

INHALTSVERZEICHNIS

ALLGEMEIN	
DANKSAGUNG	3
INHALTSVERZEICHNIS	4
VORWORT	6
I. BASISWISSEN	7
1. Ein Hund ist kein Pferd	8
2. Körperbau von Hunden im Sprungverhalten	10
a. Körperbau allgemein	10
b. Gewichts-Größen Index	12
c. Winkelungen, Maße, „legginess index“	13
3. Anatomie in Bezug auf Sprungverhalten	16
a. die Vorderhand	16
b. die Hinterhand	18
c. Wirbelsäule, Schwanz, Pfoten	21
4. Ablauf eines Galoppsprungs /Sprungs über eine Hürde	22
5. Der Sprungstil	24
6. Die Flugbahn	29
7. Der Absprungpunkt (ASP)	31
8. Anpassung des Absprungpunktes	34
ÜBUNGEN	
II. PRAXISTEIL	37
1. Hundetyp einschätzen und erkennen	38
2. Wann ich mit dem Training beginnen?	38
3. Soll die Sprunghöhe immer gleich sein? Soll ich von Anfang an auf voller Höhe trainieren?	39
4. Kraft Koordination, Beweglichkeit und und Balance stärken	41
5. Übungen am Boden	41
6. Cavaletti als Basis	43
7. Enges Wickeln als Basis für Versammlung	46

III. PRAXISTEIL	53
1. Das eigentliche Sprungtraining	
1.1. Die Arbeit an einer einzelnen Hürde	54
2. Sprungreihen	
2.1. Basis-Sprungreihen („bounces“)	62
2.2. Absprungpunkt Übung	64
2.3. Galoppsprung-Anpassen Sprungreihe	68
2.4. Extensions (Streckungs)-Sprungreihen	71
2.5. Sprungreihe mit Höhe	72
2.6. Basis-Biegungs-Sprungübungen (Variante 1)	72
2.7. Basis-Biegungs-Sprungübung (Variante 2)	75
2.8. „Außen“-Übung	77
2.9. Sprünge schneiden („slicen“)/Slice-Übung	79
2.10. Zick-Zack-Sprungreihe	81
2.11. Ein-Galoppsprung-Reihe	82
IV. PRAXISTEIL	85
1. Fortgeschrittene Sprungübungen	
1.1. Bewegung des Hundeführers	86
1.2. Drei Reihen im Wechsel	87
1.3. Kreis Übung	88
1.4. Aus Kreis in Streckung	90
1.5. Großer Kreis mit Acht	94
1.6. Tunnel-Versammlung	96
1.7. Über Kreuz Übung	97
EXTRA	
Handikarten	102
Schlusswort, Quellen	118