



15
BESTEN
BEWEGUNGS
TIPPS
für Hunde

von Martin Gaus
dem Niederländischen Hundeflüsterer



Regelmäßige Bewegung trägt zur Gesundheit Ihres Hundes bei. Manchmal kann man mit wenig Mitteln gute Ergebnisse erzielen und regelmäßige Bewegung gehört dazu. Es ist gesund und macht dem Hund Spaß um beschäftigt zu sein. Also haben wir hier die 15 besten Bewegungstipps zusammengestellt.

1

Tipp

Genießen Sie mit Ihren Welpen

Es ist gut, mit Ihrem Welpen spazieren zu gehen aber bitte dosiert. Als Regel gilt, pro Lebensmonat 10 Minuten pro Spaziergang. Also, ausgehend von 4 Spaziergängen pro Tag kann ein Welpen von 8 Wochen 4 x 20 Minuten spazieren gehen. Ein Welpen von 12 Wochen 4 x 30 Minuten. Es ist nichts dagegen einzuwenden, wenn ein Spaziergang ein paar Minuten länger dauert. Dies ist eine sichere Richtlinie und mit ruhiger gleichmäßiger Bewegung schaden Sie Ihrem Welpen nicht.



Tipp 2

Der ideale Spaziergang für Ihren Welpen

Der genannte Zeitplan ermöglicht Ihnen während der Wanderung mit Ihrem Welpen zu üben und ihn zu sozialisieren. Suchen Sie Plätze und Situationen auf wo viel passiert z. B. Einkaufszentren oder Märkte. Alles, was mit Verkehr zu tun hat, ist wichtig. Ob im Auto fahren oder an einer befahrenen Straße entlanglaufen, Ihr Welpen sollte es kennen lernen. Seien Sie vorsichtig bei wilden Spielen mit ausgewachsenen Hunden. Verhindern Sie das Ihr Welpen während einer Raufpartei zu viel körperlicher Anstrengung und Gewalt ausgesetzt wird.

Tipp 3

Der ideale Spaziergang für den erwachsenen Hund

Die meisten Hunde lieben es Gassi zu gehen. Versuchen Sie täglich einen längeren Spaziergang von einer Stunde oder anderthalb Stunden zu machen. Gehen Sie zu einem Hundefreilauf so kann der Hund sich frei bewegen und die Umgebung erkunden. Der Hund ist ein "Nasentier" und er hat das tägliche Bedürfnis zu schnuppern, spielen, toben und laufen. Alle diese Bedürfnisse müssen erfüllt werden, um Ihren Hund glücklich zu machen.

Tipp 4

Welche Spielzeuge sind ideal, während des Spazierganges?

Es gibt nicht immer Hunde in der Nachbarschaft, mit denen Ihr Hund spielen kann. Dann haben Sie als Frauchen oder Herrchen die Aufgabe sich Übungen auszudenken die dem Hund Spaß machen. Suchspiele sind hervorragend für den jungen und auch älteren Hund. Es ist körperlich nicht sehr anstrengend und der Hund fühlt sich in seinem Element.

Für jüngere, energische Hunde sind Beutespiele herrlich, ein Kong mit Seil oder eine Beißrolle sind ideal. Wenn man den Welpen/Hund zu einem Spiel animieren



**Junge Hunde
brauchen
Erziehung
und Training**

Hunde lieben Bewegung und Abwechslung



möchte, darf man nicht vergessen, dass Beute flüchtet, und nicht angreift. Die Beute verschwindet hinter dem Rücken, kommt kurz zwischen den Beinen wieder zum Vorschein und "flüchtet" dann erneut. Durch diese Übungen können Sie das Loslassen üben, so behalten Sie die Kontrolle über das Spiel. Dies fördert die Frustrationstoleranz. Alle Hunde lieben Zerrspiele, aber überlassen sie dem Welpen die Intensität, sodass es nicht zu Verletzungen kommt wie z. B. Zahnverlust. Und natürlich lieben Hunde es, wenn sie etwas nachjagen und Apportieren können. Ein Ball oder ein Frisbee sind das ideale Spielzeug für den erwachsenen Hund.

Tipp 5

Welche Sportart ist gut für junge Hunde?

Junge Hunde haben offensichtlich einen großen Bedarf an Aus- und Weiterbildung. Kombinieren Sie Gehorsamkeitstraining mit Spielen als Belohnung. Sehr gut geeignet für Welpen sind Apportier und Suchspiele. Sie können sein Lieblingsspielzeug mit einer Belohnung in einer Schachtel verbergen. Sie belohnen ihn, sobald er die Schachtel gefunden hat. Sehr gut sind auch Gleichgewichtsübungen oder Balance Training zum Muskelaufbau.

Tipp 6

Welche Sportart für erwachsene Hunde?

Hunde wollen aktiv sein und herausgefordert werden. Besuchen Sie mit Ihrem Hund einen Hundesportverein. Dort gibt es Vielzahl an Möglichkeiten für eine sinnvolle Beschäftigung mit Ihrem Hund. Beweglichkeit ist ein Highlight für viele Hunde. Dies ist eine gute Möglichkeit, mit Ihrem Hund aktiv zu sein. Agility fördert nicht nur die Konzentration und Kondition, sondern auch die Mensch-Hund Beziehung. Es gibt viel Möglichkeiten mit Ihrem Hund etwas zu tun: Dog Dancing, Discdogging, Crossdogging, Begleithundeprüfung, Schutzdienst, Obedience, Sie können im Internet mehr über diese und andere Sportarten lesen.

7

Tipp

Welche Übung sind gut für ältere Hunde?

Ältere Hunde sollten (wie ältere Menschen) sich bewegen. Passen Sie die Sportlichen Aktivitäten Ihres Hundes an sein Alter an. Ab dem 7. oder 8. Lebensjahr sollten Sie auf einen weniger intensiven Sport umsteigen, dadurch verhindern Sie, dass Ihr Hund durch eine intensive Aktivität verletzt wird. Bleiben Sie mit Ihrem Hund aktiv und passen Sie die Aktivität an sein Lebensalter an. Fährtenarbeit oder Suchspiele sind ideal für Ihren alternden Hund. Der Hund genießt von der Aufmerksamkeit, die er bekommt.

8

Tipp

Tun Sie etwas mit Ihrem Hund, für das er ursprünglich gezüchtet wurde

Hunde sind heutzutage in erster Linie Gesellschaftstiere. Ursprünglich jedoch wurden sie für einen bestimmten Zweck gezüchtet. Das ist oft noch in den Genen vorhanden. Sie machen Ihren Hund sehr glücklich, wenn Sie beim Spielen oder Ausbildung darauf Rücksicht nehmen. Unterschätzen Sie die Bedeutung dieser Eigenschaften nicht! Viele Verhaltensstörungen ergeben sich aus den gezüchteten Merkmalen der Rassen. Gerade einen Hund in seiner Rasse typischen Eigenschaft zu fördern macht ihn ausgeglichen, dadurch bekommen Sie einen glücklicheren Hund. Ein Border-Collie zum Beispiel

ist ein Arbeitshund, aber fernab von Schafen ist er regelrecht Arbeitslos. Das ist für den Border-Collie beinahe unerträglich und viel Verhaltensprobleme resultieren daraus. Durch Artgerechte Spiele und Aktivitäten wie neben dem Fahrrad laufen oder Ballspiele, hat er weniger Neigung Autos oder Fahrradfahrern nachzujagen. Jagdtraining und Apportieren sind für viele Hunderassen geeignet. Machen Sie mit einem Jagdhund eine Jagdhunde Ausbildung. Die Suchaufgaben werden mit Attrappen geübt, so können sie sehr gut ausgebildet werden, auch ohne Wild.

**Ein Hund
genießt von
der Auf-
merksamkeit,
die er
bekommt**



**Ein
ausgeglichener
Hund sucht
die Ruhe,
aber ist aktiv,
wenn er Gassie
gehen darf**



9

Tipp

Woher weiß ich, dass mein Hund genug Bewegung bekommt?

Der zufriedene Hund sucht zu Hause die Ruhe und ist sofort aktiv, wenn er Gassi gehen darf. Der Hund ist aufmerksam und lahmt nicht nach dem Training (dann bewegt er sich zu viel oder falsch). Verhaltensstörungen, wie Zerstören, Bellen oder nachjagen können ein Ausdruck von Langeweile und Mangel an Aktivität sein.

10

Tipp

Können Hunde zu wild spielen?

Im Eifer des Gefechts kommt es vor, dass die Welpen schreien oder jaulen. Auch wenn man manchmal das Gefühl hat, dass die Spiele doch recht heftig sind, sollte man nicht eingreifen. Die Raufereien sind wichtiger Teil der Sozialisation und dienen der notwendigen Festlegung der Rangreihe untereinander. Ernste Verletzungen kommen normalerweise nicht vor. Wenn der Welpen nicht mit seinen Geschwistern, sondern mit anderen Welpen spielt, können Größen- und Gewichtsunterschiede manchmal zu Verletzungen führen.

11

Tipp

Mit dem Fahrrad

Fahrradfahren mit dem Hund bedeutet zunächst einmal, die Sache langsam anzugehen. Bevor der Hund nicht mindestens 15 bzw. 18 (je nach Größe) Monate alt ist, sind Radausflüge für ihn tabu. Macht nichts, denn so haben Sie reichlich Zeit zum Üben.

Wenn die Fahrt durch städtische Bereiche führt, muss der Hund außerdem an den Straßenverkehr gewöhnt sein. Hinzu kommen die erschwerten Bedingungen auf hartem Untergrund, die Hunden zu schaffen machen.

Tipp 12

Woran erkenne ich, dass mein Hund Gelenk Probleme hat?

Das erste Signal ist "Steifheit". Der Hund läuft die ersten Schritte steif nach einer Weile lockerer. Lahmheit ist ein Zeichen von Schmerzen und wenn der Hund stark humpelt und das für längere Zeit, ist das ein guter Grund zum Tierarzt zu gehen. Nehmen Sie einen Hund der lahmt an die Leine. So haben Sie mehr Kontrolle während des Spaziergangs.

Tipp 12

Wie entstehen Gelenkerkrankungen bei Hunden?

Die wichtigsten Gelenkerkrankungen sind:

- Osteoarthrosen oder degenerative Gelenkerkrankung, dies geschieht oft nach einem Trauma oder beim älteren Hund. Oftmals wird es im Junghundalter begünstigt.
- Arthritis oder Gelenkentzündung: Dies kann viele Ursachen haben und dies ist ein Grund zum Tierarzt gehen
- HD und ED: Das sind Erbkrankheiten der Hüfte (HD, Hüftdysplasie) und Ellbogen

(ED, Ellbogendysplasie). Das Wort "Dysplasie" bedeutet Fehlbildung, die Gelenke sind verformt und das führt unweigerlich zu einer Arthrose der betroffenen Gelenke.

Je früher die Krankheit erkannt wird, desto mehr Einfluss können Sie mit Ernährung, Bewegung und entsprechender Aktivität nehmen, um die Symptome unter Kontrolle zu halten.

**Je früher
man die
Probleme
erkennt,
umso besser.**





**Beim Hund
mit Gelenk-
beschwerden,
sollte man
Übergewicht
vermeiden**

14

Tipp

Wie halte ich die Gelenke meines Hundes gesund?

Alle oben genannten Erkrankungen gehen einher mit Entzündungen. Diese verursachen Schmerzen und Steifheit, die man behandeln sollte. Man kann aber den Abbauprozess aufhalten, die Schmerzen nehmen oder zumindest eindämmen. Oftmals werden Schmerzmittel verabreicht, aber es gibt auch Nahrungsergänzungsmittel mit natürlichen Entzündungshemmern, beispielsweise Produkte die Grünlippmuschel und Kurkuma (Curcumin) enthalten. Die flüssige Form ist die beste Form der Verabreichung, da diese eine bessere Resorption hat. Wenden Sie diese als Kur zweimal pro Jahr an, dadurch bleiben die Gelenke geschmeidig und werden Beschwerden vorgebeugt.

15

Tipp

Welche Art von Bewegung ist geeignet für einen Hund mit Gelenkproblemen?

Schwimmen ist eine ausgezeichnete Aktivität sowie mäßige leichte Bewegung. Übergewichtige Hunde müssen unbedingt abnehmen. Der Arthrose Hund darf keinen Leistungssport mehr betreiben, alles was verschlimmert sollte man vermeiden z. B. Abruptes stoppen, Treppen, Springen usw. Für Arthrosepatienten gilt das Motto "mäßig aber regelmäßig". Also lieber eine halbe Stunde ruhig spazieren gehen als zehn Minuten Bälle werfen, wobei der

Hund häufig schnell los flitzt und abrupt abstoppt. Wie viel Bewegung Ihr Hund verträgt, hängt von der Schwere der Gelenkerkrankung ab. Auch eine spezielle Physiotherapie mit Massagen, Wärmanwendungen und Mobilisierungstechniken ist für viele Arthrosepatienten sehr hilfreich. Sie kann Verspannungen lösen, Schmerzen lindern und die Muskulatur stärken, sodass die Gelenke beweglicher und stabiler bleiben.

Abschließend

Es gibt natürlich viel mehr über Bewegung zu sagen, aber mit diesen Tipps können Sie Ihrem Hund viel Spaß bereiten und unnötiges Leiden vermeiden.

A photograph of an older man with grey hair, smiling, sitting on a large log in a forest. He is wearing a dark blue jacket with an American flag patch on the sleeve and dark blue pants. A light-colored dog is sitting next to him, looking towards the camera. The background is a lush green forest.

‘Toll,
dass es jetzt
eine Gelenkbehandlung gibt
die schnell und effektiv wirkt’

M

Martin Gaus weiß besser als jeder andere, dass es auch eine Kehrseite im Hundeleben gibt. "So bekommt 1 von 5 Hunden ab einem Jahr und älter Gelenkprobleme". In den meisten Fällen handelt es sich um Arthrose. Bei dieser Krankheit wird der Knorpel zerstört, so dass der Hund beim Aufstehen steif ist und nach einiger Zeit wieder normal läuft. In einem späteren Stadium hat der Hund ständig Schmerzen, selbst wenn er liegt. Er kann sich nicht mehr so gut bewegen und meistens tut ihm feuchtes Wetter auch nicht gut. Darum ist dieser "Hundeflüsterer" so begeistert über die Flüssige Grünlippmuschel mit Curcumin, die speziell für Hunde entwickelt wurde. Es ist eine einzigartige Formel, weil es eine entzündungshemmende flüssige Nahrungsergänzung ist. Eine effektivere Art und Weise Gelenkprobleme bei Hunden zu bekämpfen gibt es nicht.

Seit 30 Jahren im Pferdesport

Flüssige Grünlippmuschel mit Curcumin ist absolut keine Neuheit in der Tierwelt. So kennt Martin Gaus diese Kombination aus der Pferdebranche, dort wird es bereits seit 30 Jahren verwendet. Fast alle Top-Reiter in den Niederlanden pflegen ihre kostbaren Rennpferde und Springpferde mit der Flüssigen Grünlippmuschel und Curcumin. Die Belastung der Gelenke während des Trainings und beim Wettstreit ist sehr hoch. Das erhöht das Risiko der Abnutzung des Knorpels, insbesondere des Kugelgelenks. Und dies wird durch schmerzhafte Entzündungen begleitet. Verhindern kann man das, indem den Pferden die Flüssige Grünlippmuschel mit Curcumin verabreicht.

Die flüssige Grünlipp- muschel mit Curcumin, ist effektiver bei der Gelenkbe- handlung von Hunden



Entzündungshemmende Medikamente oder Glucosamin?

Seit einigen Jahren ist die Flüssige Grünlippmuschel mit Curcumin auch als Futter Ergänzung für Hunde auch beim Tierarzt oder Tierfachhandel erhältlich. Das "Hundeherz" von Marin Gaus schlägt höher "Medikamente hemmen nur die Entzündung, können aber nicht den beschädigten Knorpel reparieren. Und mit Glucosamin-Produkten ist das andersrum, sie bauen den Knorpel wieder auf, aber lassen die Entzündung fortbestehen. Somit wird der neu gebildete Knorpel wieder abgebaut."

Erst die Entzündung angehen

Flüssige Grünlippmuschel mit Curcumin greift umfassend das Gelenk Problem bei Hunden an. Dieses einzigartige Weichtier aus Neuseeland hat den umfangreichsten Gehalt an Omega-3-Fettsäuren, darunter auch einige seltene die nicht im Fischöl vorkommen. Diese Fettsäuren bekämpfen Entzündungen in den Gelenken. Die Grünlippmuschel enthält auch natürliche Glykosaminoglykane, die die gleiche Wirkung wie Glucosamin und Chondroitin haben. Sobald die entzündlichen Läsionen abgenommen haben, beginnen die Glykosaminoglykane (GAG) den beschädigten Knorpel zu reparieren.

Martin Gaus: "Bei einigen Hundefutter Sorten wird Grünlippmuschelpulver hinzugefügt, um gesunde Gelenke zu erhalten. Bei der Herstellung von Muschelpulver werden die Muschelschalen mit heißem Wasserdampf geöffnet, die Muschelweichteile werden herausgelöst und tiefgefroren. Beim Bedampfen denaturiert ein Teil der biologisch aktiven Substanz, so daß die Wirksamkeit beeinträchtigt wird. Muschelpulver besteht somit aus einem großen Anteil von Muschelfleisch ohne biologische

Aktivität und nur aus einem kleinen Anteil von biologisch aktiver Substanz mit reduzierter Wirksamkeit. Sie haben daher weniger wirksame Auswirkungen auf Arthritis und anderen Gelenkbeschwerden. Die Flüssige Grünlippmuschel wird unter hohem Druck verflüssigt. Daher ist die entzündungshemmende Wirkung genauso stark wie die der rohen Grünlippmuschel. Alle Wirkstoffe bleiben erhalten, in einer stabilen Form.“

Bioresorbierbares Curcumin

Curcumin ist ebenfalls ein sehr wirksamer natürlicher Entzündungshemmer. Es wird jedoch sehr schlecht im Magen-Darm-Trakt von Hunden aufgenommen. Die Flüssige Grünlippmuschel enthält Bio-Curcumin, das bis zu 95 Prozent aufgenommen wird. “Die Flüssige Grünlippmuschel mit Curcumin ist daher in meinen Augen die beste Formel um Gelenkprobleme bei Hunden zu verhindern und zu behandeln“ sagt Martin Gaus.

Zwei Anwendungen pro Jahr

Flüssige Grünlippmuschel mit Curcumin ist in zwei Versionen erhältlich, für große und kleine Hunde Rassen. Es enthält zusätzlich, organisches schwarze Johannisbeerblatt Extrakt, Vitamin C und Vitamin D3. Da es flüssig ist, kann man es leicht dem Hundefutter zufügen. Der Geschmack ist so lecker, dass Hunde die Flüssige Grünlippmuschel mit Curcumin als Leckerli sehen. Darüber hinaus gibt es auch eine spezielle Version für Katzen, mit einem unwiderstehlichen Fisch Geschmack. Die flüssigen Gelenk Formeln für Hunde und Katzen sind beim Tierarzt oder im Tierfachhandel erhältlich. Zwei Anwendungen pro Jahr über 25-40 Tage sind ausreichend für gesunde, geschmeidige und schmerzfrei Gelenke.





„Regelmäßige Bewegung trägt zur Gesundheit Ihres Hundes bei. Manchmal kann man mit wenig Mitteln gute Ergebnisse erzielen und regelmäßige Bewegung gehört dazu. Es ist gesund und macht dem Hund Spaß um beschäftigt zu sein.“

Martin Gaus



www.bewegenohneschmerzen.de

2017 | Erstdruck | Verkaufspreis: € 4,95

Grafikdesign: Basia Knobloch