



Tierarztpraxis Am Schlagbaum

Dr. Silke Meermann, Physiotherapie u. Rehabilitation f. Kleintiere, IVCA, EAVC, SCO

Trabtraining für Hunde

Ziele:

- bei Hunden, die vermehrt Passgang zeigen, obwohl dafür keine medizinische Ursache vorliegt bzw. diese behandelt wurde

- zum Muskelaufbau nach Verletzung oder als Trainingsvorbereitung

Durch das regelmäßige, möglichst tägliche Training wird aufgrund der Plastizität des Zentralen Nervensystems das "Pass-Bewegungsmuster" wieder durch das "Trab-Bewegungsmuster" überlagert, so dass das "Trab-Muster" wieder zum bevorzugten Bewegungsmuster wird

Material:

- es werden 6-8 Cavaletti-Stangen (alternativ: Besenstiele o.ä.) benötigt

- es werden z.B. 12-16 Ziegelsteine (alternativ: Plastikflaschen o.ä.) benötigt, um die Cavaletti-Stangen etwa 5 cm vom Boden hochlegen zu können

Aufbau:

- die Stangen werden etwa im Abstand der Schulterhöhe des Hundes auf gerader Linie ausgelegt

Durchführung:

1) Phase 1 (3 Wochen)

- die Stangen werden in gleichmäßigem Abstand in gerader Linie ausgelegt

- der Hund wird angeleint im Trab über die Stangen geführt; man beginnt etwa 6-8 Meter vor den Stangen und trabt noch etwa 6-8 Meter hinter den Stangen weiter

- der Hund wird auf dem Hinweg links, auf dem Rückweg rechts geführt (er soll geradeaus schauen - KEIN Blickkontakt!!)

- pro Übungseinheit wird der Hund etwa 5-10 Mal in jede Richtung geführt

- es sollte nach Möglichkeit täglich (zu Hause!) geübt werden

2) Phase 2 (3 Wochen)

In dieser Phase werden nach und nach die Stangen entfernt (die Stangen "zwingen" den Hund zum Traben), so dass das Trabmuster auch ohne Stangen als Hilfe verfestigt wird.

Die Stangen werden zunächst ausgelegt wie in Phase 1, dann entfernt man zunächst 1 Stange aus der Mitte und legt sie ans Ende (so dass nun zwei Mal 4 Stangen ausliegen, dazwischen befindet sich einmal ein doppelter Abstand)

=> der Hund wird wieder 5-10 Mal in jede Richtung rechts und links im Trab über die Stangen geführt

Nun entfernt man pro Übungseinheit jeweils eine weitere Stange aus der Mitte und legt sie an den Anfang oder das Ende

=> der Hund wird wieder 5-10 Mal rechts und links im Trab über die Stangen geführt

Dies geschieht so lange, bis alle Stangen nun mit dem doppelten ursprünglichen Abstand ausgelegt sind.

3) Phase 3 (6 Wochen)

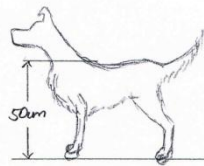
In dieser Phase wird die Schrittlänge (und damit die Muskelkraft) des Hundes trainiert / gesteigert; dazu werden alle Stangen wieder mit dem "einfachen" Abstand ausgelegt wie in Phase 1

- von Übungseinheit zu Übungseinheit wird nun der Abstand der Stangen jeweils um 2-5 Zentimeter vergrößert

- dies geschieht so lange, bis der Abstand so weit ist, dass der Hund nicht mehr traben kann => ausgehend von diesem Abstand verkleinert man den Abstand wieder um 5 cm => dies ist der individuelle Übungsabstand für die nächsten 3 Wochen

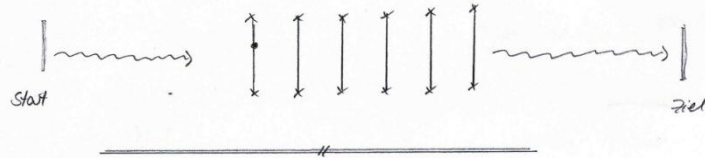
- auch hier können nach etwa 3 Wochen dann die Stangen als Hilfestellung wie in Phase 2 nach und nach wieder abgebaut werden

Schulterhöhe 50cm \Rightarrow hüdenabstand 50cm

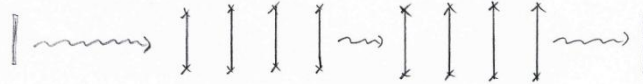


← 50cm → 50cm → *hüdenhöhe ~ 50cm*

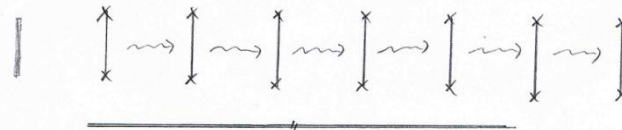
Phase 1)



Phase 2) zu Beginn



zum Ende von Phase 2)



Phase 3) Beispiel Schulterhöhe 50cm
 \Rightarrow Abstände vergrößern

