

## Aufzeichnung Online-Seminar: Warm Up und Cool Down - essenziell für jeden aktiven Hund

Dieses Online-Seminar eignet sich sowohl für Tiertherapeuten als auch für Trainer und engagierte Hundebesitzer denn, das Thema betrifft alle, die mit ihrem Hund mehr machen als nur Spaziergehen.

### SEMINARINHALT

Gezieltes Aufwärmen gehört bei uns Menschen ganz selbstverständlich zum Standardprogramm vor jedem Sport. Warum wird es aber bei Hunden so stiefkindlich gehandhabt? Fakt ist, auch Hunde können ohne richtiges Aufwärmen nicht die beste Leistung bringen und vor allem steigt das Verletzungsrisiko enorm an. Richtiges Aufwärmen ist die beste Prävention gegen Sportverletzungen und noch dazu einfach umzusetzen. Wenn wir entscheiden mit unseren Hunden aktiv zu sein, sollten wir uns im Vorfeld überlegen, welche Aufgaben wir stellen werden. Dies liefert die Basis für das entsprechende „Warm up“. Trotzdem ist das Warm Up ein kontrovers diskutiertes Thema und es gibt verschiedene Theorien und Vorstellungen zu den Inhalten und der Umsetzung in Therapie und Training.

In diesem Vortrag werden unter anderem verschiedene Ansätze und Überlegungen vorgestellt und auch erfahrungsbasiert auf die Umsetzbarkeit überprüft und es werden Vor- und Nachteile verschiedener Übungen und Tricks angesprochen.

Was ist richtig? Was möglicherweise falsch? Kann man diese Fragen überhaupt pauschal beantworten oder welche Details müssen wir berücksichtigen? Und wenn man sich entschieden hat, was in das Aufwärm-Programm gehören soll, wie integriert man das „Warm Up“ ins Training? Diese und weitere Fragen werden in diesem für Therapeuten und Trainer gedachten Vortrag näher betrachtet.

### UHRZEIT

2 Stunden

### Termine:

1. 21.02 - 21.02.2024

### Ort:

Online Seminar

### Gebühr:

€ 44.95 (Gesamt)

### Dozent:

[Reiland Britta](#)

**Stand: 15.04.2026**

---

Sarah Mergen • Ausbildungszentrum für Tiertherapeuten •  
Bürgermeister-Graf-Ring 10 • 82538 Geretsried/Gelting • Info@sarah-mergen.de • www.sarah-mergen.de

---

**Source URL:**

*<https://www.sarah-mergen.de/aufzeichnung-online-seminar-warm-und-cool-down-essenziell-fuer-jeden-aktiven-hund>*