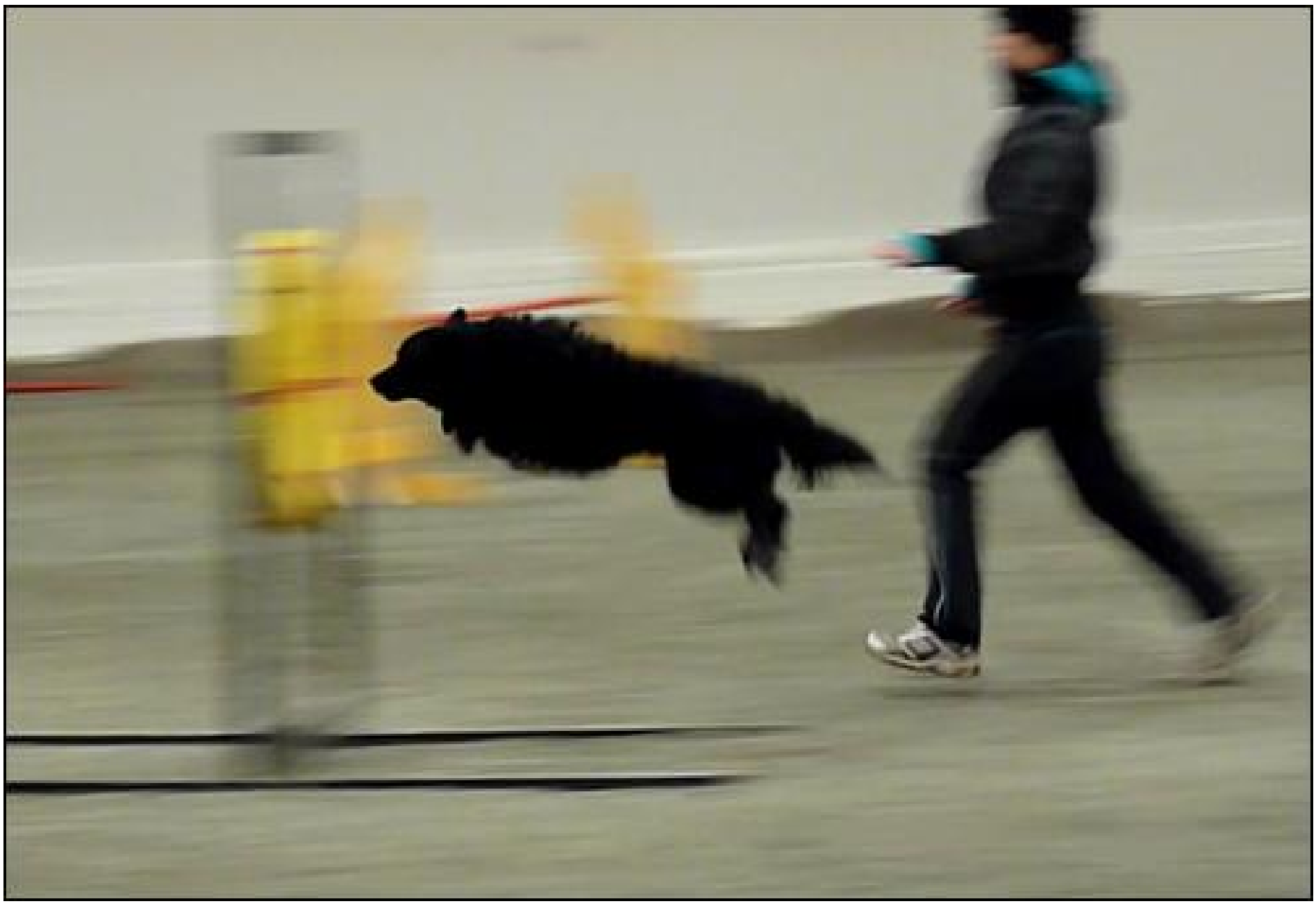
Hyppytekniikkakurssi 26.09.2009, VarPS/Varkaus: Ulla Kaukonen

Kehittäneet Susan Salo & Patricia Hirn, Suomeen tuonut Vappu Alatalo
Teksti: Laura Lindeman Kuvat: Heini Koskinen, Laura Lindeman, Oona Mäki



Yleistä

Hyppytekniikan opettaminen perustuu siihen, että koira saa itse kokeilla. Luonnollinen valinta osuu oikeaan tyyliin, joka on myös se paras.

Lämmittely & jäähdyttely erillisten ohjeiden mukaan. Tärkeää tehdä aina, joka kerta, ja tunnollisesti oikea aika, ei vain pikaisesti!

Jos koira ei halua muuttaa omaa tekniikkaansa, mahdollisia syitä:

- Löysät lonkat, huono fyysinen kunto -> ei tukea.
- Menee kuin höyryjuna, ”ei ole esteitä, on vaan hidasteita”, ts. ihan oikeasti koiraa ei haittaa, että rimat kolisee. Tyypillistä esim. staffeille.
- Alussa vauhti usein hidastuu, kun koira joutuu kovasti keskittymään, mutta kun oppii uuden tekniikan, se tulee ”automaattisesti” ja vauhti palaa.

Koira ei näytä kipua!

- Suorittaessa kiihtyy -> adrenaliinia vereen -> ei tunne kipua.
- Voi olla vasta seuraavina päivinä hyvinkin kipeä.
- Seurattava tarkkaan, jotta ohjaaja huomaa kivun. Esim. hienoinen muutos hyppytekniikassa saattaa kieliä kivusta. Alussa voi olla ja onkin vaikea nähdä, mutta omaa koiraa pitää tietoisesti

seurata, mieluiten myös videolta. Siitä oppii miten se normaalisti liikkuu ja osaa reagoida heti muutoksiin.

- Agilitykoira on erittäin suositeltavaa käyttää 5-8 viikon välein hieronnassa jo *ennen* kuin mitään ongelmia onkaan!

Itsenäisyys

Koirakko on kuin auto. Ohjaaja toimii kartturina ja näyttää suunnan (myös tulevat esteet, ei vain pelkkää suuntaa, koska eri esteille tarvitsee erilaisen lähestymisen). Koira hoitaa kaasun, jarrun ja ratin kääntämisen. Jos ollaan ojassa, syy on yleensä kartturin ☺. Tilannenopeutta ei voi säätää, ellei tiedä minne ollaan menossa! Koira hoitaa myös ponnistuspaikan valinnan itse.

Terveys

Huono tekniikka kuluttaa koiraa valtavasti. Nuorelle koiralle oikean tekniikan opetus vie ehkä vähän enemmän aikaa, mutta alussa malttamalla voi saada monta vuotta lisää kisakuntoa sinne loppupäähän!

Motivaatio

”Koira ei kunnioita rimoja ja siksi ne tippuu”, on täyttä potaskaa. Koira kyllä viitsii, kun se osaa! Rohkeus ja motivaatio liittyy myös hypyn onnistumiseen – jos ei uskalla, osaaminen yksin ei auta.

Häiriön kestäminen

Liittyy keskittymiskykyyn. Jos ei kestä häiriötä, ei voi keskittyä täysillä siihen mitä on tekemässä = ei hyppää niin hyvin kuin voisi. Kohdassa ”yksilölliset erot” puhutaan siitä, kun koira käy liian kuumana, eikä kestä sitä. Alussa siitä ei saa tehdä häiriötä, ts. palkataan sillä tasolla, että kuumumista ei tapahdu. Myöhemmin, kun koira oikeasti osaa, sitä voi käyttää myös häiriöharjoittelussa, ts. antaa sen kuumua yli. Kisoissa usein tunnelma saa koirankin normaalia lataantuneemmaksi ja on hyvä, jos jo treeneissä on kokemusta siitä, että se pystyy tekemään esteet silti puhtaasti.

Huono hyppääminen

Rikkoo, rasittaa, hidastaa. Ongelmat hypyssä ovat pääosin väärää opetusta tai opetuksen puutetta. HYVIN YLEINEN asenne on se, että kyllähän koira nyt herranjestas hypätä osaa. Ei sitä sen kummemmin opeteta. Vaan hypyllä ja hyvällä hypyllä on valtava ero. Oppimisnopeuksissa kyllä on eroja, joku oppii hetkessä, toinen tarvitsee hirveästi harjoitusta. Vertaa ihmiseen: tanssit, pallopelit yms. Sillä että ”osaa” ja sillä että ”on hyvä” on valtava ero.

Taito

Rimojen pudottelu itsessään ei ole syy (ongelma), vaan seuraus jostain muusta ongelmasta. Aina tulee hoitaa oikeaa syytä, niin seurauskin korjaantuu. Metsässä ketterä koira ei automaattisesti osaa hypätä tasaisella kentällä keinotekoisia esteitä. Vauhdissa taipuminen ei ole koiraeläimelle lainkaan luonnollista.

- Esimerkkinä koira, joka pudottaa rimoja vain kisakorkeudessa. Yleinen uskomus on, että sen pitää vain treenata niitä enemmän, kukaan ei vahingossakaan laske rimoja. Eihän se matalia rimoja pudotakaan, niin mitä sellaisilla tekee. Tämän näkemyksen mukaan ongelma ei ole itse siellä korkeudessa, se tietyn mitan ylittävä korkeus vain tuo ongelman ilmi. Sen takia palataan hyvinkin matalalle (kerran käytetty mm. kahvikuppeja maxi-koiralle kannattimina), tsekataan missä kohtaa koiralla on vaikeuksia ja opetetaan niillä matalilla rimoilla oikea tekniikka (ts. laitetaan koira itse hoksaamaan). Sitten, kun on oppinut tekniikan, ei korkeuden lisääminen tuota enää mitään ongelmaa.

(Toki fyysiset rajatkin ovat olemassa, esimerkiksi chihuahua ei hyppää kaksimetristä estettä millään tekniikalla, mutta käytännössä harvemmin tulee sellaista tilannetta ja tarvetta.)

Yksilölliset erot

Erityisesti nartuilla hormonit vaikuttavat. Liian kova vauhti suhteessa tilanteeseen tai taitoihin tuo ongelmia. Se voi olla kartturin vika, jos et kerro ajoissa suuntaa, koira voi tulla liian kovaa esteelle, mutta myös koiran oma vika, erityisesti näillä hyvin vilkkailla, taistelutahtoisilla, yms. tyypeillä, joilla lelun kanssa ”keittää yli”. Liittyy myös keskittymiskykyyn; kun käy liian kuumana, ei keskity ja vauhti on liian kova tähän kaikkeen nähden.

Rutiini

Helpompi opettaa alusta saakka oikein, kuin korjata jo syntyneitä virheitä! Suomessa tämä on vielä hyvin uusi juttu, ja moni tulee hyppytekniikkakurssille vasta sitten, kun jumitetaan kolmosissa sen takia, että rimoja aina tippuu, ja toivotaan jotain ihmeellistä pikaparannusta. 7-vuotiaasta koirasta, joka on kisannut jo vuosia, ei tule enää hyvää. Siitä voi tulla parempi, mutta ei hyvää. Siksi olisi valtavan hyödyllistä panostaa opetukseen heti alkeiskurssista alkaen! Lisäksi taitoa täytyy pitää yllä säännöllisesti, mieluiten viikoittain.

Aivot päähän

Hyppy on este siinä missä muutkin ja siihen tulee keskittyä niin kuin kaikkiin muihinkin esteisiin.

Koiran tehtävät

Reitti, laukan valinta

Etäisyys ja ponnistuspaikka

Liittyvät läheisesti toisiinsa. Vertaa ihmisen ’pallosilmään’ - samanlainen asia, jotkut osaa ja jotkut ei. Ehdottomasti vaikein asia korjata/opettamalla opettaa koiralle. Ponnistuspaikka pitäisi olla suunnilleen yhtä kaukana esteen edessä, kuin mitä laskeutumispaikka on esteen takana. Eri roduilla on valtavasti

eroja, mm. villakoiralle on tyypillistä korkea ja lyhyt ”tippuva” hyppy, jossa laskeutumisen paikka on lähempänä estettä, kuin ponnistus oli toisella puolen.

Painonsiirto

Takajalat toimivat jousena. Vertaa ihmistä, joka hyppii suorin jaloin, tai ottaa vauhtia kyykistymällä. Pitkä runko ja pitkät jalat vaikuttaa vaikeuttaen. Tällaisen koiran on usein vaikea hahmottaa, että minä jatkun vielä taaksepäin ja, että siellä on jotain osia ☺. Esimerkiksi hovawart, jolla on sekä suhteellisen pitkä selkä että korkeat raajat. Yleisesti ottaen kaikille koirille on hyvä tehdä takapäänkäyttöharjoituksia – mitä tietoisempi koira on takapäästään, sen helpompaa sen on tehdä painonsiirtokin.

Ponnistuskulma

Ongelmana liittyy yleensä johonkin muuhun. Renkaaseen todella vaikea tähdätä ja valita samalla oikea ponnistuspaikka -> erityisesti vauhdissa helposti kielto, jos koira pelkää osuvansa renkaaseen. (Huom! Kielto on parempi kuin, että rysäyttäisi päin! Ylipäänsä kieltoihin pitäisi suhtautua niin, että koira vältti sillä rikkomasta itsensä = hyvä, kun siinä tilanteessa kielsi, kun kerran epäröi.)

Korkeus ja ilmalento

Hypylle tullessa pää pitäisi olla alhaalla, jotta painonsiirto ja alastulon vaimennus onnistuu. Päätä saa alaspäin sen lisäksi, että koira itse tajuaa sen näissä harjoituksissa, myös palkkaamalla koiran aina(kin agilitykentällä) kädestä selkälinjan alapuolelle ja heittämällä lelun maata pitkin, ei ylös. Kun koira jätetään estesarjan taakse ja ohjaaja on targetin luona edessä (= kun aloitteleva koira ei osaa vielä irrota targetille itse, vaan tarvitsee ohjaajan sinne avuksi kutsumaan), ohjaaja on AINA mahdollisimman kyykyssä ja target täsmälleen maassa. Jos ohjaaja seisoo targetin vieressä, koira pitää taatusti päätä ylhäällä hypyissä!

Namin tai pallon heitto koiran takaakin on tosi huono idea. Koira hyppää pää ylhäällä ja selkä notkolla, kun odottaa takaa lentävää palkkaa. Target aina eteen, maan tasalle ja riittävän kauas viimeisestä

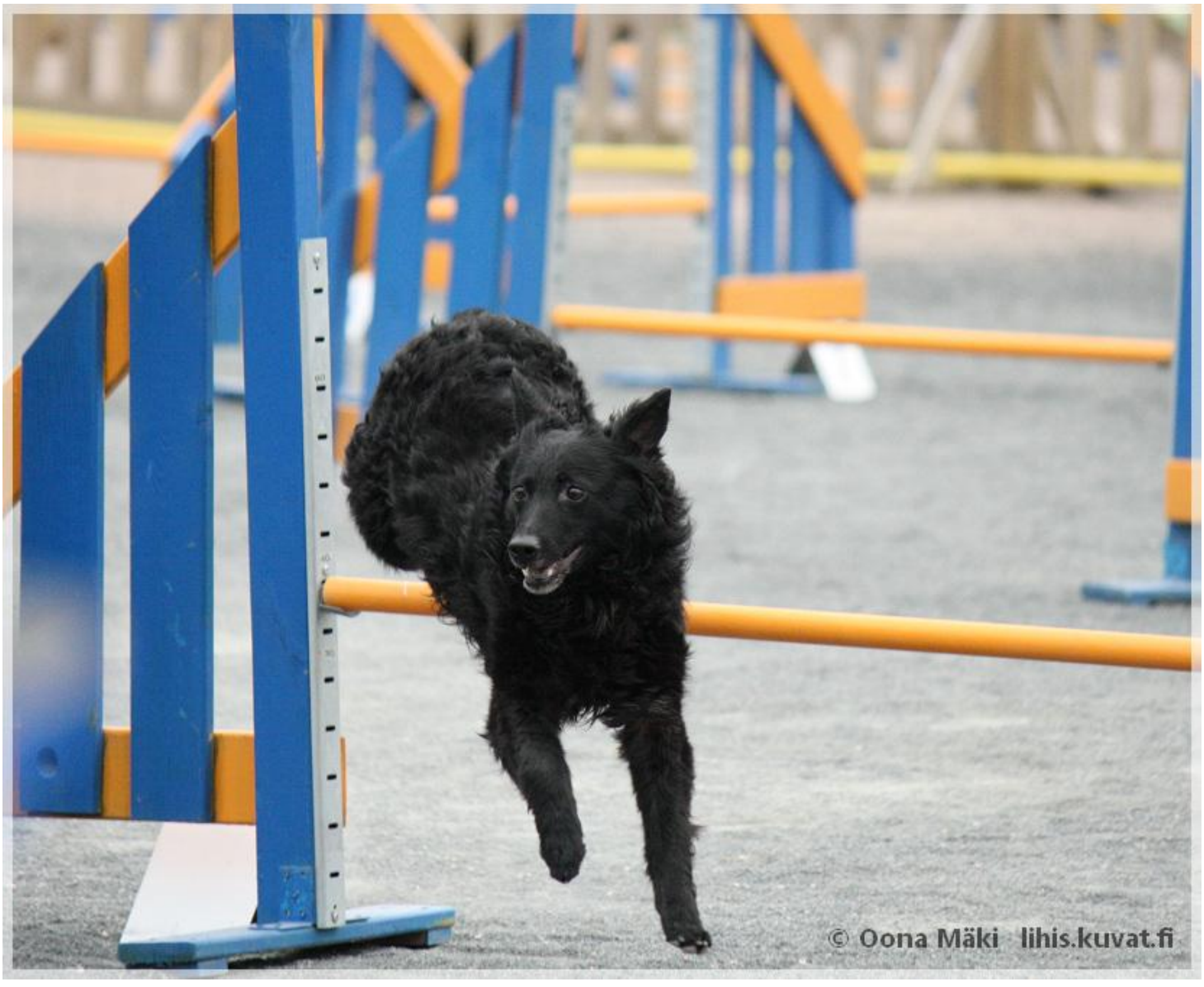
esteestä, maxeilla 5-6 m. Jos koira ei tykkää nameista, target voi olla kosketusalusta, jota koskemalla lelu lentää, tai namin syönnin voi opettaa tempuksi, josta saa palkaksi lelun. Pelkkää lelua ei kannata käyttää koko targetin sijaan *(minulle jäi epäselväksi miksi ei)*.

Tasapainotus

Yleistä koiran tehtävistä

Voi olla ongelmia vain yhdessä tai useammassa kohdassa. Kaikkea ei voi kuitenkaan korjata tai harjoitella kerralla!

Kaarteessa pitäisi olla myötälaukassa = kaarteen puoleinen etujalka edellä. Ratsastaja voi antaa hevoselle selästä ohjeen vaihtaa laukka, mutta koiran pitää itse tietää milloin vaihtaa laukka ja osata tehdä se.



Fyysisen syyn takia koira voi jättää tekemättä jotain mitä se osaisi tehdä, esim. painonsiirto/löysät lonkat.

- Taistelukoirat etupainotteisia rakenteen vuoksi, myös koiran pään sisällä on sen historia ”etupää on työvälineeni”, eli vaikea siirtää painoa taakse. Toisaalta esim. border collielle, joka taas painuu mielellään alas, tarvitsee myös opettaa painonsiirto taakse. Koiran pitäisi hypätessään mahtua ”putkeen”, ts. mikään osa ei saa sojottaa putkesta ulos (ei koske häntää).

- Jos etukulmaukset ovat olemattomat, koira suojaa etuosaa tuomalla takajalat alleen, jotta alastulossa myös ne ottaisivat osan tömähdyksestä vastaan.
- Jos oman koiran tyyli muuttuu, jossain ON vikaa! Eri hypyissä saattaa kuitenkin olla erilainen tyyli samallakin koiralla, joten hyppykohtainen.
- Jos tulee liian lähelle ennen ponnistusta:
    a) selkä taipuu
    b) keikauttaa jalat sivulle
    c) hyvin kuluttavaa!!
- Jos hyppää liian kaukaa:
    a) takajaloilla nopea potkaisu (= jalat suoriksi taakse) juuri hypyn päällä, josta saa lisää vauhtia
    b) kuluttavaa tämäkin

Anatomia ja fysiologia

”Lihasmuisti” harhaanjohtava, muisti on aivoissa ja hermoissa, ei itse lihaksessa. ”Tulee selkäytimestä” = ei käy aivojen kautta = ei tarvitse ajatella, vaan koira tekee automaattisesti. Harjoituksessa viesti kulkee aivojen kautta, mutta koira tarvitsee lepoa, jotta se tallentuu. LEPO ON TÄRKEÄÄ, myös lihasten kasvamisen suhteen. Jos harjoitus tuntuu takkuiselta, lopeta ja jatka 1-2 päivän kuluttua. Koira on usein oppinut levon aikana ja homma sujuu jo ihan eri lailla.

Suurin voima tulee lonkkien ympäristöstä.

- C-D-lonkkien kanssa erityisen tärkeää hyvät lihakset, mutta ei niistä muillekaan haittaa ole.
- Selkärangan tuki ja syvät vatsalihakset = vartalon syvätuki, kts. lisää alempaa.

Vauhti

Vauhti ei riipu askeltiheydestä! Paljon kipittävä näyttää nopeammalta, mutta ei ole. On tutkittu, että jokainen maahan astuttu askel vie 0,3 sekuntia. Pitempi laukka-askel = parempi aika.

Ylöspäin suuntautuva ”keinuhevosliike”, liian korkeat hypyt, ohjaajaa päin hyppiminen, yms. hukkaa liike-energiaa; se kaikki on pois etenemisestä.

Kun on useita esteitä peräkkäin suorassa linjassa ja ohjaaja juoksee sivussa mukana, niin etenkin aloitteleva koira hakee helposti tukea ohjaajasta, ja käy aina esteen välissä lähempänä ohjaajaa sen sijaan, että menisi oikeasti aivan suoraan = vauhti kärsii.

Koiran itseluottamus ja halu mennä eteenpäin tärkein tekijä vauhdin kannalta; MINÄ OSAAN!-asenne.

Hyppytekniikkakurssi, 27.09.2009, VarPS/Varkaus: Ulla Kaukonen

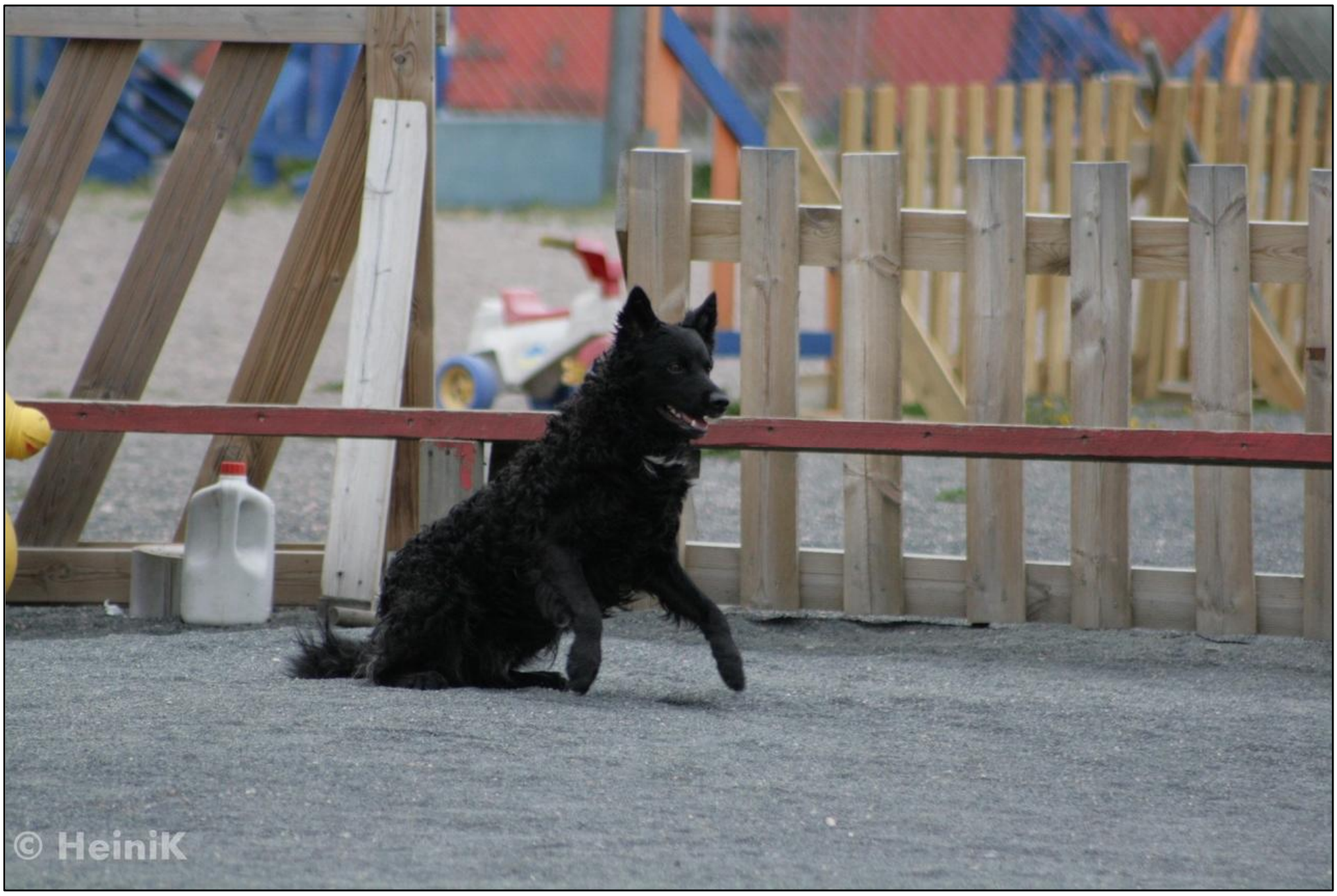
Treeniohjeita

Aluksi harjoitus ihmisille. Laita kädet ristiin. Jokainen tekee sen aina jommalla kummalla tavalla. Avaa sitten kädet ja tee se tietoisesti väärin päin, siis niin, että eri peukalo tulee päälle ja kaikki sormet siirtyy vastaavasti yhden lokeron ylöspäin. Onnistui varmasti. Kymmenen minuutin kuluttua pyydetään tekemään sama uudestaan. Menee niin kuin olet aina tehnyt, ellet erikseen keskity laittamaan sormia niin kuin pyydettiin vaihtamaan ne. Toinen tapa tuntuu oudolta, epämiellyttävältä, jopa väärältä aluksi, ja kestää, että siihen tottuu. Sama koskee koiran hyppytekniikkaa: kun se on tottunut omaan tyyliinsä, muu (myös teknisesti parempi) tuntuu kummalliselta, ja vaatii paljon toistoja ja totuttelua, jotta alkaisi tuntua yhtä hyvältä.

Ongelman korjaus kestää 6 kk - 2 v. Jos treenaa muun ohella, niin ongelmakohtaa hiotaan 1-2 kertaa viikossa. Jos pitää muusta taukoa, niin ongelmaa voi hioa 3-7 kertaa viikossa. Kolme sessiota, kussakin 2-5 toistoa, sen jälkeen tauko.

Lähtöasento

Tämä on oleellinen. Istuminen paras ja asennon hienosäätö tärkeä, erityisesti, jos koira jo muutenkin luonnostaan etupainoinen tms. Tulee istua takajalat tiiviisti koiran alla, ei sojota ulospäin, ei istu lonkallaan, ei vinossa, tms. Etujalat ovat koiran alla, ei pitkällä edessä, eikä myöskään liian takana. Koira ei nojaa taakse eikä eteen, vaan istuu ryhdikkäästi suorassa. Etujalat ovat keskenään samalla tasalla ja molemmat jalat maassa, ei toinen ilmassa, muuten lähtee yksijalkaisena. Jos paino on jo lähdössä edessä, niin ei taatusti saa siirrettyä sitä taakse ja siten koottua itseään hyppyyn!



- Treenataan namilla, jos istuminen on huono. Joka lähdössä voi korjata namilla useita kertoja oikeaan paikkaan, niin pikku hiljaa parantaa. Kärsivällisyyttä, huonoa istumisasentoa ei saa koskaan palkita päästämällä koiraa esteille!
- Palkkaa koira säännöllisesti (= liki aina) siitä, että se jättää targetin (jos veitte sen yhdessä) ja tulee kanssasi pois sieltä. Palkkaa lähdössä istumisesta, erityisesti, jos joudut korjaamaan sitä namilla houkuttelemalla (= imuttamaan parempaan kohtaan). Houkutin tulee antaa koiralle AINA, jos sellaista joutuu käyttämään. Vertaa siihen, että pomo lupaa töissä, että saat satasen ekstraa, kun teet tämän, ja sitten tehtyäsi se sanookin, että no saat sen vasta ensi kuussa, ei kai haittaa. Koiraa ei saa huijata namilla houkutellen ja sitten jättää antamatta sitä, “kun saat kohta ottaa tuolta targetilta sen toisen”. Palkkaa välillä myös paikalla pysymisestä, myös jo osaavaa koiraa!

Häiriöharjoittelu/ohjaajan liikkuminen radalla erikseen.
Säännöllinen harjoittelu, kerran viikossa riittää ylläpitoon, mutta ei missään nimessä kehitä koiraa!

”Mokanami”

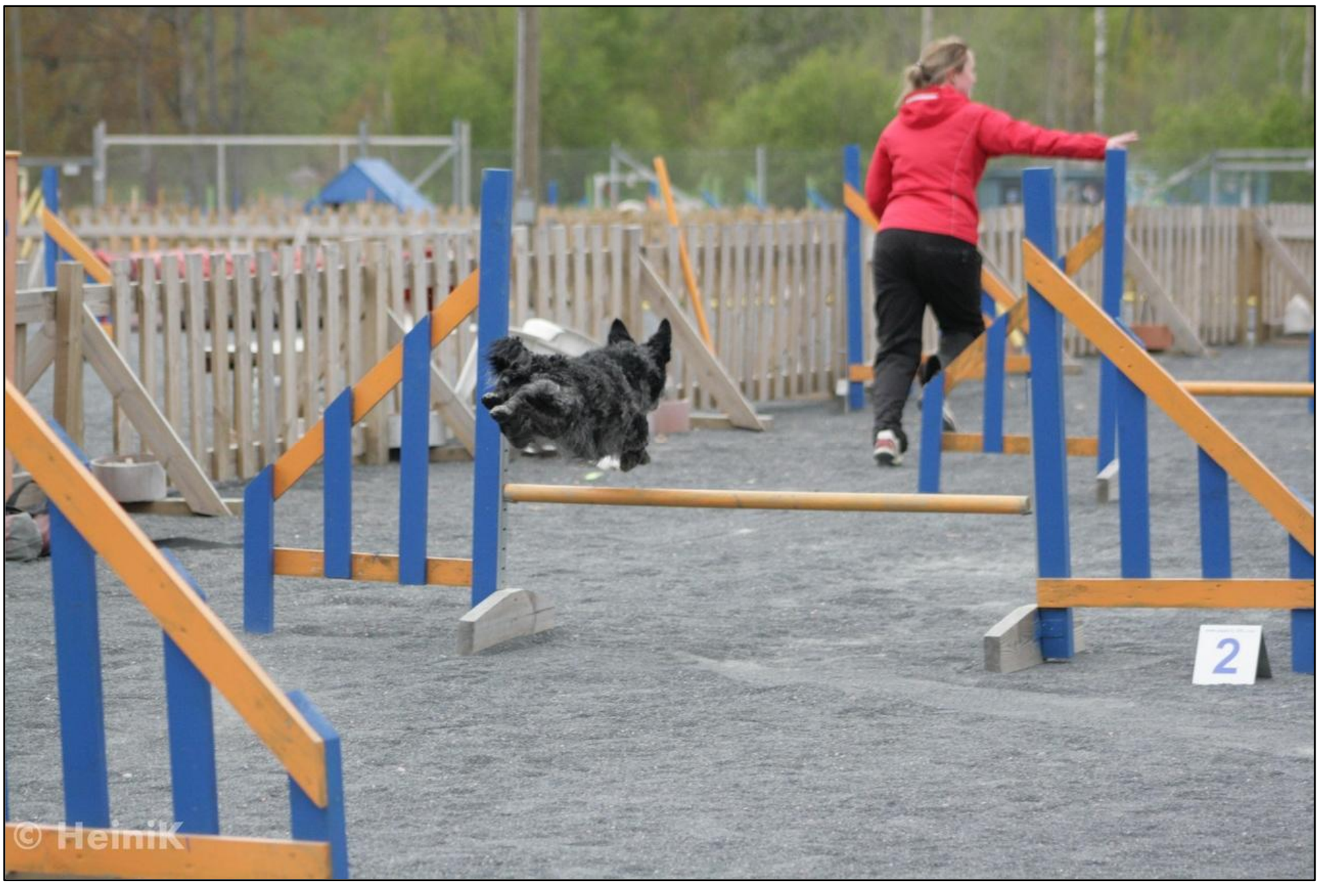
Herkille, paineistuville yms. koirille: kun koira paineistuu esteellä, ei palkata siitä. Sen sijaan pyydetään koiraa heti tekemään jotain, mitä se varmasti osaa, esim. istu, maahan, anna tassu ja palkataan siitä. Tarvittaessa toistetaan useita kertoja, jotta koiralle tulee “ei se ehkä olekaan vihainen”- tai vielä mieluummin “jee, se tykkää musta taas”-olo. Sitten voidaan palata esteelle (ottaa se uudestaan alusta, sillä välin ohjaaja toki analysoi miksi rima putosi, ja tekee muutoksen sen korjaamiseksi). Paineistuminen johtuu yleensä siitä, että ohjaaja on aiemmin suuttunut, kun rima on tippunut, tms. Hyppytekniikkakoulutuksessa pudotuksista ei koskaan suututa, ne ajatellaan vaan informaationa ohjaajalle.

Ratatreeni

Älä vahvista väärää tapaa. Toisaalta koiralle pitää antaa palkka aina, kun se yrittää. *(Minulle jäi vähän epäselväksi, mikä tämä ero sitten on. Ilmeisesti kaikenlaista rataa voi kokeilla kerran. Jos ei suju, jotain pitää muuttaa, eikä turhaan junnata sitä samaa, jolloin koira pääsee tekemään saman virheen aina vaan uudestaan. Se käytös vahvistuu turhaan silloin. Mutta, jos lähetät koiran hyppäämään tietyn pätkän ja se hyppää, sen kuuluu saada siitä palkka vaikka rimat tippuisi tms. Sinun tehtäväsi on vähintään analysoida miksi tippui ja tarvittaessa muuttaa harjoitusta ennen kuin otat uudestaan, ts. helpottaa niin että koiran on mahdollista tehdä oikein eikä väärä tapa vahvistu.)*

Rimakorkeudet

Vaihtele aina! Nimenomaan ei haluta opettaa koiralle pelkkiä kisakorkeuksia ja “automaattista samanlaista hyppyä”, vaan opettaa se lukemaan korkeuksia, etäisyyksiä ja kaikkea mikä hyppyyn kulloinkin vaikuttaa. Jos treenaa aina kisakorkeuksilla ja joskus kisaakin joustavassa maassa, kuten hiekassa, niin koira uppoaa hiekkaan ja hyppy on korkeampi kuin treeneissänne = yleensä tulee ongelmia. Perussarja käy lämmittelynä, kun koira osaa sen.



Treenataan aina sillä koiralla mikä paikalla on tänään! Vaikka eilen olisi tehty 30 cm täydellisesti ja tänään ei suju edes 15 cm, ei saa jumiutua “kyllä sen pitäisi jo osata, kun eilenkin onnistui”–mantraan, vaan tehdään sillä mikä nyt onnistuu. Opetetaan koiraa tekemään oikeat ratkaisut, ei junnata sitä mikä ei suju, koska se nimenomaan vahvistaa väärää tapaa.

Pennut

4-6 kk:n iässä voi aloittaa, mutta korkeus ei saa ylittää koiran rannetta, eli todella matalat rimat ihan oikeasti. 9-10 kk:n iässä rimat “näytetään”. Ei korkeita, koska jos koiralle ehtii yhdenkin kerran tulla ajatus siitä, että se oli vaikeaa (voi tulla vaikka ihmisen silmään koira selviäisi kuinka hyvin, eikä tiputtaisi), se ei välttämättä korjaannu koskaan. Muista, että hyvä hyppytekniikka on pitkälti itseluottamusta ja helppojen harjoitusten tuomaa MINÄ OSAAN–asennetta!

Jos tämän kurssin kouluttaja saisi valita, kisaikärajaa nostettaisiin 18 kk -> 24 kk. Nykyään 1,5 v:n iässä kisaavien on täytynyt aloittaa harjoittelu kovin aikaisin. Kasvulevyt sulkeutuvat 14 kk:n iässä, muu kroppa on valmis 24 kk:n iässä -> pentu ei hallitse kroppaansa, erityisesti isot koirat pitkään honkkeleita koikkelehtijoita, jotka eivät ymmärrä omia ulottuvuuksiaan.

Mieluiten tehdään ponnareilla pitkään, jotta koira ei vahingossakaan törmää rimoihin. Ekoilla kerroilla rima ponnarin päälle poikittain ja sitten pikku hiljaa normaalisti. Yksi harjoite per viikko, toistoja 2-4 kerrallaan. Harjoitteita ovat tasasarja, kasvava sarja, slice ja kaarre.

Venyttelyt

Ei raajojen venytyksiä, koska koira ei hyödy niistä niin kuin ihminen. Jäähdyttelylenkki korvaa raajavenytykset.

Venyttelyt tehdään lämmittelylenkin jälkeen, mutta ennen lämmittelyesteille menoa. Hitaan kävelyn voi tehdä kentälle tullessa eli myös lämmittelyn jälkeen, noin pari minuuttia riittää.

Koirien venytyksiä on yhteensä noin kolmesataa. Tässä esitellään ainoat, jotka sopivat sellaisinaan kaikille koirille. Yksilölliset ohjeet on hyvä hakea, edellyttää ammattitaitoisen fysioterapeutin (/koirahierojan) luona käymistä. Kaverin koiran ohjeet eivät todennäköisesti sovi omalle, vaikka niillä olisi sama vaiva!

Rangan taivutukset 3-5 kertaa/puoli, joka toinen toiselle puolelle.

1) Koiran takapää tuetaan joko kyykyssä olevan ohjaajan haaroihin/vatsaa vasten tai pidetään kädellä koiran lonkasta vastaan. Namilla ohjataan koiran kuono koskemaan sen lonkkaa. Jos koira ei taivu perille asti, EI SAA innostaa yrittämään lisää, vaan annetaan nami siinä mihin asti koira yltää. Edistys on usein melko nopeaa ja pian koira yltää loppuun asti.
2) Muuten sama, mutta ohjataan namilla koiran kuono koskemaan sen takajalan varpaita.
3) Hidas kävely: koira liikkuu niin hitaasti, että se nostaa vain yhtä jalkaa kerrallaan. Opetetaan namilla, hyvin vilkkaalle koiralle voi olla aluksi tosi hankalaa, siihen oma tekniikka, jota vaikea selittää sanallisesti ☺
    - tasaisella, pieni koira nurmikolla, iso hakkuuaukiolla, jotta on esteitä, helpottaa usein homman tajuamista
    - ylämäkeen: vahvistaa lonkkien syvätukea
    - alamäkeen: vahvistaa lapojen syvätukea

Syvätuki

(Pinnalliset ja) syvät lihakset. Syvät = pieniä, herneenpalon kokoisia, selkänikamien välissä ja nivelten ympärillä. Väsyvät todella nopeasti. Kun syvät eivät jaksa, niin nikamat hankaavat toisiaan = sattuu, jolloin koira jäykistää pitkät selkälihakset tukemaan niitä. Koira on silminnähden jäykkänä tällöin. Hyppytekniikkaharjoituksissa seurattava juuri tätä; kun koira jäykistyy, pitää lopettaa!

Pennuilla on luonnostaan hyvä syvätuki. Vain hidas liike ja staattinen tasapaino kehittää syvätukea. Mikään tuntikausien metsässä juokseminenkaan ei auta näihin! Siksi harjoittelu usein unohtuu ja pennun kasvaessa syvät lihakset surkastuu, erityisesti, jos on vilkas pentu, joka ei vahingossakaan itsekseen kävele hitaasti yms.

Syvätuki surkastuu myös, jos nikamaan/niveleen tulee lukko: esimerkiksi koira kaatuu, liukastuu, törmää, heittää kuperkeikan kaverikoiran törmätessä, jne. On 24 h aikaa avata lukko, muuten lihas jää pysyvästi poikki. Hieronnassa voi myöhemmin avata, mutta lihas ei enää korjaannu, vaan on vammainen lopun ikää. Vammautunut lihas jumiutuu jatkossa hyvinkin pienestä kolhusta.

Agilityn kannalta tärkeimmät:

- lapatuki
- lonkkatuki
- vartalon syvätuki: syvät vatsa- ja selkälihakset
    - silta, jota pitkin liike-energia siirtyy takapäästä alkaen

Kontaktiongelmat erityisesti A:lla ovat usein syvätuki- ja takaosan hahmottamisongelmia. Koira voi tietää mitä sen pitäisi tehdä, mutta se ei vain fyysisesti pysty tekemään sitä.

Vastauksia kuulijoiden kysymyksiin

Peitsaaminen

Koiralla on kävelyn ja ravin välissä oleva askellaji, jolle ei ole edes suomenkielistä nimeä, ts. hyvin huonosti tunnettu. Muistuttaa kovasti peitsaamista ja kouluttaja ei erota niitä toisistaan, maallikolle vielä vaikeampaa. Peitsaus on kuitenkin yleisesti ottaen huono juttu, aina oire jostakin. Vaikka vaan koirasta riippumaton eli koira on remmissä ja ohjaaja kävelee liian hitaasti. Pitemmän päälle jumittaa selkälihakset -> parasta siis ottaa vakavasti heti.

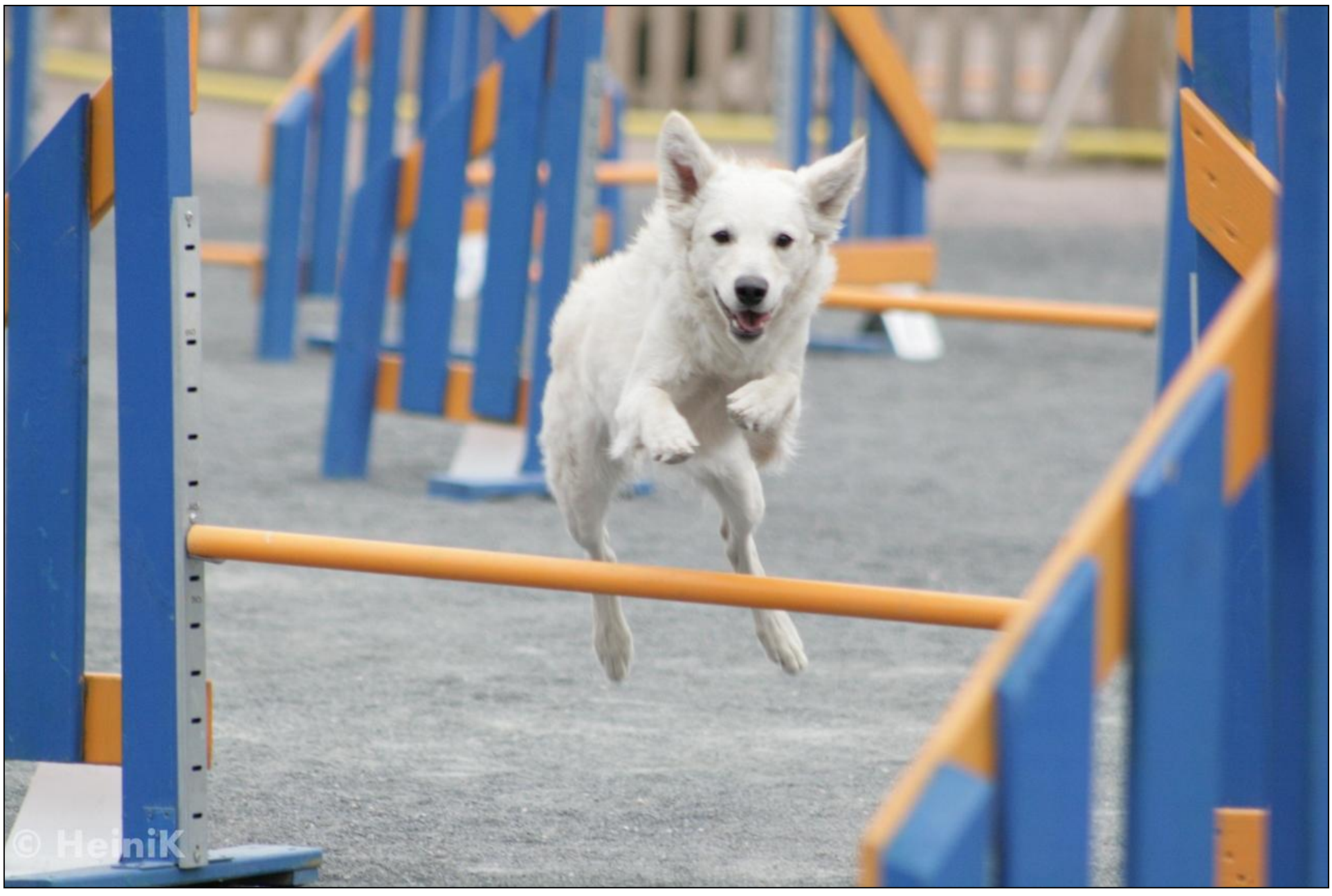
Takajaloilla kävely

Lihasten kehittämismielessä takajaloilla kävely, “kurre”-temput, pallon heitto korkealle, yms: koira on nelijalkainen eläin ja sen rakenteella kuuluu pitää jalat maassa. Selkärangalla ei ole lainkaan suojaa, kun koira seisoo kahdella jalalla -> riski halvaantumiseen tai pienempään niksahdukseen hyvin suuri. Oman harkinnan mukaan temppuja voi tehdä kun koira on tuettuna ja hyvin rauhallisessa mielentilassa (= äkkiliikkeet epätodennäköisiä). Ei edes kehitä syviä lihaksia, takajalkoja ja reisiä kyllä. Pomppivaa palloa kiihkeästi hyppien jahtaava koira on hyvin altis virhearvioinneille. Kivien ja kantojen päälle edestakaisin hyppiminen ei ole hyödyllistä, vaan huomattavasti kehittävämpää (syvätuki) on antaa koiran tasapainoilla paikoillaan esteiden päällä. Osaavalta koiralta voi myös pyytää istumista, maahan menoa, tassun antoa, yms. rauhallisia asentomuutoksia. Kotona sohvan selkänojalla paikalla makaaminen on pienille/pienehköille koirille hyvä harjoitus.

Metrin pk-hyppy

Tästä kysyin itse. Kouluttajan mielestä tehdään liikkuvan hypyn mallilla eli laitetaan kolmen esteen perussarja ja sitten viimeiseksi pk-hyppy. Vaihdellaan etäisyyttä kuten harjoituksessa. Tarkoitus on siis opettaa koiralle ponnistuspaikan valintaa. Kysyin miksi ihmeessä agilityrimoja sotketaan sinne mukaan, eihän koira joudu koskaan tulemaan pk-esteelle agiesteiltä, mutta niiden tarkoitus on opettaa vain sitä ponnistuspaikan valintaa. Ja onhan agilityssakin muuri, joka on koiran silmiin aika samanlainen kuin pk-hyppy. Itse pk-hyppyeste pidetään aluksi matalana ja pikku hiljaa korotetaan. Korkeutta ja etäisyyttä ei saa muuttaa samaan aikaan, vaan aina vaan yhtä kerrallaan, jotta tietää mistä muutos koiran käytöksessä johtui.

Umpinaisen esteen päältä ponnistaminen on yleistä ja johtuu siitä, että koira ei luota siihen voiko sinne hypätä. Vaikka käytte ennen hyppyä esteen takana katsomassa, koira saattaa pelätä silti, että maa on kadonnut ja se hyppää rotkoon. Kun ponnistaa päältä, on vielä mahdollista pungertaa itsensä takaisin päin. Luottamus yleensä rakentuu itsestään, kun treenaa tarpeeksi, eikä koskaan hypytä koiraa umpiesteeltä huonolle alustalle.

Noin isossa hypyssä näin pienellä koiralla on avainasemassa painon siirto taakse. Jos koira ei kokoa itseään kunnolla ja ponnista hyvin, se ei pääse yli. Erityisesti noutokapulan kanssa tämä on hyvin hankalaa, kun kapula entisestään lisää painoa koiran etuosaan, ja painonsiirto on osattava tehdä hyvin voimakkaasti.

Korkeaa hyppyä voi treenata aluksi myös ihan vaan agilityriman avulla, se on umpinaista estettä helpompi psykologisesti, eikä siitä voi ponnistaa päältä.