

### So fördern Sie die Bewegungsfreude Ihres Vierbeiners

Die Sache mit dem Übergewicht Ihres vierbeinigen Freundes hat auch etwas Gutes: Sie haben beschlossen, dass er abspecken soll und werden ab heute den Alltag mit ihm völlig anders gestalten.

**Künftig wird sich Ihr Hund mehr bewegen, sein Futter erarbeiten und dabei Kalorien verbrauchen.**

**Die wichtigste Voraussetzung:** Füttern Sie bitte nicht mehr als die von Ihrer Tierarztpraxis individuell für Ihren Hund berechnete Tagesfuttermenge und verzichten Sie konsequent auf Leckereien zwischendurch. Bedenken Sie, dass ein kleiner Keks für den Hund einem Hamburger entspricht, den Sie mal eben zusätzlich zu den Mahlzeiten essen!

Das Abnehmen wird umso erfolgreicher, wenn Ihr Hund täglich mehrere kleine Mahlzeiten erhält. Das erhöht die Menge an Energie, die während der Verdauung verbraucht wird. Wiegen Sie deshalb morgens die Tagesfuttermenge genau ab und teilen Sie sie in mehrere kleine Portionen auf.

Regelmäßige Mahlzeiten sind eher langweilig. Lassen Sie die tägliche Nahrungsaufnahme für Ihren Hund zum Erlebnis werden:

- Verstecken Sie kleine Futterportionen in Wohnung und Garten und lassen Sie Ihren Hund suchen.
- Lustig ist auch das „Hütchenspiel“, zu dem Sie mehrere Joghurtbecher oder Plastikblumentöpfe umgedreht aufstellen und unter einen davon Futter legen. Mit ein bisschen Übung wird Ihr Hund den richtigen Becher anzeigen und versuchen an das Futter zu gelangen. Dabei dürfen Sie ihm ruhig helfen.
- Spielwürfel (Buster Cubes), die mit Trockenfutter gefüllt werden können, erfordern die ganze Geschicklichkeit Ihres Hundes, durch Bewegen des Würfels in den Genuss der Futterbröckchen zu kommen.
- Mehrmals täglich kleine Übungen wie „Sitz“, „Platz“ und „Komm“, die bei korrekter Ausführung umgehend mit Futterhäppchen belohnt werden, machen Ihrem Hund nicht nur Spaß, weil er gemeinsam mit Ihnen etwas tun kann, sondern festigen zudem auch noch die Rangordnung – ein toller Nebeneffekt!

## **Neben der Fütterungsumstellung spielt regelmäßige Bewegung beim Abnehmen eine wichtige Rolle:**

- Gehen Sie möglichst mehrmals am Tag mit Ihrem vierbeinigen Freund spazieren und gestalten Sie diese Ausflüge spannend und abwechslungsreich. Ball- und Stöckchenspiele, kleine Gehorsamsübungen für die Konzentration, gefolgt von entspannenden Schnüffelphasen zum „Zeitungslesen“ lassen sich gut kombinieren.
- Verabredungen mit anderen Hundehaltern zum Spielen und Toben dienen der körperlichen Ertüchtigung und lassen Hundeherzen höher schlagen.
- Naturhindernisse wie Gräben und umgestürzte Bäume bieten gute Möglichkeiten, Springen, Balancieren und Klettern zu trainieren. Wenn Sie Ihren Hund dabei tatkräftig unterstützen, hat er noch mal so viel Spaß. Sollten Sie selbst nicht so gut zu Fuß sein, um Ihren Hund bei diesen Aktivitäten begleiten zu können, überlegen Sie doch mal, ob es in Ihrem Bekanntenkreis jemanden gibt, der Ihnen diese Aufgabe gern abnimmt.
- Schwimmen steigert die Aktivität in besonderem Maß. Vielleicht haben Sie ja eine „Wasserratte“ zu Hause und können Ihrem Vierbeiner den regelmäßigen Sprung ins kühle Nass ermöglichen.
- Auch im Haus und Garten können Sie gemeinsame Such-, Versteck- und Bringspiele planen, bei denen das Lieblingsspielzeug Ihres Hundes zum Einsatz kommt. Denken Sie aber daran, dass immer zur Verfügung stehendes Spielzeug seinen Reiz verliert. Teilen Sie Spielsachen zu und nehmen Sie sie auch wieder weg. So wird das gemeinsame tägliche Spiel für Ihren Hund zum „Highlight“!
- Für sportlich veranlagte Hundebesitzer ist das Fahrradfahren eine gute Möglichkeit, den überflüssigen Pfunden Ihres Hundes zu Leibe zu rücken. Am Fahrrad laufen ist jedoch nur nach langsamer Eingewöhnung für gesunde Hunde geeignet, die mindestens ein Jahr alt sind. Bevor Sie also aufs Rad steigen, stellen Sie Ihren Freund zum Gesundheitscheck in Ihrer Tierarztpraxis vor.
- Bei Hundesport wie Agility und Dog Dancing oder Rettungshundearbeit wird nicht selten die Leistungsgrenze des tierischen Sportlers überschritten. Gesundheitsschäden können die Folge sein. Bitte bedenken Sie, dass nicht alle Hunde Akrobaten und zum Leistungssportler geboren sind! Betreiben Sie solche Sportarten oder Arbeit mit dem Hund erst dann, wenn eine tierärztliche Untersuchung die absolute Tauglichkeit Ihres Vierbeiners bescheinigt hat.

Mit Sicherheit werden Sie herausfinden, welche Form der körperlichen Betätigung für Ihren Hund geeignet ist, ihm Spaß macht und gleichzeitig hilft, überflüssiges Gewicht zu reduzieren.

### **Jetzt geht's ran an den Speck und denken Sie daran:**

Wenn Sie es wirklich wollen, können Sie durch eine verantwortungsvolle Fütterung und Haltung dafür sorgen, dass Ihr Tier lange gesund und „in Form“ bleibt!