

Seh-Schärfer

Siehst du deinen Hund –
oder erkennst du wirklich, was er dir
zeigt?



Warum dieses Workbook

Du siehst deinen Hund jeden Tag.

Und trotzdem ist oft nicht klar:
Was ist eigentlich normal – und was nicht?

Viele Veränderungen sind leise.
Sie fallen nicht sofort auf.

Dieses Workbook hilft dir, genauer hinzusehen.

Nicht zu bewerten.
Nicht zu interpretieren.

Sondern Unterschiede wahrzunehmen.

Kapitel 1 – Warum richtiges Hinsehen wichtiger ist als jede Übung

Stell dir vor, du willst ein Instrument spielen.

Du kannst sofort auf die Tasten hauen –
aber ohne Gefühl bleibt es Lärm.

Genauso ist es mit deinem Hund.

**Ohne geschulten Blick für die Grundlagen
bleibt vieles dem Zufall überlassen.**

Vielleicht hast du schon voller Motivation
mit Übungen oder Tools wie Wackelkissen
angefangen.

Das wirkt aktiv –
aber ohne Basis entsteht oft mehr Schaden als Nutzen.

Dein Hund kompensiert kleine Einschränkungen.
Er macht mit.

Doch jede falsche Belastung verstärkt das Problem.

Sehen kommt vor Trainieren.

Nur wenn du erkennst, was wirklich passiert,
kannst du deinen Hund sinnvoll unterstützen.

Kapitel 2 - Die 5 Basics des genauen Hinsehens

1. Haltung – wie steht dein Hund?

Mini-Übung

Stell dich ruhig vor deinen Hund.
Nimm dir einen Moment und schau bewusst hin.

Achte auf:

- Steht dein Hund gleichmäßig auf allen vier Pfoten?
- Wirkt die Haltung stabil – oder leicht ausweichend?
- Ist der Rücken gerade – oder zeigt sich eine Tendenz?

Eine unausgeglichene Haltung ist oft das erste Signal.

2. Bewegungsablauf – wie läuft dein Hund?

Mini-Übung

Lass deinen Hund einige Meter in ruhigem Tempo gehen.

Beobachte ihn von der Seite und von hinten.

Achte auf:

- Wirkt die Bewegung gleichmäßig und fließend?
- Sind die Schritte auf beiden Seiten vergleichbar?
- Bleibt der Körper stabil oder zeigt er deutliche Ausweichbewegungen im Becken zur Seite?

Ein unruhiger Bewegungsablauf fällt oft erst in kleinen Unterschieden auf.

3. Symmetrie – Das versteckte Gleichgewicht

Mini-Übung:

Beobachte deinen Hund in alltäglichen Situationen:

Beim Stehen.

Beim Sitzen.

Beim Wechsel zwischen Bewegungen.

Achte auf:

- Belastet er beide Seiten gleichmäßig?
- Weicht er in bestimmten Situationen immer wieder zu einer aus?
- Nutzt er eine Seite deutlich mehr als die andere?

Asymmetrien sind oft Warnsignale.

Sie wiederholen sich.

4. Muskelspannung – was Muskeln verraten

Mini-Übung:

Nimm dir 2 Minuten Zeit und fahre sanft mit der Hand über Rücken, Flanken und Oberschenkel deines Hundes.

Achte auf:

- Fühlt sich der Rücken locker und elastisch an – oder eher hart und verspannt?
- Weicht dein Hund aus, wenn du bestimmte Stellen berührst?
- Zuckt er am Rücken, wenn du ihn unerwartet berührst?

Das solltest du ernst nehmen.

Weicht dein Hund bei Berührung aus, ist das kein Zufall.

5. Koordination – wenn alles im Körper zusammenspielt

Mini-Übung:

Achte im Alltag darauf, wie dein Hund Bewegungen ausführt.

Achte auf:

- Setzt er die Pfoten sicher und gezielt auf?
- Stolpert er oder wirkt er manchmal „unkoordiniert“?
- Schafft er Richtungswechsel flüssig – oder wirkt es stockend?
- Wirken Bewegungsabläufe harmonisch und leicht – oder schleift manchmal die Pfote über den Boden?

Das solltest du ernst nehmen.

Unkoordinierte Bewegungen zeigen sich oft in kleinen Unsicherheiten.

Kapitel 3 – Was viele falsch einschätzen

Irrtum 1: Mein Hund zeigt schon, wenn etwas nicht stimmt.

Leider nein.

Hunde kompensieren lange.

Viele Veränderungen sind subtil.

Sie fallen im Alltag oft nicht sofort auf.

Wer erst reagiert, wenn es offensichtlich wird,
hat die frühen Signale oft schon übersehen.

Irrtum 2: Das verwächst sich noch

Klingt erstmal beruhigend: Ist aber oft leider nicht so.

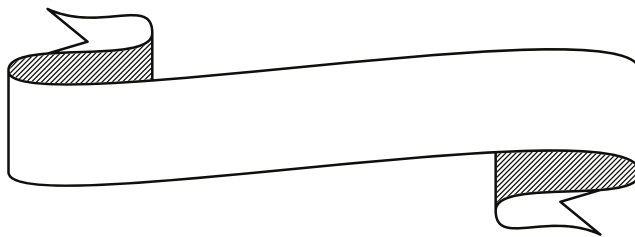
Ein unsauberer Bewegungsablauf bleibt selten ohne Folgen.

Was früh entsteht, bleibt nicht stehen.

Irrtum 3: Übungen machen immer fit

Bewegung ist wichtig.
Aber nicht jede Übung ist sinnvoll.

Fehlt die Grundlage,
können Übungen Probleme verstärken.



Jetzt wird es konkret.

Es geht nicht darum, mehr zu machen.
Sondern besser zu sehen.

Übung 1: Der Foto-Check im Sitzen

Mach ein Foto frontal im Sitzen.

Achte auf:

- Sitzt dein Hund mittig – oder kippt er leicht?
- Bleibt er ruhig sitzen – oder korrigiert er sich?
- Wie stehen die Vorderläufe?

Tipp:

Mach regelmäßig Fotos.

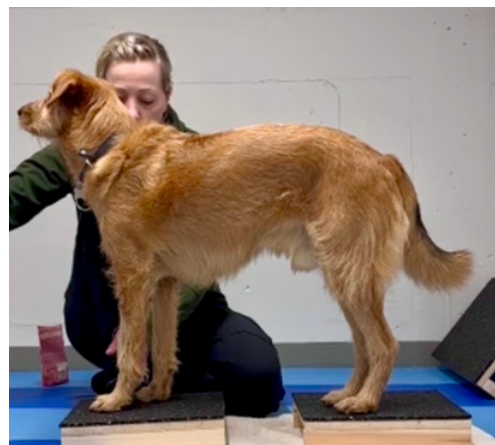


Übung 2: Der Foto - Check im Stehen

Mach ein Foto von der Seite.

Achte auf:

- Wirkt der Rücken locker, gerade und entspannt?
- Belastet er alle vier Pfoten gleich?
- Steht ein Bein etwas weiter vor oder zurück?



Tipp: Wiederhole das regelmäßig.

Übung 3: Der Bewegungs-Scan

Beobachte deinen Hund 30 Sekunden im Gehen.

Achte auf:

- Läuft er federnd oder wirkt es eher steif?
- Bewegt sich die Hinterhand symmetrisch?
- Gibt es kleine Ausweichbewegungen?

Unruhe zeigt sich selten offensichtlich.

Tipp: Filme die Bewegung.
In Zeitlupe erkennst du mehr.



Übung 4: Signale in Ruhe

Beobachte deinen Hund in seinen Ruhephasen.

Achte auf:

- Wechselt er oft die Position?
- Liegt er immer gleich?
- Ist er nachts unruhig?

Häufige Positionswechsel können ein Hinweis auf Unwohlsein oder Schmerz sein.

.

Übung 5: Dein Beobachtungstagebuch

Notiere täglich eine kleine Beobachtung.

- Was ist dir aufgefallen?
- Wann tritt es auf?

Nach einigen Tagen werden Muster sichtbar.

Dein Blick hat sich verändert

Nimm dir einen Moment und geh noch einmal durch, was dir aufgefallen ist.

Fragen:

- Was hast du anders gesehen als vorher?
- Welche kleinen Veränderungen sind dir aufgefallen?
- Wo bist du unsicher geworden?
- Was würdest du jetzt genauer beobachten?

Und genau hier beginnt der nächste Schritt.

.

Dein nächster Schritt

Du hast begonnen, deinen Hund anders zu sehen.
Aber wirklich verstehen reicht noch nicht.

Du brauchst Klarheit.

Genau hier setzt mein **Online-Vortrag** an.

Stiller Schmerz beim Hund – Frühe Warnzeichen erkennen.

- Du erkennst, was normal ist – und was nicht
- Du kannst Bewegung sicher einordnen
- Du bekommst Klarheit für deinen Alltag

Scanne den Code und sieh dir das
kostenlose 3-Minuten-Video an.

Danach wirst du deinen Hund
anders sehen.

