

Infobogen Gewichtsmanschetten

Allgemeine Informationen

- Die Manschetten sind aus Neopren gefertigt und können bei Bedarf mit lauwarmem Wasser und etwas Feinwaschmittel oder einem milden Shampoo gereinigt werden.
- Achten Sie darauf, dass die Gewichte (je nach Größe) fest/stramm in den Taschen sitzen, es gibt jeweils eine kleinere und eine etwas größere Tasche (für die größeren Gewichte ab 40g).
- Die Gewichte sollten an beiden Gliedmaßen gleich platziert werden um eine ausgewogene Belastung zu gewährleisten.
- Die Manschetten bitte immer nur am aufgewärmten Hund (ca. nach 10-15 Min. zügigem Spaziergang) einsetzen.
- Beim Tragen der Manschetten sollte der Hund im Schritt oder langsamen, entspannten Trab laufen, bitte achten Sie auf eine saubere Gangart, ggf. führen Sie Ihren Hund für den Trainingszeitraum an der Leine.
- Bitte halten Sie sich an den Trainingsplan, man ist verleitet die Gewichte zu schnell zu erhöhen, damit werden aber "Nebenwirkungen" wie Muskelkater, vermehrte Lahmheit, Überlastung etc. provoziert.
- Der Trainingsplan muss immer dem muskulären Status des Hundes und dem Allgemeinzustand angepasst werden.
- Zum muskulären Ausgleich - z.B. Muskelatrophie am linken Hinterlauf nach OP- können auch unterschiedliche Gewichte genutzt werden - z.B. rechtes Bein 50g + linkes, atrophisches Bein 70g -
- Es empfiehlt sich den Behandlungsverlauf mit einer Maßtabelle zu dokumentieren/kontrollieren.

Grobe Richtwerte für den Gewichtseinsatz

> bei starken Atrophien, alten Hunden und Tieren mit schlechtem Allgemeinzustand vorsichtig beginnen

kleiner Hund bis ~10 kg KGW

> Beginn mit 10-20g bds., Steigerung auf 40g bds.

mittelgroßer Hund bis ~25 kg KGW

> Beginn mit 30-40g bds., Steigerung auf 80g bds.

großer Hund über 25 kg KGW

> Beginn mit 50g bds., Steigerung auf 100g oder mehr bds.

Beispiel-Therapieplan

| | Intervall | Gewicht |
|------------------------------------|------------------|--------------|
| 1.+2. Woche | 3x/Woche 15 Min. | 30g je Seite |
| 3.+4. Woche | 3x/Woche 15 Min. | 40g je Seite |
| 5.+6. Woche | 3x/Woche 15 Min. | 50g je Seite |
| ... usw. bis zum Erhaltungsgewicht | | |

Gutes Gelingen ! Bei Fragen oder Problemen können Sie sich gerne jederzeit an mich wenden.