



BASIS-TRAINING KONDITION

Woche	Aktivität und Intensität	Puls vorher/ nachher	Häufigkeit	Dauer	Bemerkungen und sonstige Aktivitäten	Eindruck Hund vorher und nachher
0	Tierarzt und/ oder Check beim Physiotherapeuten					
Anfang Woche 1	Gewicht					
1	5 Km am Fahrrad flotter Trab		3 x pro Woche	25 minuten		
Anfang Woche 2						
2	5 Km am Fahrrad flotter Trab		3 x pro Woche	20 minuten		
Anfang Woche 3	Gewicht					
3	6 km am Fahrrad flotter Trab		3 x pro Woche	20 minuten		
	Schneller Galopp		1 x pro Woche	20 minuten		
Anfang Woche 4	Gewicht					
4	6 km am Fahrrad flotter Trab		2 x pro Woche	20 minuten		
	Langsamer Galopp		2 x pro Woche	20 minuten		
In Woche 4 oder 5	Tierarzt und/ oder Check beim Physiotherapeuten				Ein Junghund der erst beginnt bekommt nun eine 4-Wochen Pause vom Training - aber nicht von der grundsätzlichen Bewegung in der Freizeit. Aber von allem was Arbeit/Programm bedeutet.	