung 10: Vorausschicken ohne und mit Ablenkung	55	Übung 30: Steigerung	82
Übung 11: Gegenspringen mit großer Distanz	60	Übung 31: Ablenkung durch Bälle	84
Übung 12: Gegenspringen mit geringer Distanz	60	Übung 32: Ablenkung durch ein zweites Team	85
Übung 13: Erweiterung der Übung 12	61		
Übung 14: Gegenspringen über mehrere Hürden	62	Flyball als Turnier- und Leistungssport	86
Übung 15: Sprungrhythmustraining	64	Wechseltraining	88
Übung 16: Variation und Weiterführung der Übung 15	66	Gewöhnen an die Turniersituation	88
	68	Das erste Turnier	90
		Das Training erfahrener Turnierhunde	90
		Das Training außerhalb der Turniersaison (Wintertraining)	90
		Zu guter Letzt	92
		Literaturverzeichnis und Quellen	94
		Interessante Links	94
		Autorenporträts	95