



Isometrische Übungen:

Mit isometrischen Übungen fördern Sie das Krafttraining Ihrer Hunde. Sie üben dabei einen leichten Druck an unterschiedlichen Körperstellen des Hundes aus, sodass der Hund automatisch Muskelwiderstand gibt. Ohne Hilfsmittel gelingt es Ihnen so, die Muskeln Ihres Hundes effizient aufzubauen.

Für die erste Übung knien Sie hinter Ihrem stehenden Hund. Legen Sie Ihre Hände auf die Oberschenkel des Hundes nun ziehen Sie Ihren Hund sanft zu sich. Hören Sie auf zu ziehen, sobald Ihr Hund Widerstand gibt, halten Sie diese Position jedoch einige Sekunden. Lassen Sie danach sehr langsam locker.

Noch immer hinter Ihrem stehenden Hund kniend, legen Sie eine Hand wieder auf die Oberschenkel des Hundes. Drücken Sie diesen Oberschenkel nun schön sanft in die gegenüberliegende Richtung. Sobald Sie Widerstand spüren, halten Sie den Druck einige Sekunden und lassen sehr langsam locker. Diese Übung wiederholen Sie auch mit dem anderen Oberschenkel.

Auch bei der dritten Übung knien Sie hinter Ihrem stehenden Hund. Legen Sie nun eine Hand an die Innenseite des Oberschenkels und üben Sie sanften Druck nach außen aus. Wieder halten Sie den Druck beim ersten Widerstand einige Sekunden, um dann locker zu lassen.

Für den Beginn reicht es, wenn Sie den Druck zirka 3 Sekunden halten. Mit der Zeit können Sie auf 10 Sekunden erhöhen. Sollte der Hund nicht stillhalten, zurückgehen oder keinen Widerstand aufbauen, war der Druck zu viel.

Probieren Sie sanfteren Druck und Ihr Hund wird lernen, Widerstand zu geben.

