

# FIETSEN MET JE LABRADOR

## Fietsen met je labrador

In het algemeen kun je stellen dat het zeer onverstandig is om met je labrador te gaan fietsen voordat hij 1 jaar is. Een labrador is pas echt volgroeid tussen de 2-3 jaar. Het kan misschien lijken dat je hond al volgroeid is omdat hij al zo groot "lijkt", realiseer je echter dat het skelet lange tijd nodig heeft om volledig te verbenen dus zul je in de kwetsbare groeiperiode de hond moeten beschermen tegen zichzelf want een labrador gaat door totdat hij er bij wijze van spreken "dood bij neervalt". Net als met balspelen en lang ravotten met andere honden zul je, als je met je hond wilt gaan fietsen, ervoor moeten zorgen dat je een verstandig en goed opgebouwd, evenwichtig schema aanhoudt en voldoende rustelementen aanhoudt.

Een goed opgebouwde rustige fietstraining vanaf 12 maanden kan door de gelijkmatige beweging van het **draven** naast de fiets zorgen voor een mooie en gelijkmatige spieropbouw. Je moet je wel realiseren dat de hond wel fysiek naast de fiets wordt uitgedaagd maar dat een labrador er niet mentaal door wordt "getriggerd" zoals wel gebeurt met bijvoorbeeld "zoek en speur" spelletjes of een wandeling met allerlei spannende geurtjes.



## Hoe begin je met de fietstraining?

Allereerst is mijn advies om een goede "springer" en een tuigje te kopen zodat je hond niet in de halsband "hangt" wat nekletsels kan veroorzaken. Je hebt een tuigje nodig dat je boven op de rug kunt bevestigen bij voorkeur met twee bevestigingspunten. Ik gebruik zelf Engelse tuigjes en indien je er een nodig hebt, stuur me dan een mail ([vanmeinweg@live.nl](mailto:vanmeinweg@live.nl)). Ik haal ze zelf uit Engeland en vind ze heel fijn door de gewatteerde punten bij de voorborst en de betaalbaarheid.

Een Springer is een stang die aan de fiets wordt bevestigd. Er zit een spiraalveer aan die het trekken van de hond absorbeert en waardoor je niet bij een ruk van de hond uit balans raakt en met hond en fiets in de berm eindigt (is mij al eens gebeurt). Je hebt beide handen vrij en doordat de "Springer" een bepaalde afstand van je fiets is, kan de hond niet in aanraking komen met de spijlen van je fiets en zich verwonden. Het is verstandig om de originele Springer te kopen. Hij is wat duurder dan namaakspul maar "goedkoop is mijns inziens duurkoop".

## **Wennen aan de fiets**

Je labrador zal moeten wennen aan de fiets. Het laten wennen gebeurt in stappen en zal bij de ene hond gemakkelijker gaan dan bij de andere. In tegenstelling tot het normale volgen waarbij de hond LINKS van je loopt, loopt de hond aan de fiets **RECHTS** van je. Dit doe je omdat je zo voorkomt dat bij tegenliggers de hond te veel uitwijkt en zo zichzelf kan verwonden. Je laat hem dus tussen de fiets en de berm lopen. Probeer te vermijden dat de hond in de berm loopt want daar ligt vaak veel rotzooi zoals blikjes, glas etc.

## **Een stappenplan zoals ik ook tijdens de hondentraining uitleg-**

### **Stap 1:**

Ga met je hond naar de fiets toe. Beweeg de fiets iets van de hond af en naar de hond toe. Als de hond rustig reageert, beloon je hem.

### **Stap 2:**

Pak je fiets in de linkerhand en maak de hond vast aan de Springer aan de rechterkant. Je loopt in stap 2 nog tussen je hond en de fiets in en je beloont de hond als hij rustig meeloopt. Doe dit aanleren bij voorkeur **NA** een wandeling zodat je labrador er al zijn energie heeft uitgelopen en zijn behoeften heeft gedaan.

### **Stap 3:**

Als stap 2 goed gaat, loop je nu links van je fiets en ga je wandelen met fiets **RECHTS** van je. De hond loopt dus nu naast de fiets aan de Springer. Als hij rustig meeloopt, beloon je hem regelmatig. Als de hond aan de lijn trekt, stop je en blijf je stilstaan totdat je labrador de spanning van de lijn afhaalt waarop je hem beloont zodat hij leert "**TREKKEN=STILSTAAN=NIET VERDER KOMEN**".

### **Stap 4:**

Als stap 3 zonder problemen verloopt, ga je beginnen met fietsen. Het is belangrijk dat de hond niet in "**GALOP**" naast je loopt maar in "**DRAF**". De galop is zeer belastend voor de gewrichten van de voorpoten en het schoudergewricht terwijl bij de draf alle spieren van voor- en achterhand worden gebruikt en ontwikkeld. Doe stap 4 volgens het hieronder afgebeelde fietsschema.

## **LET OP:**

- • Ga niet met je hond fietsen als de temperatuur buiten hoger is dan 20 graden;
- • Laat je labrador na het fietsen schoon en niet te koud water drinken;
- • Let op dat het asfalt na een warme dag niet te heet is zodat de voetkussentjes beschadigen;

- Geef je hond ongeveer drie uur voordat je gaat fietsen geen eten. Fietsen of zwemmen met een volle maag is niet goed en kan zelfs zorgen voor een maagkanteling. Ook als je terugbent van het fietsen, wacht je totdat je hond tot rust is gekomen voordat je hem eten geeft;
- Als je hond warm is van het draven naast de fiets, laat hem dan niet meteen zwemmen in koud water maar wacht even totdat hij wat rustiger en afgekoeld is;
- In de winter wordt vaak gestrooid. Was de poten van de hond bij thuiskomst zodat je voorkomt dat je labrador het zout zelf van zijn poten gaat likken;
- Ga niet fietsen met een loopse teef want onderweg geconfronteerd worden met een hele slinger geïnteresseerde reuen is geen pretje.

## Fietsschema's

Fietsschema in MINUTEN voor de jonge labrador tussen 1-2 jaar							
	Dag 1	Dag 2	Dag 3	Dag 4	Dag 5	Dag 6	Dag 7
Week 1	5	rust	10	rust	10	rust	rust
Week 2	10	10	rust	10	10	rust	rust
Week 3	10	10	10	rust	10	10	rust
Week 4	15	10	rust	15	10	5	rust
Week 5	15	10	10	rust	15	10	rust
Week 6	15	10	10	rust	20	10	rust

Na een training van 6 weken is het belangrijk twee weken niet met de hond te fietsen en bijvoorbeeld twee "rustweken" in te lassen.

Op het moment dat je labrador ruim twee jaar is geworden en is "uitgezwaard", kun je als hij verder goed gezond is het fietsschema uitbreiden waarbij je wel erop moet letten dat je met fietsen aan de conditie en gespiering van je hond werkt maar dat de hond mentaal niet echt wordt uitgedaagd.

Intensief fietsschema in MINUTEN voor de volwassen labrador vanaf 2 jaar							
	Dag 1	Dag 2	Dag 3	Dag 4	Dag 5	Dag 6	Dag 7
Week 1	25	15	rust	25	20	rust	rust
Week 2	30	20	rust	30	rust	30	rust
Week 3	35	20	30	rust	30	20	rust
Week 4	40	20	rust	rust	40	15	rust
Week 5	40	25	rust	40	20	rust	rust
Week 6	45	20	rust	rust	60	rust	20

Als je zes weken zo intensief met je labrador hebt getraind bijvoorbeeld voor een jachtproef, fietstocht of andere wedstrijd is het verstandig minimaal twee weken rust in te lassen. Vanzelfsprekend is dit schema slechts een richtlijn en je kunt ook je eigen opbouw hierin aanbrengen als je maar bedenkt dat opbouw in alle rust belangrijk is.

Mocht je na de opbouw in de eerste twee jaar slechts af en toe met je hond willen gaan fietsen dan kun je onderstaand schema aanhouden.

<b>Fietsonderhoudsschema in <u>MINUTEN</u> voor de volwassen labrador <u>vanaf 2 jaar</u></b>						
<b>Dag 1</b>	Dag 2	Dag 3	Dag 4	Dag 5	Dag 6	Dag 7
<b>30</b>	rust	20	rust	rust	20	rust