



Dobermannverein Schweiz

Ortsgruppe Mittelland



## "Warm-Up – Cool-Down" Seminar mit Sporthunde Physio Claudia Frey

**Samstag, 3. Oktober 2020**

### **Warm-Up**

Vermeintlich achtet man im Hundesport darauf, dass der Hund vor sportlicher Belastung aufgewärmt wird. Genau wie beim Menschen, wird durch gezieltes Aufwärmen das Verletzungsrisiko verringert, das Herz-Kreislaufsystem und die Durchblutung aktiviert sowie die Elastizität der Bänder und Sehnen erhöht.

### **Cool-Down**

Nach intensiver Beanspruchung sollte man den Hund langsam abkühlen, denn nach einer Trainingseinheit oder einem Wettkampf sind die Muskeln angespannt und der Stoffwechsel, das Herz-Kreislaufsystem, der Puls und die Atemfrequenz müssen sich wieder normalisieren. Das erleichtert die Regeneration des Körpers und Verletzungen können vermindert werden.

Das Seminar ist für alle Hundesportlerinnen und Hundesportler in allen Bereichen geeignet.

**Ort:** 4528 Zuchwil, Clubhaus Hornusser Zuchwil, Schachenweg 30  
Anfahrt via Gartenstrasse -> Gartencenter Wyss -> Schachenweg

**Seminarkosten:** CHF 90.00 mit Hund  
CHF 70.00 ohne Hund  
Inklusive Mittagessen, exkl. Getränke

Anmeldeschluss: 25. September 2020 (Anmeldung erfolgt verbindlich)

**Datum/Zeit:** Samstag, 3. Oktober 2020. Beginn 09.00 Uhr / Ende ca. 17.00 Uhr

-----  
**Anmeldung:** (Teilnehmerzahl begrenzt. Berücksichtigung nach Eingang der Anmeldung)

mit Hund CHF 90.00

ohne Hund CHF 70.00

Name / Vorname: .....

Adresse / Wohnort: .....

Natel / Email: .....

Anmeldungen per **Email** an [info@dvsogm.ch](mailto:info@dvsogm.ch) oder **schriftlich** an Markus Heiniger, Parkweg 14, 4852 Rothrist.