



Fitness für den Hund

Von Martina Flocken

Doggy-Fitness steht für die erste Internet Plattform rund um das gezielte Bewegungstraining beim Hund im deutschsprachigen Raum. Die Idee für Doggy-Fitness und das Thema Online-Kurse entstand bereits im Frühsommer 2015.

Aus dem Praxisleben als Physiotherapeutin für Kleintiere habe ich meinen Kunden regelmäßig aktive Übungen mit an die Hand gegeben, um die Genesung und den Therapiefortschritt zu unterstützen. Aus den Gesprächen mit den Hundehaltern und aus zahlreichen Workshops bekam ich immer wieder das Feedback: wir würden so gern selbst aktiv sein, und die Frage nach Kursen wurde oft gestellt. Vor diesem Hintergrund habe ich – basierend auf meiner langjährigen Erfahrung als Hundephysiotherapeutin – begonnen ein Konzept zu entwickeln, das interessierten Hundehaltern diese Möglichkeit bietet. Auch meine beiden Hunde, einer davon gehandicapt

durch Spondylose, Arthrose und Hüftdysplasie, motivierten mich, das aktive Bewegungstraining in den Fokus meiner Arbeit zu rücken und das Konzept für Hundehalter umzusetzen.

Im Bewusstsein, dass das tägliche Leben immer digitaler wird und Themen wie Hundeerziehung längst auch via Online-Kurse passieren, entstand der Gedanke, auch das Thema Bewegungstraining als Teilbereich der Physiotherapie auf diesem Weg aufzubereiten und anzubieten. Denn insbesondere dieser Part kann nach Anleitung durch den Hundehalter selbst durchgeführt werden. Sicher nicht bei jeder Erkrankung des Bewegungsap-

parates, und es ist auch kein Ersatz für einen Tierarztbesuch und ersetzt auch keine Diagnose. Aber es bietet eine tolle Ergänzung zur Physiotherapie oder wenn Hunde sich nicht durch Fremde anfassen lassen wollen oder schlicht kein Physiotherapeut greifbar ist.

Da ich in der Praxis sehr oft das Zeitproblem der Hundehalter spürte, bestärkte mich dies, ein Konzept zu entwickeln, das sich gut in den Alltag integrieren lässt und zeitlich und räumlich unabhängig durchgeführt werden kann. So startete ich im Januar 2016 zunächst mit dem Blog „Doggy Fitness“. Ziel ist es, Hundehaltern umfassende und vor allem verständliche Informationen rund um das Thema Bewegung und Erkrankungen des Bewegungsapparates zur Verfügung zu stellen. Auch hier erreichten mich viele Fragen. Die Hauptfrage war: „Was kann ich selbst machen? Und welche Übun-

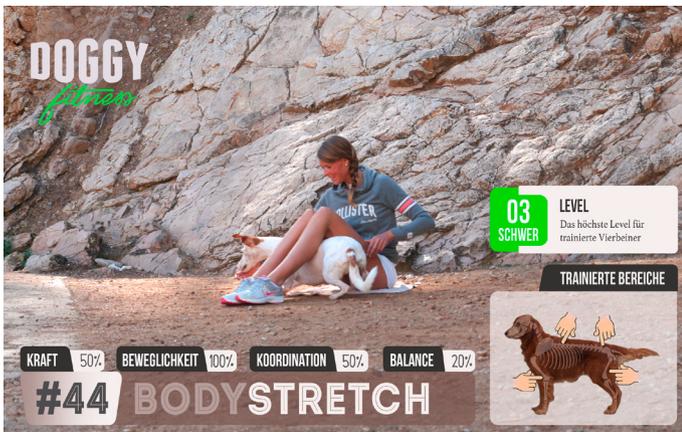
gen wären sinnvoll bei Erkrankung xy?“ Dies bestärkte mich in meinem Konzept, Hundehaltern die Möglichkeit zu geben, in Form von Online-Kursen, die auf die Bedürfnisse der Hunde zugeschnitten sind, ihren Hund fit und beweglich zu halten, zu machen oder bei der Genesung verschiedener Erkrankungen zu unterstützen.

In gut 1,5 Jahre langer Entwicklungsphase wurden Übungen entwickelt und mit verschiedenen Hunden auf Wirkung und Anwendbarkeit/Alltagstauglichkeit durch den Halter getestet. Es wurden Videos zu den Übungen und Anleitungen gedreht und geschnitten, Trainingspläne zu den verschiedenen Kursthemen wurden entwickelt und Woche für Woche getestet. Zusätzlich wurde ein Handout als PDF erstellt, das ergänzt mit Bildern alle Übungen noch einmal bebildert als Anleitung bietet – auch für unterwegs zum Nachlesen.

Entstanden ist ein breites Portfolio an verschiedenen Online Video-Kursen, zugeschnitten auf die verschiedenen Bedürfnisse unserer Vierbeiner. Dieses Konzept ist im Bereich der Bewegungstherapie absolut neu und einzigartig. Mitte September 2017 war es dann soweit und auf www.doggy-fitness.de wurde eine Reihe an Online Video-Kursen rund um das Bewegungstraining beim Hund – ein Teilbereich der Physiotherapie beim Hund – gelauncht. Die Basis der Kurse bilden aktive Übungen zur Förderung der allgemeinen Fitness, Stärkung der Muskulatur, Förderung der Beweglichkeit, Balance, Koordination und des Körpergefühls. Diese werden gezielt miteinander kombiniert, um einen möglichst hohen Trainingseffekt zu erreichen. Wichtig ist immer das ganzheitliche Training, das bedeutet, nicht nur am Schwachpunkt selbst wird trainiert, sondern der gesamte Hundekörper wird berücksichtigt.

Vorgestellt werden die Übungen in detaillierten Videoanleitungen. Sie zeigen die Übungen in der aktiven Durchführung begleitet durch genaue Erläuterungen. Damit der Hundehalter sinnvoll trainiert, gibt es wochenweise Trainingspläne mit genauen Hinweisen dazu, wie oft die Übungen wiederholt werden. Die einzelnen Übungen – bereits erlernte und neue – werden miteinander kombiniert und sukzessive aufeinander aufgebaut. So wird ein gesundes Training sichergestellt.

Trainierende Hundehalter sollen nicht einfach auf sich alleine gestellt sein nach dem Kauf des Kurses. Mir liegt es am Herzen, für die Kursteilnehmer greifbar zu sein und sie aktiv unterstützen zu können. Um einen Austausch der Kursteilnehmer und Feedback zu gewährleisten, gibt es eine geschlossene Facebook-Gruppe, in der Videos, Fragen etc. gepostet werden können. 



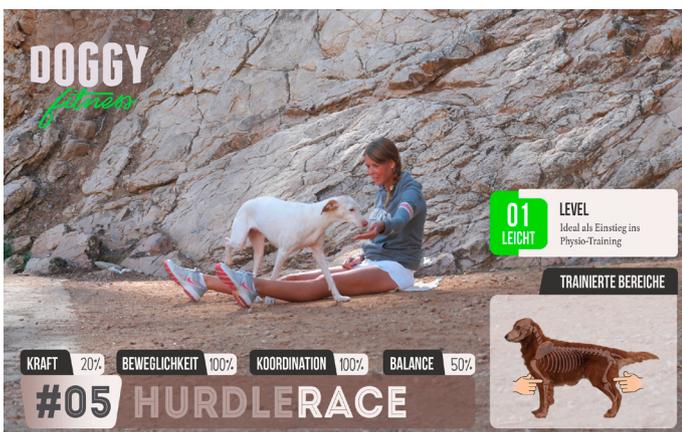
DOGGY fitness

03 LEVEL SCHWER
Das höchste Level für trainierte Vierbeiner

TRAINIERTE BEREICHE

KRAFT 50% BEWEGLICHKEIT 100% KOORDINATION 50% BALANCE 20%

#44 BODYSTRETCH



DOGGY fitness

01 LEVEL LEICHT
Ideal als Einstieg ins Physio-Training

TRAINIERTE BEREICHE

KRAFT 20% BEWEGLICHKEIT 100% KOORDINATION 100% BALANCE 50%

#05 HURDLERACE

Nur die allercoolsten Hunde tragen

FRENTO




Biozidprodukte vorsichtig verwenden.
Vor Gebrauch stets Etikett und Produktinformationen lesen.

FRENTO
GEBISSLICH WASSERWELST
Schutz Halsband
Wird 4 Wochen
Gegen Flöhe, Zecken, Läuse und Haarlinge
Schützt den ganzen Hund – 4 Monate wirksam