

Mål for uken:

Hovedmålet for uka er å alltid ha med mat og godbiter slik at du kan lure inn litt kontakttrening uansett hvor du er og så ofte som mulig. Husk å ha det GØY! :)

Faste øvelser hver uke (se egen plan):

- Styre maten, rotrening, miljøtrening og sosialisering og det å være nære

Treningsplan for denne uken

Øvelse: Kontaktøvelse 1	Når: Alle dager ca 2-3 min x 3
Hvordan: Se demovideo i medlemsportalen. Belønn hver gang hunden ser på oss ute på tur og sett av korte økter på 2-3 min hvor dere trener aktivt med denne øvelsen ila. turen.	Hvorfor: Vi lærer hunden å ta kontakt med oss på eget initiativ, slik at vi slipper å få en hund vi må mase på for å få kontakt.
Øvelse: Lekutvikling	Når: 2-3 dager i uka, ca 3 min
Hvordan: Hvilken leke foretrekker hunden? Legg frem mange ulike leker og la hunden velge hva den vil leke med. Lek sammen og ha det gøy!	Hvorfor: For å bli bedre kjent med hva hunden din foretrekker. Det er viktig for å bygge videre på en god lek og et godt samarbeid.
Øvelse: Kontaktøvelse 2	Når: 3 dager i uka, ca 5 min x 2
Hvordan: Se demovideo i medlemsportalen. Dette er en øvelse man kan gjøre både ute og inne. Øk vanskelighetsgraden sakte.	Hvorfor: Denne øvelsen er også for innkallingstreningen, og det å lære seg å holde seg i nærheten ute.
Øvelse: Ro i bur	Når: 3 dager i uka, eller etter behov
<p>Hvordan: Sørg for at hunden har fått det den trenger av tur og stimuli. Legg litt diverse aktiviseringsutstyr i buret og sett deg ved siden av. Ha en skål med godbiter og stikk med jevne mellomrom en godbit inn i buret. Vent til hunden har roet seg ned eller sover til du åpner burdøra.</p> <p>Beveg deg etterhvert bort fra buret etter som hunden mestrer roen med deg i nærheten.</p> <p>Dette gjelder ikke for hunder med separasjonsangst eller burangst</p>	Hvorfor: Fordi det er kjekt å ha en hund som kan slappe av i bur. Både når du trenger hundepass og om du skal ha med deg hunden på plasser hvor den må være i bur. Noen hunder har det også best med å være i bur når de er alene hjemme, mens andre kan være løse.