

AZ 5 LEGJOBB KUTYÁS SPORT
Placeholder for the "Links" field



AZ 5 LEGJOBB KUTYÁS SPORT

MEGOSZTÁS

- [Download \(opens in new window\)](#)
- [<?xml version="1.0" encoding="UTF-8"?> Email \(opens in new window\)](mailto:info@perfectfit.hu)
- [Εκτύπωση \(opens in same window\)](#)

MIRE JÓ EZ?

Ha olyan vagy, mint mi, tudod, hogy a rendszeres testmozgás, például a séta, kocogás vagy edzőtermi edzés:

1. jót tesz,
2. alapvető fontosságú az egészség és a jólét hosszú távú megőrzéséhez,
3. valami, amit kihúzhatsz a teendők listájáról, és azonnal elkezdhetsz.

És csakugyan az egészségmegőrző klubok, idősseknek szóló aerobik edzések, jóga és szülőgyerek zumba világában egyre nehezebb figyelmen kívül hagyni a testmozgás fontosságát (habár néhányan még mindig vitézül kardoskodnak ez ellen!).

Azonban kutyatulajdonosként talán kevésbé tudod, hogy a testmozgás ugyanannyira fontos a kutyádnak is, mint nekünk. Miközben ösztönösen sok szeretetet adsz neki, beleértve a napi adag szeretgetést a kanapén, azt is figyelembe kell vened, hogy a kutya életkorának, fajtájának, karakterének és fizikai alkalmasságának megfelelő testmozgás alapvető fontosságú ahhoz, hogy lehetővé tegye a mentális figyelme és fizikai fittsége fenntartását egész élete során. Röviden megfogalmazva, a napi kétszeri séta jó kezdet, de talán nem elég ahhoz, hogy kielégítse kutyád fizikai és mentális igényeit.

MUNKAKUTYÁTÓL A TÁRSÁLLATIG: A KUTYA MOZGÁSIGÉNYÉNEK KIELÉGÍTÉSE

Miközben erről továbbra is vita folyik, néhány közelmúltbeli kutatás azt mutatja, hogy 12 000 (Közel-Kelet) és 31 000 évvel ezelőtt (Belgium)^[1] az első házasított kutyák, akik a vadászó-gyűjtögető emberekkel éltek, valószínűleg segítettek a préda nyomon követésében és a távol tartották a ragadozókat. Az évszázadok alatt az ember elkezdett különböző fajtájú kutyákat tenyészteni a gyakran igen nagy igénybevételt jelentő feladatokra. A border colliekat és ausztrál pásztorkutyákat már régóta a birkák terelésére képzik, míg a végtelenül atletikus alaszakai huskykat még mindig használják szánhúzó kutyaként az északi

régiókban. A labrador retriever hagyományosan egy vadászkutya, amelyet kacsá visszahozására tenyésztettek ki, manapság pedig vakoknak segítenek és különböző bűnüldöző szervek munkájában vesznek részt.

Habár manapság a legtöbb kutya társállatként él, és viszonylag mozgásszegény életet élnek. Családtagként a kutyaad osztozik az otthoni életeden, de gyakran marad egyedül, amikor dolgozol vagy elmész otthonról. A kutyaának életkortól függetlenül testmozgásra van szüksége, hogy levezesse az energiáit és kikapcsolódjon. Ezen kívül egyes fajtáknak nagyobb a mozgásigénye, és ez nem szükségszerűen kötődik a méretéhez. Például a juhászkutyák, mint a közepes-nagytestű német juhász vagy ausztrál pásztorkutya sokkal aktívabb életformát kívánnak, de ilyen például a Jack Russel terrier is, amelyet eredetileg rókavadászatra tenyésztettek ki, vagy a kicsi, de rendkívül energikus cocker spániel.

Ha szeretett barátod nem tudja levezetni az energiáit, akkor valamilyen rossz viselkedést vehet fel. A testmozgás és a játék rendkívül fontos a kutya mentális lefárasztásához, az izomtömegének megtartásához és a súlyfelesleg elkerüléséhez is. Társas készségeket és fegyelmet tanít neki, és erősíti a közöttetek lévő köteléket. Mellesleg, a kutyaával való gyakorlás akár jó edzés is lehet (azonkívül, hogy nagyon szórakoztató), feltéve természetesen, hogy mindig a fizikai kapacitásait és korlátait helyezed előtérbe.

MIT SPORTOLHATOK A KUTYÁMMAL?

Ha nem vagy egy nagy sportoló vagy ösztönösen lehúzkod a fejed, amikor egy labda száll feléd, akkor se félj, van olyan sport, amit tudsz csinálni a kutyaaddal! A hosszú séták mindkettőtöket fitten tartanak, a labdázás pedig igen szórakoztató, de még számos stimuláló és fizikailag kihívást jelentő játék létezik a kutyaad számára. Itt találhatod ezekből az öt legjobbat.



A LEGNÉPSZERŰBB KUTYÁS SPORTOK MAGYARORSZÁGON

Existuje mnoho psích sportů, každý z nich je spojený s jinými přínosy pro vašeho psa, a každý vyžaduje určité dovednosti nebo sklony. Dnes se rozrůstá počet klubů, které nabízejí tyto druhy tříd psích sportů. K pěti nejvýznamnějším patří:

1. **Az agility**, egy olyan sport, ahol a kutyának a lehető leggyorsabban, az utasításaidat követve kell teljesítenie egy akadálypályát. Ahogy a neve is mutatja, ez egy igen összetett sport, ami fejleszti a kutyád ügyességét, rugalmasságát, szófogadási képességeit, és ez teszi manapság az egyik legnépszerűbb kutyás sporttá!
2. **A Cani-Cross** egy kicsit nagyobb fizikumot igénylő sport, amely az állóképességre és a gyorsaságra helyezi a hangsúlyt. A sport alapötlete az energikus barátoddal való közös futás, miközben egy speciális heveder segítségével kutyád húz téged menet közben. A kisebb és/vagy kevésbé energikus kutyával rendelkezők elkezdhetik a Cani-Walk-ot, ami nagyjából ugyanazt jelenti, de futás helyett sétálni kell.
3. **A.Bikejoring** (biciklizés kutyával) egy olyan szabadidős sport, ahol a hámot viselő kutya vagy kutyák egy csoportja a biciklis előtt halad, akit a kutya/kutyák húz/nak. Ez egy nagyszerű sport olyan kutyáknak, akik jó kondícióban vannak és szeretnek futni.
4. **Az Engedelmeség** (Obedience) a kutyád láb mellett való követési, ugrási, apportírozási és más kutyákkal és emberekkel való szocializációs képességét teszteli. Könnyebb kutyák számára kifejezetten alkalmas, kevésbé megterhelő fizikailag, de azért kellően fárasztó, és végezhető zenére is, ez az ún. Dog Dance!
5. **A Flyball** egy egyenes vonalon végzett akadály verseny, amelyet a kutyának utasítások nélkül kell elvégeznie, a pálya végén fel kell vennie egy labdát és visszafordulva vissza kell vinnie a kiinduló pontra, amilyen gyorsan csak tudja. Ezt négy kutyából álló csapatokban játsszák, egymással versenyezve és szórakozva, ebben a sportban van futás, ugrás, elkapás és labda visszahozása. A legjobb választás nagy energiagényű kutyáknak.

MI A TEENDŐ EGY KUTYÁS SPORT ELKEZDÉSE ELŐTT

Mielőtt kipróbálnál egy sportot a kutyáddal, vedd számításba az életkorát, fizikai kondícióját és természetes késztetéseit. Erősen ajánlott elmenni az állatorvoshoz és értékelést kérni tőle, hogy a kutya alkalmas-e az adott sportra, és nincsenek-e egészségügyi problémái, amit figyelembe kell venni. Ne feledd, hogy előfordulhat, hogy a kutya étrendjén is változtatni kell az adott tevékenység szintjétől függően. Számos sok energiát adó sport eledel létezik, amelyet nagyon aktív kutyáknak fejlesztettek ki. Biztosan szórakoztató és érdekes dolog az új élményeket megosztani a kutyáddal, de legyél körültekintő és ne ess túlzásokba. Tanulj meg olvasni a jelzésekből azzal kapcsolatban, hogy kutyád hogyan viseli az új tevékenységszintet (pl.: Nem hevült túl? Nem lélegzik nehezen?). Ne feledd, hogy hozzád hasonlóan a kutyádnak is időre lehet szüksége, hogy alkalmazkodjon az új kihívásokhoz, ezért a legfontosabb, hogy szórakozzatok jól!

Ha többet szeretnél megtudni erről, olvasd el a „Hogyan kezdjek el új fizikai tevékenységet a kutyámmal?” című cikket.

Pro podrobnější informace na toto téma viz náš článek „Jak cvičit fyzickou aktivitu s mým psem?”.

- ¹Vonholdt, Bridgett M., John P. Pollinger, Kirk E. Lohmueller, Eunjung Han, Heidi G. Parker, Pascale Quignon, Jeremiah D. Degenhardt, et al. 2010. « [Genome-Wide SNP and Haplotype Analyses Reveal a Rich History Underlying Dog Domestication\(open in new tab\)](#) ». Nature 464 (7290): 898-902. doi:10.1038/nature08837.

[ÖSSZES NÉPSZERŰ CIKK MEGTEKINTÉSE](#)

HOL VÁSÁROLHATÓ PERFECT FIT™ AZ ÖN KÖRNYÉKÉN

[HOL TUDOM MEGVENNI](#)

Source URL: *<https://www.perfectfit.hu/az-elet-kutyakkal/mozgas/5-legjobb-kutyas-sport>*