

Praxishandbuch Hundefitness, Grundlagen, zielgerichtetes Training und individuelle Übungskombinationen

Carmen Heritier und Sandra Rutz, Kynos Verlag, Nerdlen/Daun,
2020, ISBN 978-3-95464-162-8

Aufgrund des Artikels von Carmen Heritier in der Zeitschrift Hands on vom September 2020 (*Wie Marker- und Targettraining zum Gelingen aktiver Bewegungstherapie beitragen*) bin ich auf dieses Buch gestossen. Die Autorin befasst sich intensiv mit Dogdance und Hundeausbildung. Sie richtet ihr Buch an alle, die sich für Hundefitness interessieren, also HundehalterInnen, HundesportlerInnen, TrainerInnen und PhysiotherapeutInnen. Gemäss Inhaltsverzeichnis wird vor dem eigentlichen Übungsteil des Buches auf Trainingsgrundlagen und Fitness Tests eingegangen. Diese sind sehr summarisch und einfach verständlich geschrieben. Interessant ist das Kapitel Trainings-Know-How, in dem dem Leser/der Leserin das Clickertraining, Targettraining und Belohnungsvarianten im Allgemeinen nähergebracht wird als wichtige Grundlagen für das Erarbeiten der eigentlichen Übungen. Erfreulicherweise gibt es ein eigenes Kapitel über Warm-up und Cool-down.

Die aktiven Bewegungsübungen werden nach Körperpartie vorgestellt, mit tabellarischer Aufführung, welche Muskeln aktiviert, entspannt und gekräftigt werden und mit schönen Bildern des Übungsaufbaus und des benötigten Trainingsmaterials. Unter dem Kapitel „Übungen für besondere Bedürfnisse“ finden sich Trainingsvorschläge für Hunde mit Hüftgelenksdysplasie, Patellaluxation, Cauda equina Kompressionssyndrom, sowie für Senioren, Welpen und Junghunde. Am Schluss werden Übungen für zu einem Zirkeltraining zusammengestellt (Canine Body Fit), welche sich insbesondere für Hundeschulen eignen.

Je nach eigenen Vorkenntnissen sprechen den Leser/die Leserin unterschiedliche Kapitel dieses Buches an, entweder mehr das Trainings-Know-How oder die Übungsideen. Auch Therapeuten/Therapeutinnen, die regelmässig Hunde behandeln, können für sich etwas in diesem Buch finden. Besonders empfehlenswert ist es aber als Literatur Angabe für die interessierten Hundebesitzer, die mit ihren Hunden in die Physiotherapie kommen.

Leutwil, 20.11.2020, Dr. med. vet. Karin Küng

Carmen Heritier
Sandra Rutz

Praxisbuch Hundefitness

Grundlagen, zielgerichtetes Training und
individuelle Übungskombinationen



Kynos