



Foto: Lena Kerje

Maria Brandel

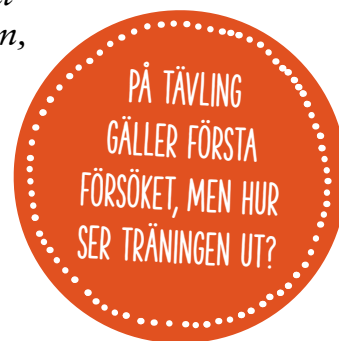
Maria har tagit sex SM-guld i lydnad med tre olika hundar och ett VM-guld, samt tävlat på landslagsnivå i räddning, spår, sök och lydnad.

Tema:

Den superviktiga TÄVLINGSTRÄNINGEN

”Att tävlingsträna är lika viktigt som att träna detaljer och moment – kanske viktigare.” Det säger flerfaldigt prisbelönta tävlingsföraren, instruktören och domaren Maria Brandel och tillägger:

”Ändå är det rätt många som glömmer bort – eller kanske inte till fullo förstår – den här viktiga träningen”. Här beskriver Maria varför du ska tävlingsträna och hur det kan gå till.



TEXT: MARIA BRANDEL

Emma är en tjej i 20-årsåldern som har sin första egna hund – golden retrievern Jim – som hon vill tävla med. Emma och Jim tränar massor, de går flera kurser och allt går som på räls. De är på klubben varje vecka och där spår alla ekipaget en lysande framtid; det finns så mycket entusiasm och glädje hos ekipaget och både hund och förare lär sig fort. När Emma och Jim gör sin första tävling vinner de på höga poäng och även på den andra tävlingen går det riktigt bra, även om Emma känner att den första nog ändå var lite bättre.

Men på tredje starten är Jim rätt oengagerad, faktiskt lite tveksam, och moment som varit klockrena innan fungerar inte alls särskilt bra. Emma blir lite frustrerad – för hon vet ju att Jim kan så mycket bättre! På den fjärde tävlingen vill Jim knappt alls vara med. Han är klistrig på Emma, han nosar och vissa moment vill han överhuvudtaget inte göra. Alla som har sett Jim på träning blir verkligen förvånade. Kan han vara sjuk? Men nä, två dagar senare hemma på klubbens träning är Jim precis som vanligt.

NÄR TÄVLINGSMILJÖN BLIR PEST

Känner du igen Emma och Jims historia? Kanske har du varit med om precis det här – eller sett andra som detta har hänt med? Den här historien är nämligen inte särskilt ovanlig! Möjligen går det inte så snabbt utför för alla ekipage – hunden håller i fler tävlingar än tre. Men vad var det egentligen som hände för Emma och Jim?

Emma är ju en glad och busig tjej, hon belönar urbra, Jim och hon leker superfint och Emma är liksom positiv hela hon. Emma gillar att belöna. Därför får Jim också väldigt mycket belöningar, nästan jämt. Oftast tränar Emma hemma på klubben – ensam eller ihop med sin bästa kompis.

Men på tävling kommer Jim plötsligt in i en ny miljö. Det är massor nya hundar och människor – dessutom folk som står och tittar på. Det finns en tävlingsledare som kommenderar och som ibland kommer väldigt nära – och vad gör matte egentligen mellan momenten? Hon brukar ju belöna så ofta men plötsligt kommer det inte en enda belöning. Så konstigt!



Dessutom verkar hon irriterad – det är så Emma blir när hon blir nervös.

Den tävlingsmässiga miljön har alltså blivit förknippad med något rätt otrevligt för Jim. Inte så konstigt att han slutar vilja var med, eller hur?

VITSEN MED ATT TÄVLINGSTRÄNA

Träningsävling går ut på att du förbereder hunden för allt som kan inträffa på en tävling. Du tränar helt enkelt på allt som är skillnad mellan träning och tävling. För de flesta är det många saker. På en tävling värmer du till exempel upp på ett ställe för att sedan genomföra tävlingen på ett annat. Ofta är miljön ny, det vimlar av okända hundar och människor och du får bara ett försök på dig att klara momenten. Någon kommenderar dig genom momenten och hunden ska kunna göra allting utan att få några belöningar. Du själv är kanske annorlunda; de flesta blir lite eller mycket nervösa när det är dags för tävling. När du är nervös är du oftast inte riktigt dig själv – många blir stela, hetsiga eller irriterade.

Förutom att förbereda hunden på vad som kan hända går träningsävling också ut på att ladda den tävlingsmässiga miljön positivt för hunden. Jag vill helt enkelt att min hund ska förknippa de tävlingsmässiga utmaningarna med något positivt och enkelt.

BÖRJA TIDIGT

Det här med om det verkligen är nödvändigt att tävlingsträna kan vara lite lömskt. De första tävlingarna du startar märker du antagligen ingen skillnad på hunden – den presterar lika bra som vanligt. Kanske du och din hund hör till undantagen som bekräftar regeln? Ni kanske inte behöver tävlingsträna? Det skulle jag absolut inte chansa på! Anledningen till att hunden presterar bra är för att den ännu inte har så mycket erfarenhet. När den väl börjat fatta skillnaden på träning och tävling börjar den prestera dåligt på tävling. Och vid det här laget har du ett rätt stort och svårvänt skepp som du ska hantera.

Jag börjar därför tävlingsträna redan när hunden är valp. Jag vill ha hundar som lyckas bra på tävling i många år – jag tävlar mina hundar så länge de är friska i kroppen. Det blir många

tävlingar på ett långt hundliv och alla ska vara roliga och bra för hunden. Det ser jag till att de blir genom att tävlingsträna.

Tävlingsträning är alltså inte något du bara ska göra precis inför en tävling utan gör det till en naturlig del av din vardagliga träning. Med de flesta hundar är detaljer och moment det enkla att lära in. Att lära in uthållighet, tänka helhet och tävlingsträning är oftast svårare. Alltså behöver du minst lika mycket träning på det. Och egentligen är det inte så komplicerat. Du behöver bara tänka till lite för att få in det i den vanliga träningen.

Foto och redigering Lena Kerje.



MÅNGA STENAR BLIR ETT TUNGT LASS

Det är givetvis viktigt att du som förare ska kunna agera på ett bra sätt på tävling. Men om du kommer till en tävling och är nervös behöver det ändå inte spela så stor roll för ert utförande om du har tävlingstränat mycket. Kan du något riktigt bra kan du vara nervös utan att det stör dig eftersom dina uppgifter liksom satt sig i ryggmärgen.

Kom ihåg att endast en sten gör inte ett tungt lass. Om den enda tyngden som kommer till på tävling är att du är nervös så spelar det inte superstor roll för hunden. Men om det är många saker som hunden inte känner igen då blir tyngden för stor. Då blir din nervositet troligen ett problem. Jag har ytterst sällan sett ett ekipage där nervositet stjälper hela framförandet. Istället handlar det om att hunden inte är tillräckligt tränad för de olika utmaningar som finns på en tävling.

MILJÖ

En viktig ingrediens i tävlingstränandet är miljön. Träna på många olika platser! Även när du är på samma ställe kan du byta plats: Träna på parkeringen på klubben eller i ett annat hörn på planen än där du vanligtvis brukar vara. Ju mer du varierar miljön desto starkare bli de moment du tränar. Då slutar nya miljöer vara en belastning för hunden. Tänk bara på att inte lägga ribban för högt. När du tränar i en ny miljö så tänk inte att hunden ska kunna leverera det bästa den kan. Tänk istället att du ska göra den här upplevelsen så lustfylld och bra för hunden som möjligt. Lek! Börja med enkla lekövningar, till exempel ”klara, färdiga, gå” (finns beskriven i ”Från valp till stjärna”) eller enkla fokusövningar där hunden får fokusera på en godbit för att sedan kasta sig över den. Använd välbekanta grundövningar som hunden gillar och kan. Läger du ribban lågt får både du och hunden en bra känsla eftersom ni känner er duktiga. Sedan kan du höja ribban successivt.

Foto: Anna Wedin Andersson



En viktig del av tävlingsträningen är att belöna hunden på plan.

Foto: Anna Wedin Andersson



Passa på att belöna på ett sätt som förstärker känslan du vill att hunden ska ha i samband med momentet.



UTHÅLLIGHET

På tävling ska hunden jobba förhållandevis lång tid utan att få belöning. Här vill jag lära hunden att hänga i – belöningen kommer alltid förr eller senare. Jag belönar alltid storstilat efter en tävling oavsett hur det gått. Det är vårt kontrakt – hunden får alltid belöning efter utfört arbete. Och den tanken planterar jag hos hunden från det att den är valp. Så fort valpen kan några små detaljer gör jag dem efter varandra och belönar efter den sista. Vips – så har vi börjat träna uthållighet! Börjar du med en valp har du god tid på dig att bygga ut kedjorna och göra dem svårare. Hur långa kedjor jag gör beror på hur länge jag märker att hunden klarar av att var fokuserad. Vissa hundar får man gå väldigt långsamt fram med och med andra går det att gå fortare fram.

TÄVLINGSMÄSSIGA BEKRÄFTELSER

Förutom att din hund ska utföra en rad olika moment på en tävling behöver den också förstå att det som händer mellan momenten ingår i det som ska göras på plan.

Du får ju inte belöna på planen men du kan bekräfta din hund på olika sätt mellan momenten. Det du gör mellan momenten på en tävling måste vara väl intränat. Ibland kan man se att föraren gör något på en tävling som hon aldrig brukar göra på träning och hunden verkar undra lite vad som händer.

Jag tränar in olika ritualer som peppar hunden och bekräftar att den är på rätt väg. Det kan till exempel vara att hunden får studsa lite framför mig, att jag pratar peppigt med den när den går vid min sida eller att jag klappar om den lite. Prova dig fram och se vad din hund verkar gilla och svarar positivt på när du tränar. Flytta sedan in ritualen i tävlingsträningen.

Här är det också viktigt att tänka på att när du har gjort färdigt din belöningsritual så ska hunden snabbt sluta upp vid din sida och hänga på dig när du förflyttar dig till nästa moment. Jag tränar detta genom att först göra min belöningsritual, därefter gå iväg och när hunden hänger på belönar jag storstilat. Det som händer mellan momenten bedöms inte men det gör så mycket för helhetsintrycket att din hund visar att den är med dig och redo att kasta sig över nästa uppgift. Dessutom blir du stärkt i känslan av att ”det här går ju bra” när din hund glatt hänger på dig.

ONE BY ONE-ÖVNINGAR

Ett enkelt sätt att få in lite tävlingsträning i vardagsträningen är att du dukar banan innan du tar in hunden på plan. Sedan kan du gå in med föresatsen att hunden ska klara de moment som ni ska göra på första försöket. Jag kallar det one by one-övningar. Det finns bara en regel: Du får bara göra ett försök på varje moment. Gör det så lätt du behöver för att hunden ska klara uppgiften på första försöket. De allra, allra flesta gör det här för svårt. Men övningen är ett bra kvitto på vad hunden faktiskt kan. Löste den uppgiften lätt som en plätt gör du den lite svårare nästa gång du gör en one by one-övning. Planera noga innan träningspasset hur du ska genomföra momenten – och här är nyckelordet anpassning. Här kommer ett exempel



Det ska vara superkul att tävlingsträna!

hur du kan lägga upp ett sammanhängande träningspass med one by one-övningar med ett fritt följ, en fjärr och en ruta.

För att anpassa övningen till vad en oerfaren hund kan så att den lyckas på första försöket, kanske du går 30 sekunders fritt följ. Är det någon detalj i fotgåendet som du vet att din hund inte kan eller har svårt för, till exempel vänstersvängar, så gör du inte dem. I inkallningen tar du ut det avstånd som du vet att hunden klarar. Du kanske bara går tio meter om du vet att din hund tycker det är svårt att sitta kvar om du går längre. Kanske är inte era ingångar på plats – då belönar du springandet istället eller vänder och går ifrån hunden så den får glida upp vid din sida och avsluta i ett fotgående. I fjärren står du på det avstånd som du vet behövs för att hunden ska klara av skiftena och kanske gör du bara era två bästa skiftena.

MED DEN ERFARNA HUNDEN

I one by one-övningen ovan beskrev jag hur du kan tänka om du har en lite mer oerfaren hund. Men du kan givetvis göra det här med en erfaren hund också. Då kanske du går ett sju – åtta minuter långt fritt följ. I inkallningen kan du lägga till olika slags störningar, exempelvis att folk rör sig bredvid dig, att du lägger ut grejer på marken som

hunden ska passera eller att du har en tävlingsledare som är väldigt överdriven i sin kommendering. I fjärren kan du lägga till olika störningar – kanske att en annan hund gör fjärren intill men din hund ska bara lyssna på dig – du kan göra den på längre avstånd än vad som görs på tävling eller göra fler skiftena än normalt. Rutan kan du placera på kluriga ställen. Röriga bakgrunder brukar vara svårt för de flesta hundar och givetvis kan du även här överdriva avståndet eller placera föremål som hunden måste passera på väg till rutan.

Summa summarum: One by one-övningar kan du göra oavsett vilken nivå din hund är på – allt handlar om att anpassa övningarna så att hunden klarar dem på första försöket. Om hunden skulle misslyckas på första försöket bryr du dig inte om det utan går bara vidare till nästa grej ni skulle göra. Efteråt kan du samla ihop den information passet gav dig och träna på de detaljer som du inte tyckte höll hela vägen. One by one-övningarna leder till att du som förare blir mycket bättre på att bedöma vad din hund verkligen kan.



Belöna tävlingsmässiga ingångar på plan.



MOMENTRUTINER

I one by one-övningen får du också träna på att få hunden i rätt modus inför varje moment och det gör du genom att lära hunden olika momentrutiner. Momentrutinerna ska vara små diskreta signaler – ord eller kroppsrörelser – som talar om för hunden vad den ska göra och som gör att hunden hamnar i rätt modus.

Ta till exempel fjärren. Det är ett moment som behöver mycket power för att hunden ska kunna göra kraftfulla och distinkta skiften. I grundträningen låter jag därför hunden hoppa ganska mycket innan den ska göra fjärren. På tävling kan jag låta hunden göra ett litet, litet hopp strax innan jag ställer upp för att göra momentet. Eftersom jag har tränat in det ända sedan hunden började lära sig fjärrskiftena så känner den omedelbart igen sig och den förbereder sina muskler för att utföra skiftena. Jag vill att hunden använder olika slags muskler för till exempel läggandet inför ett kryp, en inkallning eller en fjärr och även i ztat. Därför har jag olika förberedelser inför de här momenten.

Jag bantar ner momentrutinerna på en tävling men jag har fortfarande kvar dem för att minska risken för att det ska bli missförstånd, och öka chansen att få till det så som jag vill ha det, på första försöket. En rutin som du också behöver träna in är den belöning som alltid kommer efter avslutad tävling. Träna på att gå ut från planen och därefter belöna. Kanske går ni till din väska och där får hunden en smaskig måltid eller så plockar ni fram olika roliga leksaker och busar ihop. Hunden ska känna igen det här likaväl som allting annat som händer på en tävling. Tänk på att hålla fokus på hunden en lång stund, börja inte prata med kompisar direkt efter programmet utan ägna dig åt att verkligen visa din hund din uppskattning genom att ge den en storstilad belöning.

UPPVÄRMNING OCH INGÅNGAR PÅ PLAN

När du gör tävlingsmässig träning är det bra att testa och se vad du behöver göra för att värma upp hunden på ett sådant sätt att det stöder ert utförande på tävlingsplanen. Vilken uppvärmning som fungerar bäst ska du ta reda på och träna på

Ha alltid ett koncentrerat fokus på din hund. Du kan inte begära att hunden ska vara 100 procent fokuserad på dig om inte du är det samma på hunden.

Försök göra miljön så tävlingsmässig som möjligt; ställ upp kompisar som funktionärer, ta med ett bord, prylar i en back och så vidare.



Foto: Anna Wedin Andersson

i den tävlingsmässiga träningen. Om du skulle testa ut bästa uppvärmningssättet på olika tävlingar istället så blir det mycket svårare. Kanske är du lite nervös och kanske riskerar ni att få en upplevelse på planen som inte blir helt bra för hunden. Ett sätt är att testa hur din uppvärmning funkar är att göra som jag nämnt tidigare – att värma upp på ett ställe och sedan gå in och göra en liten kedja eller några one by one-övningar.

Jag tänker på uppvärmningen som tvådelad. Givetvis behöver jag värma upp hunden rent fysiskt för att den ska klara av att växla mellan fart och stadga, göra snabba vändningar med mera. Utöver det behöver jag fundera på vad som ställer in hunden mer mentalt på vad som ska göras på planen. Vilka delar eller moment ska jag värma upp med för att det ska bli så bra som möjligt när vi går in och ska göra vårt program?

Självklart är detta otroligt olika beroende på hur våra hundar är. Det finns alltså inget rätt eller fel. Med Ylle, som varit högt tempererad hela sitt liv, behövde jag länge starta tävlingsdagen med att gå en ordentlig promenad, sedan ett spår och därefter köra lite uppletande. Sedan kunde jag träna lite fartmoment och slutligen, när starten närmade sig, gick jag över i fokus- och koncentrationsövningar. Men en av mina träningskompisar har träningsuppehåll en vecka innan tävling och på tävlingsdagen gör hon en kort rastning och låter hunden värma upp sig fysiskt och går sedan rakt in på plan. Båda sätten är perfekta för respektive hund.

MINUTERNA INNAN START

En annan del som ingår i uppvärmningen är det som händer minuterna innan jag och hunden ska in på plan. Träna in en ritual som du alltid gör innan ni ska gå in. Det kan till exempel vara att hunden får göra en ingång vid din sida genom att springa in mellan dina ben, att du leker lite eller går några meter fot. Eller så gör du en fokusövning som talar om för hunden "var beredd, nu kör vi". Oavsett vad du väljer så gör gärna något som knyter hunden lite till dig – nu ska ni ju gå in och jobba som ett team.

En naturlig fortsättning på uppvärmningsträningen är att träna ingångar på plan. När ni går in på plan får domaren sitt första intryck av er – och det vill du förstås ska vara bra. Ingången kan också bidra till att du själv startar med en bra känsla. De flesta program börjar med ett fotgående och därför kan det vara en bra idé att hunden har fokus även i ingången. Men även här får du testa vad som passar just din hund. Vissa hundar mår bäst av att få gå lite ledigare vid sidan och titta sig omkring när de går in.



Foto: Anna Wedin Andersson

Foto: Anna Wedin Andersson



Den tävlingsmässiga träningen ska förknippas med glädje och kännas lätt för hunden.

Foto: Anna Wedin Andersson



När du tränar ingångar kan du värma upp på en plats och sedan markerar du det ställe på planen dit du ska förflytta dig för att ställa upp inför första momentet. Börja med att göra väldigt korta ingångar på planen – starta till exempel tre meter från uppställningspunkten och starta sedan allt längre bort från den. Om du tränar ihop med en kompis kan du träna på att du inte får bestämma när det är dags att gå in på plan – som det ju är på tävling. Lär både dig och hunden att snabbt kunna fokusera när ni ska gå in oavsett. Passa även på att träna dig själv i att gå självsäkert och avspänt, ha en plan för var du ska gå, var du ska ställa upp och få det att se snyggt och flytigt ut.

TÄVLINGSMÄSSIGT = LÄTT OCH KUL

Tävlingsträning betyder att du lägger upp träningen (det vill säga tävlingsträningen) så att hunden klarar det. Dessutom betyder det att du belönar på flera ställen under er stund på planen. Ju fler tävlingsmässiga ingredienser desto enklare gör jag det för hunden. Den ska alltid förknippa det tävlingsmässiga med att det är lätt och kul. Om jag varje gång det är tävlingsmässig träning gör det svårt så kommer hunden förknippa det tävlingsmässiga med något svårt och tråkigt. Inte särskilt uppbyggligt! Därför blandar jag sällan tävlingsmässig träning med långa kedjor. Ju svårare miljö desto enklare träning. Ju enklare miljö desto svårare uppgifter och desto mer träning på uthållighet.

Gör tävlingstränandet roligt, spela musik och gör träningen poppig och kul. Jobba på att det blir positivt för både dig och hunden. När jag tävlingstränar släpper jag lite på detaljerna till förmån för att vi ska ha riktigt kul – det är det viktigaste.

FÖRARENS TRÄNING

Jag tränar förstås inte bara hunden utan även mig själv på vad jag ska göra på tävling. Jag ska veta var, när och hur jag ska göra mina tävlingsmässiga bekräftelser och hur jag ska göra mina momentrutiner. Ett tips är att filma dig själv när du tränar detta. Ser det bra ut från sidan? Kan jag få ett ännu bättre flyt? Vad kan bidra till att höja helhetsintrycket ännu en smula? En viktig del i den här träningen är att träna mig själv på att vad som än händer ska jag fortsätta sköta min uppgift. Om jag visar för domaren att jag tyckte att momentet vi gjorde egentligen gick rätt dåligt så påverkar det troligen helhetsintrycket.

Fundera även på vad du själv tycker är svårt och vad som stör dig. Många brukar bli lite störda av en snabb och lite het-

sig tävlingsledare. Det är väldigt lätt att falla in i samma tempo och då börja slarva med sina momentrutiner. En tävlingsledare som börjar prata med och ställa frågor till dig kan kanske också få dig att tappa fokus. Träna dig också på att behöva gå in i ringen mycket snabbare än vad du tänkt – vilket kan hända om ekipaget innan dig har valt att bryta. Eller träna på att det plötsligt blir en paus precis när du ska gå in så du behöver ladda om.

DEN MENTALA BUBBLAN

Din viktigaste uppgift på tävling och i tävlingsträning är att befinna dig i en bubbla ihop med din hund där du har 100 procent fokus på hunden. Ett vanligt nybörjarfel är att man som förare är mycket mer fokuserad utåt. Det här kan du träna upp i din vanliga träning. Ha alltid ett koncentrerat fokus på hunden när du tränar och vill du till exempel prata med en kompis så pausar du hunden först. Om du vill att hunden ska vara fokuserad på dig måste du förstas vara lika fokuserad på hunden.

Om tävlingsledaren kommer och pratar med dig, släpp inte fokus på hunden även om du såklart svarar. Du kan även pausa hunden på en tävling, till exempel om du ska gå fram och välja rapporter inför dirigeringsrapporteringen.

Om tävlingsledaren kommer och pratar med dig, släpp inte fokus på hunden även om du såklart svarar. Du kan även pausa hunden på en tävling, till exempel om du ska gå fram och välja rapporter inför dirigeringsrapporteringen.

BÄTTRE ÄN BRA

För att dina moment ska hålla för de påfrestningar som de utsätts för i en tävlingsmiljö behöver momenten fungera mer än en bra dag när solen lyser. Så fort jag bara kan försöker jag få momenten att bli starkare och mer motståndskraftiga, även med en valp. När hunden kan göra momentet i sitt grundutförande under optimala förutsättningar tar jag det vidare. Med en valp kan det innebära att när valpen klarar av att sätta sig rakt framför mig på kommando börja jag ändra på något. Jag kanske vrider lite på mig, tar ut mer avstånd, sitter på huk eller något som utmanar valpen lite. Med en mer erfaren hund kanske jag gör fjärren när jag står bakom en dörr, när jag ligger ner eller när jag står bakom hunden och kommenderar.

TRÄNA EXTRA PÅ GRUPPMOMENTEN

Extra superviktiga är gruppmomenten. Under gruppmomenten måste hunden klara väldigt svåra störningar och ligga kvar vad som än händer. Konsekvenserna för din och andras hundar kan bli allt för stora om du inte övertränar gruppmomenten ordentligt. Inte slarva! Därför ska du överträna ihop med olika statister. Det innebär att du har andra hundar som är med i träningen enbart för din skull. Statisterna är snälla hundar



Överträna gruppmomenten ordentligt. Konsekvenserna för din och andras hundar kan bli allt för stora annars.

Foto: Anna Wedin Andersson



som inte går igång så mycket på störningarna och förarna kan vara med hos statisthundarna och ha dem i koppel. Då kan du styra exakt vad som ska hända i din träning hela tiden. Du instruerar statisterna så de vet vad de ska göra. Till exempel kan de röra sig lite i närheten av din hund, leka lite på avstånd och när din hund börjar bli säker på sin uppgift att ligga kvar vad som än händer kan de göra inkallningar bredvid er och så vidare. Om du har erfarna pensionsstatister som själva är tränade med mycket störning kan du använda dem som ”vanliga” grupp-momentshundar. Då kan du till exempel kasta belöningar till din hund från ditt gömställe eller göra störningar i en situation som är väldigt lik en vanlig tävling.



Foto: Anna Wedin Andersson
”Lek” träningstävling med ringband, tält, flaggor och tävlingsledare som bestämmer var ni ska gå.

GÖR EN TRÄNINGSTÄVLING

Ett bra sätt att tävlingsträna i en så tävlingslik miljö som möjligt är att arrangera en träningstävling ihop med ett gäng kompisar. Men akta nu så att du inte faller i fällan att nu ska det ”vara på riktigt” och plötsligt slutar du belöna och gör allting för svårt. Samma tank som innan gäller även här! Attityden är viktigare än detaljerna i den här träningen och du ska göra det enkelt och roligt för hunden. Planera noga vilka störningar du vill ha och ge instruktioner till kompisarna som helt och hållet ägnar sig åt dig när du har din stund på plan. Gör en plan för vilka hjälpmedel du vill ha, var du ska belöna, hur tävlingsledaren ska uppföra sig och skriv gärna en lapp till henne eller honom så ”tävlingen” bara kan flyta på enligt dina instruktioner.

Efter varje genomfört program kan ni träna er på att säga en positiv sak ni såg i varandras träning – det höjer er och gör er på gott humör. Resten kan du se på filmen du lät någon av kompisarna spela in medan du var på planen. För visst filmar du de här träningspassen för att få så mycket information med dig hem som möjligt?

GÖR DET INTE FÖR SVÅRT

Om du varierar och utvecklar träningen på det här viset – med hjälp av störningsträning och överträning – gör det hunden väldigt säker på det den ska göra.

Att träna så här tror jag även är en nyckel till hur en erfaren och kompetent hund kan utvecklas hela livet. Jag kör inte på i samma hjulspår när hunden ”kan” momenten. Det ska vara nytt och spännande hela vägen.

Viktigt är dock att tänka på att inte göra det för svårt. Hunden ska bygga självförtroende och självkänsla och det gör den genom att den klarar sina uppgifter och blir belönad för det. Börja därför alltid den här träningen mycket enklare än vad du tror att din hund klarar. Därefter kan du höja ribban stegvis ganska snabbt. Hunden ska tänka ”det här klarar jag, det här blir kul och enkelt”. Den får absolut inte gå ner sig!

DRA LÄRDOMAR AV DIN TRÄNING

En viktig del av tävlingstränandet är att utvärdera. Vad märker du att du behöver träna mer på? Vilka delar hos just din hund behöver stärkas? Vissa hundar har inga som helst problem

med miljön utan behöver jobba mer med uthållighet. Några hundar kanske tycker att människor som kommer riktigt nära är inga problem men andra hundar som kommer nära är läskigt. Höga ljud kan vara störande för rätt många hundar och vissa går igång på att någon kommenderar. Dra slutsatser av din träning så blir den ännu bättre nästa gång.

SAMMANFATTNING

Tävlingsträning går ut på att du ska träna hunden på allt som kan inträffa på tävling. Det går också ut på att ladda de tävlingsmässiga situationerna med massor positiva upplevelser så hunden kommer att älska att tävla. Börja gärna tävlingsträna redan med din valp och tänk på att tävlingsträningen inte får göras för svår – oavsett hund. När du lägger till en svårighet – till exempel ny miljö – sänk ribban rejält och gör lekövningar så upplevelsen blir lustfylld. Vänj samtidigt hunden vid att göra kedjor som hänger ihop där den först får tävlingsmässiga bekräftelser för att sedan få en ordentlig belöning. Detta gör du då i en enklare miljö utan stora störningar. Parallellt tränar du hunden i att lyckas på första försöket genom one by one-övningar. Tänk också på vad dina uppgifter är på en tävling och träna på dem. Träna på att inte låta dig störas – vad som än händer. Kom ihåg att din viktigaste uppgift på tävling och i tävlingsträningen är att befinna dig i en bubbla ihop med din hund. Du kan inte förvänta dig att din hund ska vara 100 procent fokuserad på dig om inte du är 100 procent fokuserad på den. □

TIPS på TÄVLINGSMÄSSIG TRÄNING:

- Träna på att värma upp på en plan och gå in på en annan – där du ställt upp grejerna i förväg.
- Byt miljö så ofta du kan.
- Ha någon som kommenderar dig (du behöver inte alltid göra som hen säger).
- Spela musik.
- Lägg upp träningen så att hunden lyckas på första försöket.
- Träna på dina tävlingsmässiga bekräftelser mellan momenten.
- Träna på att hunden hänger på dig efter dina bekräftelser så era förflyttningar blir säkra och fokuserade.
- Välj ut och träna in momentrutiner som ställer in din hund på nästa uppgift.
- Börja träna kedjor redan när hunden är valp.