



Präsenzveranstaltung

## Ausbildung zum zertifizierten Hundefitnesstrainer



**Kosten:** 1995€



**Dozenten:** Sandra Rutz, Katja Wagener



**Voraussetzung:** Hundetrainer (Verein o. Hundeschule) sowie Trainer in Ausbildung . Die Teilnahme kann nur mit einem geeigneten (seminartauglichen) Hund erfolgen.



**Dauer:** 15 Live-Webinare à 2 Stunden und 2 Praxismodule à 4 Tage



**Teilnehmer:** Die Teilnehmerzahl ist auf 12 Personen begrenzt, dadurch ist ein intensives und individuelles Lernen gewährleistet.



**Zertifizierung:** Nach bestandener mündlicher und praktischer Prüfung

## **Ausbildungsinhalte:**

In dieser Ausbildung bekommt ihr geballtes Fitnesswissen vermittelt. Das Hauptaugenmerk liegt auf dem Verständnis für die Zusammenhänge des Körpers im Stand und in der Bewegung, der genaue Aufbau der Übung und die Zielsetzung im Training.

Im größten Teil der Ausbildung widmen wir uns natürlich den aktiven Übungen, die wir mit den mitgebrachten Hunden erarbeiten. Wir legen dabei sehr viel Wert auf Genauigkeit und das Verständnis, welche Struktur dabei beübt wird und helfen Euch Fehlerquellen selbst zu erkennen. Wir setzen außerdem individuelle Schwerpunkte und kombinieren verschiedene Geräte. Wir geben Ideen für Euer späteres Training, ob in der Hundestunde oder für Euer persönliches Training. Das letzte Modul wird mit einer Prüfung (mündlich und praktisch) abgeschlossen.



**Termine der Webinare (immer Mo 19-21 Uhr – 15 Teile à 2 Stunden) :**

**Datum: 22.01.2024**

Teil 1: Die Körpergewebe – Funktion und Belastungsreize

**Datum: 05.02.2024**

Teil 2: Gelenke – Aufbau und Bewegungsmöglichkeiten, auch während verschiedener Übungen

**Datum: 19.02.2024**

Teil 3: Statik & Dynamik und wie aus Muskelkraft Bewegung wird

**Datum: 26.02.2024**

Teil 4: Der Gangzyklus des Hundes und der Einfluss von Hang- und Standbeinphase

**Datum: 04.03.2024**

Teil 5: Die Funktion der verschiedenen Muskelgruppen

**Datum: 18.03.2024**

Teil 6: Pathologie – Die häufigsten Erkrankungen und ihre Folgen

**Datum: 25.03.2024**

Teil 7: Körperscreening und Befundung

**Datum: 1.04.2024**

Teil 8: Fitnesstests, Gerätekunde, Warm up & Cool down

**Datum: 8.04.2024**

Teil 9: Sporthundebetreuung

**Datum: 15.04.2024**

Teil 10: Trainingstechnik

**Datum: 22.04.2024**

Teil 11: Die Arbeit der wichtigsten Muskeln im Fokus

**Datum: 29.04.2024**

Teil 12: Beanspruchungsformen, Energiebereitstellung, Muskelfasertypen

**Datum: 06.05.2024**

Teil 13: Gangbildanalyse – was ist physiologisch und was nicht?!?

**Datum: 27.05.2024**

Teil 14: Trainingsanpassung, Trainingsplanung und Schwerpunkte setzen

**Datum: 03.06.2024**

Teil 15: Training mit Senioren – was kommt nachher und wie halte ich den „Oldie“ fit?

## 2 Praxismodule à 4 Tage mit Sandra Rutz

### Praxismodul 1

Datum: 20.-23.06.2024

Im Vorfeld beleuchten wir das Thema Körperscreening und Fitness-Tests im Online-Modul, um es dann praktisch an den mitgebrachten Hunden umzusetzen.

Wichtig sind hierbei, Schwachstellen aufzudecken und mit diesen Erkenntnissen einen gezielten Trainingsplan zu erstellen. Grundlagenwissen über den passiven und aktiven Bewegungsapparat, Muskelarbeitsweisen sowie die Biodynamik, erlangst du über die Webinare, die du davor schon belegst.

Natürlich werdet Ihr schon erste Kontakte mit den Trainingsgeräten haben und Rückschlüsse ziehen können, welches Trainingstool zu welchem Zweck eingesetzt werden kann.

Damit das Training mit Euren Kunden später „rund“ läuft, werden wir auch Trainingsbasics besprechen, einige Vorübungen starten und Euch mit einigen Tricks & Tipps eindecken.

#### Inhalte:

- Körperscreening
- Fitnesstests
- Trainingsplanung I
- Trainingstechnik
- Aktivierungsphase/ Basisübungen

## **Praxismodul 2**

**Datum: 25.-28.07.2024**

In diesem Ausbildungsmodul dreht sich alles um die motorischen Beanspruchungsformen Beweglichkeit, Koordination und Kraft. Ihr lernt Struktur in die Trainingsplanung zu bringen und einige wichtige Punkte über die Intensivierungsphase, ohne die langfristig kein effektives Training stattfinden kann.

Wir integrieren ein Warm-up Programm in das Training und sprechen über einige sinnvolle Hilfsmittel für das Training.

Abschließend gehen wir nochmal auf die Trainingsplanung im Detail ein, sprechen über die Gestaltung von Gruppen-Training und Einzelcoaching um dich bestmöglich auf deine Arbeit als Hundefitnesstrainer vorzubereiten.

**Dieses Modul schließt mit einer mündlich und praktischen Prüfung ab!**

### **Inhalte:**

- Beweglichkeit & Mobilität
- Koordination
- Kraft
- Warm-up / Cool down
- Übungen für Sporthunde
- Trainingsplanung 2
- Hilfsmittel (Körperbänder, Bandagen)
- Gruppentraining und Einzelcoaching

## Allgemeine Informationen:



**Ort:** TierPhysiothek Akademie  
Heideweg 28, 53604 Bad Honnef / Rottbitze



**Beginn:** 9 Uhr      **Ende:** ~18 Uhr

Du kannst dich am ersten Tag um 8:30 Uhr in den Schulungsräumen einrichten.



Für Verpflegung ist in Form von kalten und warmen Getränken sowie belegten Brötchen und Snacks gesorgt.



**Teilnahme nur mit Hund** (seminartauglich)

***Achtung! Läufige Hündinnen können leider nicht teilnehmen!***



Diese Veranstaltung kann **nicht** kostenlos storniert werden. Wir raten daher dringend eine Seminarversicherung abzuschließen, die dann für entstandene Kosten aufkommt.

**Wir freuen uns auf Dich!**

***Das Team der***

***TierPhysiothek Akademie!***

