



ФИЗИЧЕСКИЙ ТРЕНИНГ СОБАК В ВОПРОСАХ И ОТВЕТАХ

Зинаида Панфилова

Уважаемые читатели! Мы публикуем статью, которая посвящена достаточно новой для российских собаководов области — физическому тренингу собак. Мы не сомневаемся, что статья вызовет большой интерес. Возможно, некоторые положения этой статьи покажутся спорными или даже провокационными — но автор смело приглашает нас к дискуссии и готова ответить на вопросы читателей журнала, касающиеся физтренинга. Мы думаем, что эта тема будет обязательно продолжена в следующих выпусках нашего журнала и поэтому открываем новую рубрику «Физтренинг». Ждем ваших писем! Редакция журнала «Дрессировка и спорт».

Панфилова Зинаида Юрьевна — инструктор по дрессировке, студентка отделения кинологии Зооинженерного факультета Московской Сельскохозяйственной Академии им.Тимирязева. В настоящее время работает в Экспертно-криминалистическом центре МВД России, дрессирует собак-детекторов пахучих следов человека, участвует в проведении судебных экспертиз и исследований. Прошла обучение на курсах физического тренинга собак в США. Специализируется в области физической подготовки собак более 5 лет. Имеет собственные апробированные разработки в кинологическом физтренинге. Зинаида любезно согласилась рассказать нам о физическом тренинге собак, его видах и возможностях, а также поделиться с нами собственным опытом и полученными результатами.

ОТ АВТОРА:

Я с большим удовольствием расскажу нашим спортсменам-кинологам и собаководам о физическом тренинге собак, который преследует цель достижения успеха в борьбе за высокие выставочные и спортивные ранги, мощных для тренинга способах устранения недостатков экстерьера собак и улучшения качества уже имеющихся животных. Заранее прошу читателей журнала детально и внимательно обдумать все сведения и идеи этой статьи, прежде чем браться за практику на основе чтения одного из выборочных мест изложенной информации. Возможно, некоторые вещи, о которых пойдет речь, могут, на первый взгляд, показаться читателю весьма спорными и сомнительными, потому что в бытовательском представлении многих из нас, в этой области кинологии нет ничего сложного и неизвестного. Это вовсе не так. Физический тренинг в кинологии является, в какой-то мере, квинтэссенцией многих современных областей знаний, и не терпит несерьезного к себе отношения. За ошибку здесь платят успехом, здоровьем, а порой и жизнью собаки.



Что же такое физический тренинг в собаководстве и для чего он нужен?

Наверное, многие наши спортсмены обращали внимание на кондицию собак своих зарубежных коллег в период проведения специализированных выставок и соревнований по дрессировке. Достижение собаками данных форм зарубежные спортсмены и судьи объясняют результатами специальной физической подготовки собак или их физического тренингом (далее — физтренингом).

Еще 2 - 3 года назад в нашей стране мало кто знал о влиянии физического тренинга на экстерьер и поведение собаки. В представлении российского кинолога-обывателя эта область до сих пор изобилует ложными представлениями, порой переходящими в мифы. Проще говоря, постоянное таскание собакой шины на шлейке, бег за велосипедом и обкалывание животного анаболиками и стероидами — также далеки от профессионального физтренинга, как средневековая алхимия от университетского курса органической химии.

Что лежит в основе современного физтренинга собак и как развивалось данное направление в кинологии?

На самом деле, в основе современного физтренинга собак лежат опытные (экспериментальные) ответвления бодибилдинга и фитнеса: от сочетания определенных видов нагрузок и диет до применения специальных пищевых добавок, широко используемых в современном бодибилдинге. Здесь нет ничего удивительного, ведь физтренинг

собак с 50-х до 80-х гг. XX века являлся опытной базой стремительно развивающегося культуризма. Именно на собаках, как на наиболее подходящем и доступном материале индустрией культуризма были апробированы практически все разработки в области бодибилдинга, начиная с наращивания мускулатуры, и кончая исправлением недостатков опорно-двигательной системы. На этих же собаках решались и многие задачи нейро- и психофармакологии. Лишь ближе к середине 80-х гг. XX века физтренинг собак стал самостоятельной областью кинологии, причем областью весьма закрытой.

Помимо высокой трудоемкости, системного сочетания физических нагрузок и диет, необходимого наличия у практикующего специальных знаний, закрытость физтренинга собак объясняется его последователями и тем, что уверенность в себе и агрессивность «раскачанной» собаки резко возрастают, и без должного контроля, могут сделать такую собаку социально опасной.

Каким образом физическая сила натренированного животного влияет на его поведение?

Уверенность собаки в себе, ее агрессивность повышаются иногда прямо пропорционально проводимым занятиям по физической подготовке, если они контролируются опытным специалистом. Это объясняется естественными гормональными сдвигами во время физических тренировок (повышение выработки эндокринной системой организма уровня гормона тестостерона).

Зинаида Панфилова о своей собаке:

У меня есть собака - ротвейлер по кличке Цезарь (Ceasar GG). В феврале ему исполнился 5 лет. Ко мне он попал в возрасте четырнадцати месяцев и, на удивление, совершенно случайно. Как-то раз я позвонила своему старому знакомому и узнала, что он продает ротвейлера, попавшего к нему через третьи руки, вывезенного из известного американского питомника. Я заинтересовалась, решила съездить и взглянуть на собаку. Изначально я не собиралась покупать взрослого кобеля, но, все-таки, решила его посмотреть. По приезду я увидела это животное, которое даже собакой-то было трудно назвать. Мало того, что он оказался у перекупщиков, которые и не рассчитывали его продать (от него просто избавились): он был весь в шрамах, худой, выглядел 7-ми месячным узкогрудым щенком, а движения его были ужасны из-за серьезной травмы задней конечности, которая была получена в результате жестокого систематического избиения. Не стоит даже упоминать о кондиции этой собаки, которую на протяжении трех месяцев кормили сырой капустой вперемешку с пустым рисом, и то, не каждый день. Более того, на него натравливали других собак, а после драк привязывали к батарее и били до такой степени, что он не мог сидеть, - только лежал. Скорее по привычке, я поставила это животное в стойку, поддерживая его двумя руками. И тут я увидела и поняла... что это Собака моей мечты!

По приезду ко мне домой, он начал метаться из одной комнаты в другую, что продолжалось несколько дней. Когда же мы выходили

с ним на улицу, все смотрели на нас с большим сочувствием, даже с жалостью. Я принялась кормить его шесть раз в день маленькими порциями, чтобы не вызвать дисфункцию желудка. Дегельминтизацию пришлось проводить несколько раз различными видами препаратов из-за кишашщих в собаке плоских червей. Через месяц я уехала на дачу к знакомым, где и начала заниматься с Цезарем физтренингом. Сначала был курс общеоздоровительного физтренинга и лечебных тренировок с коррекцией задней конечности. Затем мы стали заниматься культуристическим тренингом.

Все начиналось постепенно, со специально разработанных диет и постоянных ежедневных тренировок - в жару, дождь и снег! Это и ходьба, и бег, и плавание, и буксировка груза, и массаж, и многое другое. Через полгода Цезарь превратился в великолепную собаку с превосходными движениями и мышечным рельефом. С ним был поставлен рекорд по объему грудной клетки - 105 см. Собака, со слов зарубежных экспертов, была неотразима. Цезарь легко обходил своих конкурентов на выставках, и уже в 20 месяцев «закрыл» Чемпиона России. Описания экспертов были великолепными, - без единого недостатка. Всеми отмечалась результативность физтренинга данной собаки, а в некоторых случаях, эксперты даже примечали его «схожесть» с Арнольдом Шварцнейгером по мышечной массе и ее рельефу. В короткий промежуток времени он стал чемпионом Молдавии, Грузии, Румынии, Белоруссии и Америки, кандидатом в Интернациональные Чемпионы красоты.

Что касается одного из утверждений физтренеров о возможности социальной опасности «раскачанных» животных, то это обусловлено рядом иных факторов. В этом состоит один из аргументов о закрытости информации о методах профессионального физтренинга. Проще говоря, если у собаки имеется какие-либо патологии психики, либо поведение ее исходно приближено к социально опасному (например, не любит детей, швыряется на собак и т.п.), то в результате тренировок («раскачки») может быть пройден этап латентности таких проявлений. Понятно, что если данные методики будут широко пропагандироваться и применяться людьми, не могущими контролировать собаку, более того - специально воспитывающими из своих собак терминаторов, - это может стать серьезной проблемой, о чем и говорят профессиональные физтренеры.

Кто является основным потребителем услуг кинологического физтренинга?

В основном, физтренеры за рубежом курируют физподготовку собак для спецподразделений силовых структур. Услугами физтренера собак там в частном порядке могут воспользоваться лишь состоятельные люди, как правило, владельцы крупных питомников и профессиональные спортсмены, например, при подготовке ездовых или беговых собак, собак для соревнований по ИПО или Шутсхунду и т.п. (стоимость месячного курса физтренинга собаки в США колеблется в пределах 5-7 тысяч долларов - прим.автора).

Если физический тренинг собак получил широкое распространение в кинологии, то почему же методы профессионального физического тренинга практически не известны широкому кругу кинологов и спортсменов?

Об использовании физической подготовки собак, сочетающейся с фармакологическими приемами и специальными диетами, эти люди, как правило, стараются не распространяться, облегчая своим питомцам победы в уже априори не равной конкурентной борьбе. Более того, распространяемые мифы о кинологическом физтренинге с применением анаболиков и стероидов (в профессиональном физтренинге они уже практически не используются) отталкивают от этой области кинологии, формируют предвзятое отношение рядовых спортсменов к данной проблеме, что на руку их более продвинутым коллегам. Ведь, как известно, соперничество в кинологии не исключает некоторых допустимых хитростей.

Каковы возможности современного физического тренинга собак, и чем он может быть полезен российским собаководам и спортсменам?

Если владельцев собак интересует физический тренинг их питомцев, то интерес этот, как правило, преследует одну из следующих целей:

- подготовка к выставкам;
- исправление и корректировка недостатков анатомии;

в) подготовка к спортивным соревнованиям, соревнованиям по дрессировке, подготовка ездовых или беговых собак и т.п.;

г) улучшение здоровья собаки (ветеринарный или лечебный физтренинг).

Кроме этого, занятия физтренингом могут способствовать повышению уверенности в себе и агрессивности собаки, а также «дисциплинированности» собаки и ее владельца. Физтренинг воспитывает собаку и человека, способствует быстрому формированию из них команды.

Различаются ли программы подготовки для перечисленных групп собак?

Программы подготовки для перечисленных четырех групп кардинально отличаются друг от друга по целям и, соответственно, по средствам, за счет которых реализуются. То, что облегчает жизнь собаке и владельцу в повседневной жизни (например, исправление физических недостатков) - это одно, то что нужно «выставочной» собаке - это другое, и вовсе может не подходить спортивной собаке. К тому же, физтренинг для разных конституций и возрастных групп собак (щенка, подростка и взрослой собаки) кардинально различаются.

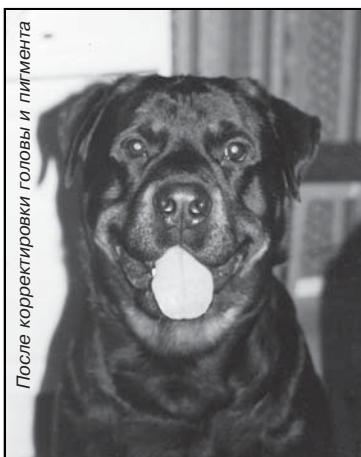
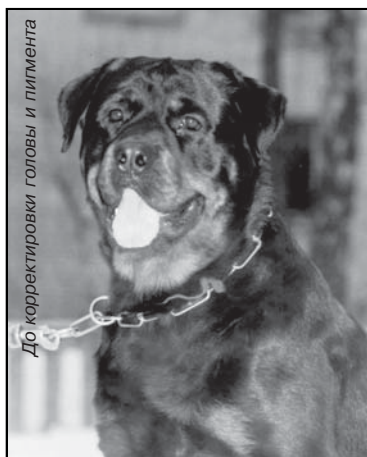
Целью лечебного физтренинга является посильное устранение недостатков анатомии собаки. Недостатки анатомии собаки могут быть врожденными и приобретенными. И те и другие, в большинстве случаев, могут быть устранены с помощью специальных индивидуальных курсов физтренинга для собак, как правило, не позже 2-летнего возраста.

Большинство специалистов от физтренинга собак сходятся во мнении, что исправление недостатков, приобретенных в результате неправильных физических нагрузок во время роста и развития костной системы, намного сложнее

Большинство специалистов от физтренинга собак сходятся во мнении, что исправление недостатков, приобретенных в результате неправильных физических нагрузок во время роста и развития костной системы, намного сложнее коррекции некоторых врожденных анатомических дефектов животного...

коррекции некоторых врожденных анатомических дефектов животного.

Разумеется, существуют определенные рамки коррекции этих двух групп недостатков. Из врожденных недостатков собак коррекции лечебного физтренинга подлежат: так называемая «узкогрудость», невыраженный форбруст, неправильный постав передних и задних конечностей, неправильные углы и пропорции задних конечностей, «мягкая» спина, неправильные пропорции головы (корректируется, в основном, за счет наращиваемых мышц), не выраженный половой деморфизм (может корректироваться гормональными средствами). Не подлежат коррекции: дисплазия тазобедренных и локтевых суставов, неправильная линия спины («проваленная» спина), искривленные предплечья, серьезные анатомические аномалии опорно-двигательного аппарата и врожденные уродства. Из приобретенных недостатков коррекции подлежат: слабость связок и неправильный постав передних и задних конечностей, мягкость и неправильный постав ушей, неправильные движения, несоответствие кондиции, слабость опорно-двигательного аппарата и атрофия мышц. Коррекции подлежат также ослабленная из-за неправильного



содержания и кормления пигментация шерсти, глаз и десен собаки, что достигается индивидуальной диетой с введением в рацион собаки специальных пищевых добавок. Коррекция пигментации тоже, как это ни странно может показаться на первый взгляд, входит в область профессиональных знаний физического тренера собак. Практически не подлежат коррекции приобретенные недостатки, закрепленные с возрастом собаки (более 2-3 лет), а также недостатки, приобретенные в результате неправильных физических нагрузок.

Физтренинг для щенков выполняет основную роль профилактики всевозможных анатомических недостатков собаки и пороков развития, формирует плацдарм для создания оптимальной структуры ее двигательного аппарата, положительно влияет на дальнейшую обучаемость животного и силу формируемых нервных процессов.

При подготовке к выставке физтренинг ставит целью наращивание мышечной массы, усиление пигментации, формирование движений собаки в соответствии со стандартом данной породы. Кстати, стандарт породы любой физтренер собак должен знать как «Отче наш!» Без этого ему в собаководстве делать нечего. Вызывает сожаление нынешнее состояние некоторых пород, эксперты по которым (тем более, заводчики) даже не открывали породные стандарты.

При подготовке к спортивным соревнованиям физтренинг, по определению, ставит целью повышение выносливости собаки на фоне усталости, а также повышение уровня ее силы, уверенности в себе и желаний борьбы).

Следует ли из того, что подготовка «выставочных» и «спортивных» собак различается, что они как-то будут различаться по типу внешне!

Даже внешне «выставочный» и «спортивный» тип собак достаточно сильно отличаются. Например, служебная собака в «выставочной» форме может иметь до 20% подкожного жира от общей мышечной массы, что уже не приемлемо для той же собаки в период спортивных соревнований, когда ее подкожно-жировая прослойка должна составлять не более 12% и не менее 9%. (У сук процент подкожного жира всегда должен быть выше, чем у кобелей, примерно на 3-5%. - прим. автора)

Этот период «спортивной формы» собаки (который, обратите внимание, также является периодом физиологического стресса) никогда не должен превышать 5-6 месяцев. Это максимально допустимое без вреда для здоровья время нахождения животного в пределах физиологической прочности организма. Сочетание специальных нагрузок и массажа при определенных белковых диетах повышают выносливость животного, дают ему высокую подвижность на фоне легкости и свободы движений, формируют оптимальный для спорта мышечный рельеф и поведение собаки. Также необходимым для успеха условием является использование специальных пищевых добавок, извлекающих дополнительную энергию для тренировок и роста мышечной массы.

По истечению спортивного периода собаку в обязательном порядке переводят в т.н. предсоревновательный период с соответствующим постепенным изменением нагрузок и сопутствующих диет.

Как же построить программу тренировок, например, спортивной собаки, чтобы достичь ощутимых результатов?

Продолжительность тех или иных типов тренировок должна вводиться постепенно, обязательно сочетаться с определенной программой питания и, конечно, с полноценным отдыхом. Как правило, на начальных этапах с собакой занимаются два раза в день при нарастающей

продолжительности занятий от 5 до 40 минут. При профессиональном построении программы физтренинга ощутимых результатов можно достичь менее чем за месяц тренировок. При правильном построении тренировок с индивидуальной программой питания, мышечный рельеф бывает замечен уже после первых занятий (достигается за счет активизации кровотока в мышечной ткани; длится не более 120-180 минут). Данный эффект реализуется грамотным сочетанием непродолжительных по времени (от 8 сек. до 12 мин.) легких и тяжелых физических нагрузок (например, бега, различного вида ходьбы с изменениями темпа и скорости движений, плавания в сочетании с тяжелыми видами нагрузок - буксировкой груза) с последующим анаболическим массажем, т.е. специальным видом массажа акупунктурных точек, воздействующего на эндокринную систему организма собаки, а также массажем мышц.

Можно ли применять в качестве вспомогательных средств для физтренинга различные утяжелители, например специальные ошейники и шлейки с грузами?

Современный кинологовический физтренинг не использует эти предметы. Помимо того, что данные средства, как правило, не дают ожидаемого эффекта, они к тому же могут являться основной причиной развития приобретенной дисплазии тазобедренного сустава у собак.

Из снаряжения в физтренинге собак используются два поводка (1м-1.5м; 3м), специально удлиненная до области крупы собаки буксировочная шлейка с 6-ю кольцами (ее делают из обычной 3-х кольцевой), рывковая цепь и груз в виде, например, автомобильной шины. В некоторых случаях могут использоваться специальные беговые дорожки для собак. Пользуясь ими, можно достаточно точно дозировать нагрузки, осуществляя при этом полный контроль над сердечной деятельностью собаки и работой ее мышц. Но и здесь необходимо также помнить о том, что все нагрузки вводятся постепенно. Пожалуй, это основные приспособления, используемые в кинологовическом физтренинге.

Используются ли в физтренинге собак велосипеды?

Велосипеды могут применяться в физтренинге для приведения в форму ожиревших собак, и то, только в том случае, когда к этому нет противопоказаний. Все нагрузки также вводятся очень постепенно. Опасность применения велосипеда - невозможность для тренирующего чувствовать адекватность применяемых нагрузок и контролировать (в том числе, резко изменять) скорость движения животного, когда это необходимо. Проводник или тренер, работающие с собакой, обязаны следить за состоянием ее дыхания и сердечного ритма, чтобы давать ей оптимальные нагрузки для достижения требуемых результатов. Специальное оборудование при использовании велосипеда, как правило, не требуется.

Что относится к тяжелым физическим нагрузкам, применяемым в физтренинге собак?

К тяжелым физическим нагрузкам относится буксировка груза. При буксировке могут использоваться летние шины легковых автомобилей без дисков. На начальном этапе тренировок можно использовать шину от отечественного автомобиля «Ока».

Что Вы можете сказать об использовании автомобиля в физическом тренинге собак?

Использовать автомобили в тренировках категорически нельзя. Наверное, не надо доказывать отсутствие результативности бега за выхлопной трубой автомобиля, и повторяться относительно того, что сам владелец-автомобилист не может чувствовать нагрузку на собаку, контролировать работу ее мышц и общее физическое состояние даже через окошко автомобиля, держа собаку за поводок. Кстати, последнее является ни чем иным как воплощением извечно русской мечты о «Емеленой пещке».

Какие наиболее частые ошибки допускают владельцы собак при их физических тренировках?

Неправильное сочетание нагрузок, их продолжительности и сопутствующих диет - самая частая и, к сожалению, самая опасная по последствиям ошибка владельцев собак. Результатом глубоких заблуждений здесь бывают запредельные резкие нагрузки, не только не приносящие пользы, но иногда и калечащие собак. Все нагрузки вместе с индивидуальной диетой должны вводиться постепенно, с соответствующим введению курсу сокращением продолжительности прогулок собаки. Продолжительность прогулок уменьшают во избежание истощения животного и утери т.н. «мышечной памяти» в момент интенсивного роста мышечной ткани (120-180 мин после тренировки).

На моей памяти был случай, когда американские физтренеры спорили по поводу увеличения или уменьшения нагрузки на полминуты или об увеличении веса буксируемого груза на 100-200 граммов! Что уж говорить о некоторых «специалистах» от кинологии, пускающих своих собак, подобно «Титанику» в получасовое плавание по водоему с утяжеленным ошейником и тасканию автомобильной шины до фиолетового языка!

Необходимо также помнить, что успех в формировании выносливости и наращивании мышечной массы за счет физических упражнений - лишь 10-я часть общей программы физтренинга, 90% которой, как правило, составляет специально разработанный динамичный рацион кормления.

Назовите основные принципы питания собак при физтренинге, например, применительно к подготовке собак к спортивным соревнованиям!

Общие принципы питания для физтренинга собак следующие (цифры в схеме даны из расчета на немецкую овчарку):

1. Собака должна получать с пищей энергии больше, чем расходует. Например, для кобеля немецкой овчарки, активно тренирующегося перед соревнованиями, необходимо 2500 - 3000 Ккал, для суки - 2000 - 2500 Ккал. В зимний период при такой же интенсивности тренировок данные цифры повышаются на 15-20%.
2. Питание спортивной собаки должно оптимально сочетаться с применяемыми физическими нагрузками. Помимо двух основных кормлений, собака должна получать 2-3 дополнительных кормлений, состав рациона которых зависит от применяемой программы физтренинга. Всего за сутки собака должна получать 55-60% углеводов и 25-30% белков. За час до тренировок собаку кормят обогащенной углеводами пищей - 100-150 гр., в течение двух часов после тренировки - продуктами, обогащенными белками и обладающими высоким гликемическим индексом (ГИ - это не что иное, как способность пищи быстро повышать уровень сахара в крови). Сразу после тренировки собаке необходимо давать с пищей 40-60 гр. углеводов и 20-30 гр. протеина.
3. Пища спортивной собаки должна быть максимально приближена к жидкому состоянию. Именно в таком состоянии организм способен ее в полной мере усваивать и использовать в построении мышечной ткани. Твердая пища с теми же характеристиками при активных физических нагрузках полноценно усваиваться не будет.
4. Владелец тренируемой собаки постоянно должен контролировать количество вводимой с пищей протеина в соотношении с массой тела животного (не менее 2,2 гр. на 1 кг. веса собаки).
5. Перед сном собаке необходимо давать небольшое количество пищи (например, на взрослого кобеля немецкой овчарки - 3 овсяных печенья или 5-6 зерновых хлебцев; сухой корм в данном случае не используется).
6. Тренируемая собака должна иметь полноценный отдых. Собака должна спать не менее 8 часов в сутки, стрессорные факторы должны быть полностью устранены или максимально нивелированы.

Кроме перечисленных выше основных правил, при кормлении спортивной собаки важно соблюдать хронологию белков, жиров, углеводов и витаминов. То есть, соблюдать их необходимые сочетания в тех пропорциях и последовательности, в которых они усваиваются организмом с наибольшим КПД и меньшими энергозатратами. Необходимо отметить, что вырастить собаку-чемпиона на одном сухом корме, пусть даже специализированном, весьма проблематично. Да, он может быть основой питания спортивной собаки, но с обязательным добавлением в ее пищу дополнительных источников легко усвояемой энергии.

Какие витамины и другие пищевые добавки применяются при физическом тренинге собак?

В физтренинге собак широко применяются витамины и различного рода добавки, необходимые для воздействия на мышечную и нервную системы животного. Поливитамины применяются в течение полугода. Далее следует такой же по времени перерыв в их приеме. В качестве пищевых добавок применяются белково-углеводные коктейли, разветвленные аминокислоты, адаптогены, минеральные добавки, различные энергетические добавки (креатин, АТФ, кофеин, и др.). В отдельных случаях могут применяться стероиды, анаболики и даже гормональные препараты. Стероидные и анаболические средства достаточно вредны для организма и в настоящее время в физтренинге собак практически не применяются. Гормональные, как и психотропные препараты, иногда могут рекомендоваться к приему в

качестве сопутствующего биохимического средства, например, при сложных ситуациях в коррекции поведения собаки.

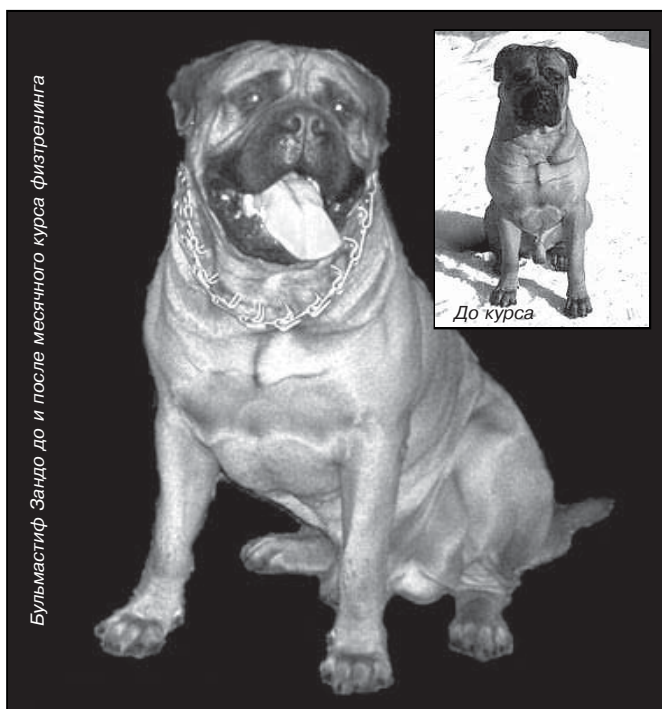
Насколько соответствует истине, что недельный курс витамина С перед соревнованиями может подготовить собаку к предстоящему стрессу, а ударная доза перед выступлением - значительно повысить работоспособность и выносливость?

Если говорить о применении витаминов, то хочется опровергнуть мнение о том, что большая доза витамина С может дать эффект повышения выносливости. Применение ударных доз аскорбиновой кислоты перед соревнованиями не дает повышения работоспособности и выносливости, так как витамин С, в первую очередь, является сильнейшим антиоксидантом, выводящим из мышц молочную кислоту, что, в свою очередь, приводит к ослаблению мышечного тонуса и, как следствие, болям в мышцах при интенсивных физических нагрузках. А, вот, месячный курс применения до соревнований комплекса витаминов А, Е, С равносильно по эффективности стероидному курсу (но без его негативных последствий!) и способствует естественной нормализации мышечной работы и высокой адаптивности нервной системы.

Существуют ли типичные схемы устранения тех или иных недостатков у собак? Можете ли Вы привести типичную схему тренировок для повышения выносливости собаки, например, при подготовке к выставке?

В физтренинге собак существует множество таких схем. Как правило, эти схемы разрабатываются тренером на основе стандартных существующих с учетом дифференцированного подхода к устранению тех или иных физических недостатков конкретного животного.

Приведу пример. У трехлетнего кобеля немецкой овчарки, вывезенного из Венгрии, по прибытию в Россию обнаружили проблемы с выносливостью. Когда собака двигалась по рингу рысью на максимальной скорости, то такой темп кобель не выдерживал более двух минут и начинал задыхаться, особенно в жаркую погоду. Курс физтренинга был начат за три недели до Кубка РСВНО-2002г. Занятия проводились 3 раза в неделю с постепенным увеличением их продолжительности от 5 минут до 2 часов. Тренировки были построены следующим образом: в начале следовала спокойная прогулка до места проведения занятий. Далее следовал бег галопом на свободном поводке или без поводка в горку (от 2 до 4 метров). Сет длился от 1 повтора до последующих 20 повторов (в конце курса) с промежутками - отдыхом в статичном положении (60 секунд). Далее занятия завершались бегом по периметру футбольного стадиона от 5 м до 2 км. Данная ринговая подготовка была разделена на две части: бег по прямой линии со слегка натянутым поводком, затем - бег по кругу с корректировкой скорости на поворотах. Во время бега осуществлялся визуальный контроль над дыхательным ритмом собаки. При сбое ритма, после минутного перерыва, упражнение повторялось заново. Тренировки по приведенной схеме сочетались со специально подобранной диетой,



разработанной на основе общих принципов питания, о которых я уже говорила. В результате проведенной подготовки собака прошла монопородную выставку в головке ринга, двигалась с одинаковым темпом в течение нескольких часов в жару, ни разу не сбив дыхания.

Вопрос по поводу лечебного физтренинга. Многие интересуются проблемой исправления различных недостатков у своих питомцев, например таких, как размет передних конечностей. Что вы можете посоветовать владельцам собак на основе собственного опыта коррекции подобных проблем экстерьера?

К сожалению, размет передних конечностей – наиболее часто встречаемый недостаток, особенно у крупных пород. Сразу оговорюсь, что речь пойдет об исправлении размета у собак до 2 - 2,5 лет, не вызванного остео-арткулярными заболеваниями.

Приведу такой пример. Ко мне обратились владельцы кобеля немецкой овчарки возраста 2,5 года. Из-за размета передних конечностей собаку прозвали «балеруном». Ситуация была достаточно сложной: помимо того, что собаке было более 2 лет, ее лапы были сближены до такой степени, что касались друг друга в стойке, размет передних конечностей образовывал тупой угол. Для данной собаки была разработана следующая программа лечебного физтренинга.

1. Снижение питания до 30% от стандартной суточной нормы.
2. Применялись следующие препараты:
 - глюконат кальция в таблетках (дозу данного препарата увеличивали с 1 до 10 таблеток к концу двух недель тренировок) давался собаке ежедневно после еды перед вечерним сном;
 - ветеринарный препарат «Гелакан Профи» - 1 столовая ложка в утреннее кормление;
 - витамины «Олиговит» 1/2 таблетки в вечернее кормление;
3. Ежедневные лечебные тренировки были построены в следующем порядке:
 - бег медленной рысью с 10 м. на первом занятии до 500 м. в конце курса занятий;
 - перерыв 60 сек;
 - ходьба с переменной ритма движения (от медленного к быстрому и наоборот) от 10 м до 1000м.

После ежедневного месячного курса данных упражнений, его программа была дополнена постепенно вводимыми тяжелыми физическими нагрузками - буксировкой шины (собака шла рядом с тренером шагом) на шлейке от 2 м. до 20 м. к концу месячного курса. Буксировка шины всегда проводилась отдельным занятием (помимо вышеописанных упражнений). Обращаю внимание, что прогулка с собакой до тренировок длится не более 20 минут, после тренировок выгул собаки вообще не производится.

К концу второго месяца занятий размет передних конечностей практически исчез. На первой же выставке экспертом он не был выявлен. Собаке успешно стали делать выставочную карьеру. В настоящий мо-

мент эта собака чемпион России в альтернативной РКФу организации («Добрый мир», СКОР), победитель своих монопородных выставок.

В приведенных Вами схемах даются цифры, которые могут вызывать недоумение у наших спортсменов. Например, на начальных этапах тренинга: бег в горку от 2 метров или буксировка шины на ту же дистанцию. Неужели это настолько принципиально? Разве нельзя сразу начинать тренировки, к примеру, с 20 или с 50 метров?

Нет, нельзя! Эти схемы научно обоснованы и апробированы на протяжении десятилетий. Принцип: чем больше и продолжительнее нагрузки, тем лучше – к ним не подходит, так как, минимум, сведет на нет эффект тренировок. Именно по этой причине так мало людей достигают значимых результатов в этой области. В моей практике, только один владелец собаки самостоятельно, на основе моих подробных рекомендаций, смог за два месяца нарастить мышечную массу своему бульмастифу до культурностической. Он был гомеопатом! Помните, человека, использующего в лечении препараты, где концентрация лекарства исчезающе мала, заранее не смущали данные цифры и схемы, которых он неукоснительно придерживался...

Можно ли физтренингом «раскачать» собаку до «культурностического» уровня и какие породы наиболее пригодны для этого?

Да, некоторые породы можно «раскачать» до такого уровня, но труд этот подобен работе скульптора, очень кропотливый и трудоемкий. Опять же, этот эффект достигается сочетанием различных видов тренировок со специально подобранным питанием. К тренингу собак-«культуристов» не подходят вышеприведенные тренировки. Это отдельная тема разговора. Скажу только, что когда такая собака выходит в ринг, она поражает своей красотой и движениями.

К наиболее подходящим породам собак по этому виду тренировок можно отнести ротвейлера, американского стаффордширского терьера, американского бульдога, бульмастифа, добермана, боксера, других молоссов, а также некоторые породы собак, сходные с ними по типу конституции. Здесь также существуют свои ограничения для пород с другим типом конституции и мускулатуры. Это собаки-«легкоатлеты», например, немецкая и бельгийская овчарки, беговые собаки. Зато они обладают великолепным сухим рельефом.

Применяете ли Вы свои знания в работе с собаками-детекторами на службе в МВД?

Конечно, я не делаю из них культуристов, но применяю свои знания в корректировке их поведения, например, для собак с ярко выраженным подвижным типом (русский охотничий спаниель). Особенно, если собака очень активная, даже суетливая. Речь не идет о применении психотропных препаратов. При несложных формах коррекции поведения могут применяться витаминные и минеральные комплексы. Даже всем нам известный глюконат кальция в таблетках, применяемый по определенной схеме, может дать эффект, по уровню воздействия превосходящий некоторые специальные медицинские препараты.

Если у вас есть вопросы к Зинаиде Панфиловой относительно общих принципов тренировок с собакой или решения специфических проблем, то присылайте письма к нам в редакцию. В следующих номерах Зинаида ответит вам на страницах нашего журнала.

Жители Москвы могут обратиться непосредственно по телефонам: 341-71-39; 8-903-716-99-22.

реклама