



SIMTRÄNING
ÄR SKONSAMT
FÖR HUNDEN

TA HAND OM Agilityhunden

Text & foto: Gudrun Brundin

Agilitysporten fortsätter att växa så att det knakar. Internationellt är agility den hundsport som växer allra mest och allra fortast och man får hålla sig framme för att vara säker på att få en biljett till årets sportevenemang, agility-VM som körs i Luxemburg i början av september inför tusentals entusiastiska åskådare.

Här hemma är sommaren 2014 redan fullspäckad med tävlingar och det finns numer även ett ganska stort antal hallar avsedda för träning med hund, vilket möjliggör träning och tävling i uppvärmda lokaler även under vintertid. Långa tävlingsdagar i iskalla ridhus vintertid blir allt mer sällsynta och till och med under nyårsnatten kunde man – om man ville – ägna sig åt att tävla agility. Tävlingsugna nyårsfirare träffades i Halmstad Hundarena och firade in nyåret där, vilket för övrigt var ett utmärkt alternativ för skotträdde hundar som därigenom kom en bit bort från smällare och raketer i tätorten.

Större arrangemang

Den förare som så vill kan med andra ord tävla och träna nästan obegränsat med sin hund. Arrangemangen blir också hela tiden större, ofta så stora att de inte kan genomföras på den egna hemmaklubben eftersom det helt enkelt inte finns tillräckligt med plats. För att kunna arrangera stora tävlingar får klubbarna hyra in sig på eller låna idrottsplatser eller områden med tillhörande camping, där det finns husbils- och husvagnsparker, en parkering för personbilar samt flera stora gräsplaner som håller

tillräckligt god kvalitet för att tävlingarna ska kunna genomföras.

De senaste versionerna av Värmlandsveckan har exempelvis hållits på Skutbergets camping strax utanför Karlstad och Frövi BK:s tvådagarsstävling i mitten av augusti förra året hölls på ortens idrottsplats, bara för att nämna några exempel.

Under juli månad 2014 anordnas två större tävlingar i Sverige, Guldagilityn i Kalmar och Slottshoppet i Skutskär.

Guldagilityn är en fyradagarstävling med klass III alla dagarna och Slottshoppet sträcker sig över en hel vecka med en vilodag i mitten. Och om man vill tävla ännu mer i juli så kan man en dag efter Slottshoppet antingen tävla två dagar i Gagnef eller – om man är kvalad – åka vidare ner till European Open i Ungern. Nytt för i år är att det på Guldagilityn i Kalmar kommer att finnas prispengar att vinna, precis som på vilket idrottsligt mästerskap som helst. I den avslutande guldfinalen kommer klass-III-förarna att tävla om 10000 kronor med en vinnare i varje storleksklass.

En del livnär sig på agilityn

Agilityn har på de snart 30 år sporten har funnits i Sverige gått från lekfull hinderhoppning med hund till att bli en riktig idrott där det för att lyckas på hög nivå krävs att både hund och förare är i god fysisk kondition. Många av toppförarna på VM-listorna livnär sig nu helt och hållet på sin sport och reser världen runt för att hålla kurser och tävla. Agility har med andra ord gått från lek till idrottsligt allvar och det är naturligtvis en situation som ställer nya krav på såväl hundar som förare.



Ta hand om
din hund!
Glöm inte
att ge den
vilotid!



Foto: Shutterstock.

En välmående hund är en glädje på agilityplanen.

Låt hunden vila

Det är nog ingen överdrift att påstå att svenska agilityförare tar sitt tävlande på allt större allvar samtidigt som slitage på hundarna kan bli större när tränings- och tävlingsmöjligheterna ständigt ökar. I agilitykretsar diskuteras dock allt oftare vikten av att faktiskt också låta hunden vila från agilityn och när vi på måfå frågade några klass-III-förare fick vi följande svar.

”Dennis har haft sex veckors vila från träning och tävling i vinter. Under sommaren brukar det bli ett uppehåll med agilityvila på ca tre veckor. Jag brukar försöka öka fysträningen på olika sätt både för honom och för mig under viloperioderna. Under tävlingstäta perioder tränar vi väldigt sparsamt”, säger Elisabeth Larsson, Kristinehamns BK.

Carin Nylander-Nygren, Umeå BHK, säger att hon ger sina hundar minst två månaders agilityvila, oftast november-december. ”Jag tror att de behöver läka småskavanker och vila kroppen. Under den tiden tränar vi mer lydnad, rallylydnad och annat. Jag kör igång konditions- och träning igen i januari.”

Seija Vartiainen från Strängnäs LKK har också märkt skillnad i sin hunds prestation efter en längre period av vila: ”Jag har vilat mina hundar sedan slutet av oktober, haft annan träning under

tiden och haft en kurs på en halvdag i januari. Sedan tävlade vi inofficiellt i Kungsör i februari och Ior rev inte ett enda hinder. Han var mer fokuserad och han har växt massor!”

Det verkar alltså som om vila är något som förarna vinnlägger sig om och medvetet planerar in för sina hundar. Vi frågade också två av varandra oberoende hundfysioterapeuter som dagligen arbetar med rehabilitering och friskvård av agilityhundar som tävlar på elitnivå.

Varva aktiviteter

”En viloperiod på 6–8 veckor är bra, men bara från tävlingar och tränings-tävlingar. Underhållsträning i form av promenader i varierad terräng, simning, skidturer, spår-, sök- och lydnadsträning ska göras under den tiden”, säger Lena Larsson, hundfysioterapeut på Djursjukhuset Hund och Katt i Kumla. ”Vid simning tränas styrka, koordination och balans. När hunden simmar gör den en rörelse som liknar trav, men den gör en 20–40% större rörelse jämfört med hur den rör sig i trav på land.” Lena säger även att simningen förbättrar konditionen. Fördelen med simning är att rörelserna görs långsammare och mjukare än på land, att cirkulationen ökar och att musklerna slappnar av. Och att hunden så småningom älskar sina simpass.

Även hundfysioterapeut Stefan Rosén vid ReDog i Västerås framhäver vikten av att ge hunden tillräckligt med vila: ”Det är viktigt att ge hunden en sammanhängande viloperiod på 6–8 veckor om året, eftersom det tar så lång tid för kroppen att återhämta sig helt. Under den här perioden kan man istället träna på sådant som man annars inte gör. För en agilityhund kan spår- eller lydnadsträning vara utmärkta aktiviteter under den här tiden.”

Stefan Rosén påpekar att även frisksim och vattentrask kan vara bra aktiviteter, men då får man förstås vara beredd att betala lite för detta. Han vill också passa på att ge agilityförarna en eloge för att de är så bra på att ta hand om sina hundar. ”Det är många fler starter i agility än i övriga hundsportgrenar. Trots detta är det procentuellt sett inte fler agilityhundar som behöver rehabilitering på grund av skador”, säger Stefan. Han menar också att många förare verkar vara oerhört nogga med upp- och nedvärmning och att många av dem tar kontakt och vill få hundarna genomkollade för att förhindra skador.

Svenska agilityförare har med andra ord all anledning att sträcka lite extra på sig för att de trots det ständigt växande utbudet av tävlingar och tränings-tillfällen väljer att sätta sina hundars väl och ve i första rummet. Det är bara att bocka, buga och sitta stolt och stadigt vackert inför denna glada nyhet. □



ATT STRETCHA
ÄR LIKA BRA
FÖR HUNDAR
SOM FÖR OSS
MÄNNISKOR