



FOKUS PÅ
KRYP SOM HÅLLER
I LÄNGDEN

Träna för ett HÅLLBART KRYP

Krypet kan vara ett klurigt moment. Egentligen är det ”bara” ett naturligt beteende som ska utföras under en rätt så kort tid, men samtidigt oerhört lätt att nolla vid minsta missförstånd. Ett fint och harmoniskt kryp kräver kanske mer precision än vad många bruksförare uppskattar. Med hög medvetenhet i träningen ökar du chansen för ett kryp som är hållbart på sikt, såväl ur tävlings- som hälsosynpunkt.

TEXT: JENNY WIBÄCK FOTO: MARIA EVALDSSON

Hundar kan krypa på många olika sätt, men på ett mer övergripande plan brukar valet stå mellan hur hunden ska ha sina bakben – antingen under sig och förflytta sig med små korta steg, alternativt benen utsträckta bakåt. Men vad är bäst för hundens kropp? Marie Söderström, certifierad hundfysioterapeut och legitimerad djursjukvårdare, svarar så här:

– Anatomien spelar ofta roll för val av teknik och det som hunden spontant väljer är troligen det som är mest lämpligt. Med tanke på att sträckan i elitklassen är relativt lång och dessutom innehåller svängar, så är det viktigt att låta hunden välja den teknik som känns mest naturlig.

Många hundar vill titta på sin förare under krypet, precis som i fria följet. Allra bäst för hundens kropp är dock om den tittar rakt fram, men Marie påtalar själv att det är en teknik som kan vara svår att få till.

En låg blick fokuserad framåt kan också bli en bra hjälp för att hålla ner armbågarna i backen. Samma effekt kan dock uppnås med blicken riktad mot föraren, genom att hunden då lägger mer tyngd i framkroppen.



”Targetpinne” är ett alternativ för att styra hundens blickriktning.

Belöningsplaceringen är förstås A och O och kanske är krypet ett av de bruksmoment där kreativiteten flödar mest. Många stöter på problem i att hunden kryper för fort och hamnar för långt fram. Någonstans i introduktionen av momentet är det uppenbarligen lätt hänt att vi förmedlar till hunden att den ska röra sig mer och snabbare än vad vi egentligen vill i slutändan. Egentligen är det ju rätt små och relativt lugna rörelser vi vill se som slutresultat.

EXTERNBELÖNINGAR

Det är inte ovanligt att hundar presenterar riktigt fina kryp, då de egentligen inte ska krypa. Till exempel vid en platsliggning då hanhunden får en oemotståndlig doft i nosen, kanske från hunden som låg i gruppen innan... En variant till traditionell krypträning som ofta handlar om att locka hunden framåt genom godishand eller targetpinne är därför att smula små, små godisbitar på marken, precis framför hundens nos. Avståndet ska vara så kort att den väljer att sträcka sig istället för att resa sig. Den här metoden passar förstås inte alla och kan säkert vid första anblicken upplevas som varje hanhundägares mardröm.

En stor fördel är dock att nosandet kan bidra till en lugnare aktivitetsnivå än om hunden följer något på syn. För att det ska bli ett fint slutresultat är det viktigt att på sikt få kontroll över när hunden tillåts nosa och inte. Här krävs finlir och förståelse för vikten av timing i användandet av extern belöning (de små, knappt synliga godissmulorna kan alltså ses som små externbelöningar som hunden enbart får ta på kommando). Om inte annat kan metoden tillämpas i introduktionsstadiet, dels för att vänja hunden vid att beteendet krypa utförs i en lugn aktivitetsnivå och dels för att få chans att se vilken teknik som är mest naturlig för just din hund.



Låt hunden krypa både framlänges och baklänges.



Att dra en köttbulle framför nosen kan lätt ge motsatt effekt på båda dessa områden. Dessutom finns det en friskvårdsaspekt även när det gäller aktivitetsnivån.

– Skaderisken är mindre i alla moment som utförs kontrollerat och lugnt – och det gäller förstas även krypet, påtalar Marie Söderström. Hon rekommenderar därför att eftersträva en balanserad aktivitetsnivå med fokus på små rörelser och mycket träning av bakdelskontrollen.

BAKDELSKONTROLL

Bakdelskontroll handlar kort och gott om att hunden ska få en medvetenhet om sina bakben och hur dessa rörelser kan påverka vägen till belöning. I traditionell hundträning är det ofta frambensrörelser vi fokuserar på och så får bakbenen liksom bara hänga med. Enkla modeller för att komma igång är ”kloss-träning” där hunden tränas i att hålla framtassarna stilla på en kloss och belönas för rörelser med bakbenen, samt baktass-targetet. Se tricksartikel från Brukshunden nr 1 2015 som finns på sbkshopen.se.

Ett gott råd är att också lära hunden att krypa baklänges, dels för att hitta den viktiga tekniken till svängarna och dels för att motverka att hunden tänker ”framåt” så snart den får en signal för att krypa. Tänk dig vändningar på stället, fast i krypande form. För många hundar kan det ge effektivitet i precisionsträningen att bara låta dem krypa framåt när de är inställda på en sväng. Ett sådant upplägg kräver att du svänger mer än vad du går framåt och kanske är det precis det du ska göra, även om proportionerna är omvända på tävling.

Eftersom krypet av fysiska skäl inte ska ”harvas” och mängdtränas vid ett och samma tillfälle är det särskilt viktigt att planera träningen och klura på hur du bäst använder de få krypsteg som är lämpliga att genomföra vid respektive träningspass.

VAL AV SIGNAL

Vad är det som ska få din hund att röra sig framåt – är det ditt ord ”kryp”, ditt knä, eller din fot? Många svarar nog spontant ”kommandot” men många hundar rör sig snarare på förarens rörelse. Om du redan tränat in ett kryp, så prova dig fram. Vad händer om du säger din signal för kryp, men står kvar? Vad händer om du förbereder hunden för kryp, lägger ner den vid sidan och börjar gå, men utan att ge kommando? Och vad händer om du säger kryp och lyfter foten men inte börjar gå utan blir kvar med benet i luften?

Kom ihåg att hunden gör det du har lärt den, så vill du ändra på det resultat du uppnått i din träning just nu, gör det på ett genomtänkt sätt steg för steg, precis som du skulle göra med en liten valp.

På en väldigt het hund kanske du kan förebygga tjuvstarter på tävlingsledarens kommando, genom att den lär sig ”vänta på benet” och inte startar på ljud. En mer lågtempererad hund kanske behöver ett laddat kommando för att komma igång med sin rörelse. Det viktiga är din medvetenhet om vad som

MARIE SÖDERSTRÖM, CERTIFIERAD HUNDFYSIOTERAPEUT
OCH LEGITIMERAD DJURSJKVÅRDARE

Maries tankar om krypträning med hundar i olika åldrar.

VALPAR

Att krypa är egentligen ett naturligt beteende för hunden, jämfört med mycket annat vi tränar in. Därför kan du köra lite kravlös grundträning i kryp även med valpar, men då handlar det inte om några meter, utan små korta steg. Använd hellre valptiden till att hitta den viktiga, lugna, aktivitetsnivån och skapa en god grund i kvarliggandet. Det är också viktigt att välja underlag med omsorg, så att hunden får en positiv minnesbild av krypträningen och gärna kryper mer.

AKTIVA TÄVLINGSHUNDAR

Hunden som befinner sig mitt i tävlingskarriären behöver få chansen att träna kryp regelbundet för att upprätthålla muskelminnet. Har du viloperioder under året, så är det därför viktigt att tänka på att gå tillbaka i träningen när det är ny säsong. Kom alltid ihåg den viktiga uppvärmningen. Att ta hunden direkt från bilen till krypträning är inte lämpligt för någon hund, oavsett ålder.

ÄLDRE HUNDAR

Om din pensionerade tävlingshund tycker det är jätteroligt att krypa och är frisk i kroppen så kan den gärna få göra det, korta pass, men det är inte en övning att rekommendera i rent friskvårdsyfte för äldre hundar, eftersom en krypande hund böjer alla sina leder.

faktiskt får fram rörelsen i din hund, så att du kan planera träning och tävlingsutförande därefter.

VAR UPPMÄRKSAM PÅ FÖRÄNDRAT BETEENDE!

Oavsett hundens ålder eller förkunskaper är det viktigt att vara uppmärksam på om hunden plötsligt inte vill krypa. Det kan handla om en rutinerad tävlingshund som ändrar teknik, såväl som en unghund som gång på gång reser sig i träningen. Marie fortsätter:

– Många av de hundar som kommer till mig har upptäckt problemen just under krypet, så det kan vara en viktig indikator på att något inte står rätt till i kroppen. Om din hund plötsligt inte vill krypa trots att den gärna gjort det tidigare, så finns det troligen en anledning som bör kollas upp.

Att hitta en harmonisk teknik som hunden själv har fått välja och gärna bjuder på rymmer flera fördelar.

– Har hunden ont någonstans så kan kryptekniken vara en tydlig indikator. Om du vet att din hund kryper frivilligt, så undviker du dels att hunden kryper ”på ren lydnad” trots att den har ont vilket förstas är oacceptabelt ur ett djuretiskt perspektiv.

– Hunden gillar uppgiften, vilket ökar chansen att den klarar sitt utförande även på tävlingar som bjuder hårda, kalla eller blöta underlag.

– Det blir så mycket roligare att både träna och tävla om du och din hund antar era utmaningar som ett team! □