

## Weightpull – som sport og genoptræning.

*Hvad er det og hvorfor begyndte vi.....*

### Hvorfor begyndte vi?

Nogle gange opdager man at en sport man ellers ikke synes var tiltalende, faktisk er rigtig sjov og positiv. Dette kan ske på mange forskellige måde, gennem venner – specialklub, udstilling, supermarkeder eller chatrooms på internettet. I vores tilfælde var det en kombination – 2 hunde med skader og en meget dyr genoptræningsform, satte mig i gang med at lede efter alternativer – som jeg fandt dels via <http://hundegalleri.dk>, samt bekendte inden for brugshundeverdenen.

2 af mine hunde begyndte til weightpull som genoptræning, den ene pga. en ryg/lændeskade, den anden pga. muskeltab efter en skade på højre bagben/korsben. Begge har før, under hele forløbet og efter været tilset af både kiropraktor og dyrlæge – som er meget positive overfor deres udvikling. Der er ingen brud eller andre ting involveret i skaderne, rygskaden er fra et fald og benskaden fra en let påkørsel. Begge er ældre skader, som hundene har været i behandling for over længere tid, inden genoptræning.

Begge er blevet smertefri og har slet ikke samme behov for kiropraktik som før træningen. Miss Thea har igen fået masser af muskler både på ryg og det skadede bagben, hun bliver ikke længere halt og trækker ikke benet op under sig. William har stort set ikke haft behov for kiropraktor efter, han har ikke haft ondt eller været vrissen og han bevæger sig meget mere frit og agere nemmere i f.eks. rævegraven.

Begge har hele tiden også været i "behandling" med Back on Track Dækkener, Thea også med benbandage.

Vi blev anbefalet at bruge waterwalker eller lignende til genoptræningen, prisen skræmte mig dog lidt. Så efter søgning på nettet faldt jeg over drag delen i Weightpull – det var primært dette jeg fandt interessant i starten. Begge hunde er meget glade for sporten og har god trækteknik. Vi deltager i mange forskellige sportsgrene og træner kun positivt, bl.a. med klikker.

*Det giver sig selv*, at man selvfølgelig aldrig træner uden opvarmning og afskridtning, altid tager det stille og roligt, ikke overtræner, ikke ligger mere vægt på end hunden kan klare og ikke begynder hård træning før hunden er fuldt genoptrænet/udvokset. Der trænes 1-3 gange om ugen afhængigt af hvad man vil opnå.

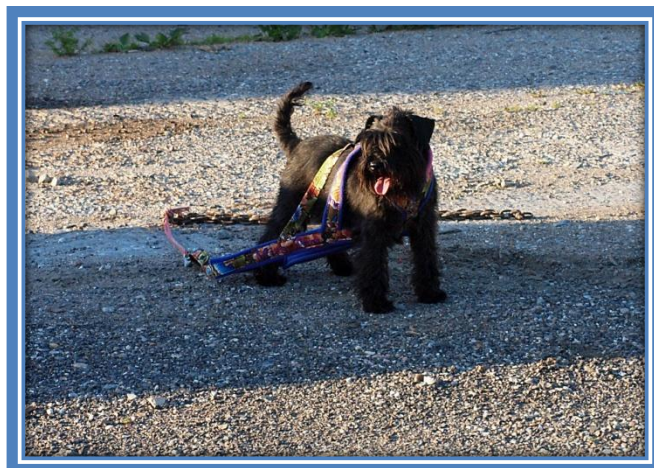
Både hundene og jeg er blevet bidt af sporten og jeg har pt. 4 hunde i skarp træning til konkurrencesæsonen.

### Weightpull består af 2 træningsmomenter og shows – forklaret nedenfor

#### Drag:

Drag er udtrykket der bruges når hunden trækker en fast belastning over længere stræk – normalt mellem 1 og 4 km.

I drag ligger en del tekniske elementer, som skal være på plads inden man kan begynde den egentlige træning. Det gælder om at indlære hunden en god træk teknik og socialisere den med selen, samt det at der er noget bagved den, her kan f.eks. bruges en plasticdunk med småsten i. Man går korte ture og roser og belønner hunden for at trække korrekt. Når hunde er vant til selen og lyde bagfra, begynder man at ligge små belastninger på.



Belastningen udgøres som regel af kæder eller dæk, hvor man starter med små belastninger, samt små ture og øger gradvist længden - derefter belastning - efterhånden som hunden kommer i form. Det er dette der kan fungere som genoptræning. Hunden startes på små belastninger/små ture og er hermed nødt til at bruge alle 4 ben, samt alle muskelgrupper. Ved denne type træning forbedres både muskulaturen og konditionen. Man kan variere hårdheden af drag, både med øget belastning/længde på turen, men også gå op og ned af bakke eller på forskelligt underlag, sand er som vi ved hårdere at gå i end asfalt. Derudover kan varieres med Kort tur, tung belastning – lang tur, let belastning – eller ændre belastningen undervejs på turen.

Til træningen hører også en del lydighed, start og stopkommandoer, bliv på stedet, samt forskellige arbejdskommandoer, der er vigtige for hundens deltagelse på konkurrencer og for den daglige træning. Som i alt anden træning skal man ikke overbelaste hunden.

## Cart-træning og Konkurrencer.

Cart – eller vogn-træning, begynder når hunden er vænnet til selen og kan gå med en vis belastning. Der findes 2 størrelser vogne, en lille og en stor. Den lille bruges til små hunde, indtil de trækker den vægt, som den store vogn vejer. En lille vogn vejer mellem 20 og 30 kg i sig selv. Den store ca. 130 kg.

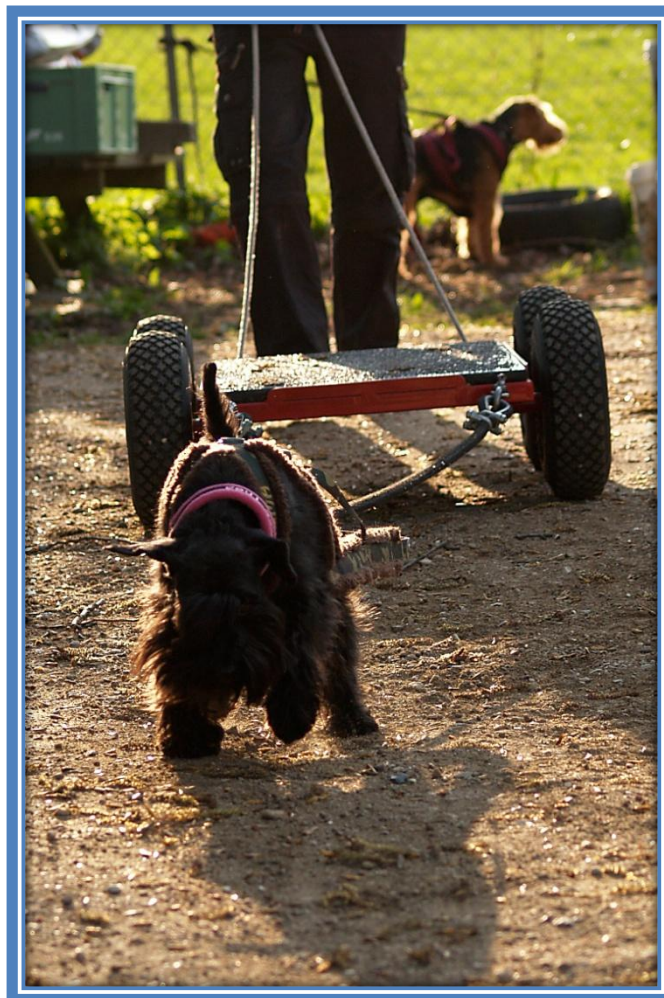
Man trækker på tæppe, afrettet/stampet grus eller græs. I udlandet er der også mulighed for skinner eller kælk.

Man øger belastningen med vægte af en eller anden art, det kan være fliser eller metalklodser, nogle steder har jeg også set man bruger fodersække, de skal blot veje det samme, så vægtøgningen er den samme hver gang.

Der arbejdes med et begreb, der kaldes hundens maksimum vægt, altså den højeste vægt hunden vil trække. Denne vægt ændrer sig selvfølgelig med hundens form og humøret på dagen.

Når man træner på vogn gøres det i sæt. Eksempelvis 3 sæt á 4-5 træk, med en lille pause mellem hvert sæt på 2-5 minutter.

Her er det vigtig at man starter på en lav belastning og så gør det sværere for hvert sæt.



1. sæt trækker den 60-70 % af dens maks. vægt
2. sæt trækker den 70-80 % af dens maks. vægt
3. sæt trækker den 80-90 % af dens maks. Vægt

Dette gøres for at se hvor langt hunden er i træningen. Og er en god rettesnor for hvor langt man kan gå til evt. konkurrencer. Igen er der en del lydighed der skal være på plads, f.eks. at hunden ikke må trække før den får lov, den må ikke lave de såkaldte "sling-back" dvs. at den hopper frem i en slap sele for at rykke vognen i gang. Og den skal stoppe forsøget hvis føreren beder om det, hvis den evt. bliver viklet ind i selen.

Hundens træk beregnes i % af dens egen vægt, eller hvor mange gange dens egen vægt den har trukket.

Til konkurrencerne – **som kaldes Shows** – er der ingen øvre grænse på antal kg hunden må trække, der er dog flere officials (som regel ca. 4) og en dommer der holder øje med hunden og til en hver tid kan diskvalificere den fra flere

træk, hvis den synes skadet, eller utilpas og føreren ikke selv trækker sig. Vi har også et ret nøjagtigt formuleret regelsæt. Der har ikke været registret skader i forbindelse med shows herhjemme.

Hunden konkurrerer i vægtklasser og %-vis imod hinanden. Når trækket regnes om i %, kan man godt have en lille hund der trækker mere end en stor, selvom den faktiske belastning er mindre. Hunden har 1 min til at starte vognen, ellers udgår den af konkurrencen med et NO PULL.

Der findes en noviceklasse til unge/ældre og nybegynderhunde, hvor ejeren må støtte og hjælpe hunden.

Da Weightpull jo er en samarbejdssport, som de fleste andre hundesportsgrene, passer vi selvfølgelig på hundene og er meget obs på ikke at bede dem lave træk, som de ikke kan overkomme. Dette er ødelæggende for samarbejdet og giver hunden dårlige oplevelser på banen.

Hvis hunden nægter at trække- og det gør de ind imellem - så er der ikke så meget man kan gøre ved det. Det er ikke tilladt at berøre hunden, når man har meldt klar hos dommeren. Der må ikke belønnes på banen. Det er tilladt at holde lange pauser mellem træk til konkurrencer – op til 5 min.

### Selerne:

Weightpull-seler bliver syet på mål til den specifikke hund. For at konkurrere i en sele skal den godkendes af arrangøren. Selerne er syet så belastningen ligger korrekt, bliver fordelt på skuldre og krop og så trækket ligger lavt. De er derudover foret med både fleece og padding. Selerne kan bestilles hos enkelte producenter i Danmark og Sverige – men de fleste importere seler fra USA/Canada – hvor også mine seler er syet. Hos de fleste træningssteder kan man dog låne seler til at bruge i opstarten, indtil man ser om det er en sport der passer hund og fører.



### Vores resultater fra i år:

**Navn: Miss Thea (Rally-B Sváva's Ayla)**

Født: 18-02-2004

Race: Dvärgschnauzer, Sort

Vægt: 7,8 kg.

#### EWPL:

Springpull EWPL, Nyk, F, DK 14-05-2011,

vægtklasse novice, bedste træk 103 kg

Summer Pull EWPL Nyk. F DK 09-07-2011,

vægtklasse novice, bedste træk 98 kg

Summer Pull EWPL Nyk. F DK 10-07-2011,

vægtklasse novice, bedste træk 115 kg

#### DWPA:

Springpull DWPA, Nyk. F, DK 15-05-2011: 1 plads vægtklasse -20 pund, bedste Træk 151 pund

Summer Pull DWPA, NR. Alslev, 23-07-2011: 1 plads, vægtklasse -20 pund, bedste træk 102 pund

Summer Pull DWPA, NR. Alslev, 24-07-2011: 1 plads, vægtklasse -20 pund, bedste træk 82 pund

DM DWPA, NR. Alslev, 17-09-2011: 1. plads, vægtklasse - 20 pund, bedste træk **97 pund (her stoppede jeg hende)**

**Miss Thea har** i år placeret sig som nr. **24** på verdensranglisten i APA i hendes vægtklasse. Og manglede en kvalifikation til **EM**



**Navn: Thriffyn (Sváva's Galaxy)**

Født: 06-04-2010

Race: Dværghund, Sort

Vægt: 8,1 kg

**EWPL:** Summer Pull EWPL Nyk. F DK 09-07-2011, vægtklasse novice, bedste træk 47 kg

## Interessante links

Weightpull danmark - EWPL <http://www.weightpulldanmark.com/> Her kan også findes regler

EWPL - <http://euroweightpull.eu/> "moderorganisationen"

APA – <http://weightpull.com/> - American Pulling Association – den amerikanske klub, hvor vi deltager under DWPA

Video fra APA european Championship <http://www.youtube.com/watch?v=WA5BvhxVepE>

EWPL træk af dværgpincher 60 x egen vægt <http://www.youtube.com/watch?v=QF1sYjmMbzQ>

Samme hund træner drag <http://www.youtube.com/watch?NR=1&v=6lrKGt0sUs0>

William EWPL træk 120 kg <http://www.facebook.com/tazhia#!/video/video.php?v=2524551201711>

Vores Seler lige kommet fra Canada

<http://www.facebook.com/media/set/?set=a.2142894100522.2139945.1491310194&type=1>

Drag <http://www.facebook.com/media/set/?set=a.2116099110664.2138190.1491310194&type=1>

William vogntræning <http://www.facebook.com/media/set/?set=a.2005924716373.2131668.1491310194&type=1>

Thea Vogntræning

<http://www.facebook.com/media/albums/?id=1491310194#!/media/set/?set=a.2004598923229.2131285.1491310194&type=1>

Drag <http://www.facebook.com/tazhia#!/photo.php?v=2942245843816>

**Jeg stiller selvfølgelig gerne træningsfaciliteter/seler til rådighed for dem der evt. selv vil prøve sporten.**

Sussan Svane \*Kennel Sváva \*, Næstvedvej 384, 4750 Lundby – 21456349 \* [svava@schnauzers.dk](mailto:svava@schnauzers.dk) \* <http://schnauzers.dk>