



Anne Pekkanen ja Zeus.

Kunnonkohotusta KOIRAHIIHDOLLA

Teksti: Anne Pekkanen Kuva: Terttu Pekkanen

Talvella 1998 pohdin ääneen, Rajasaaren koirapuistossa Helsingissä, miten saisin erittäin aktiivisen parivuotiaan weimariurokseni väsyttettyä talvisilla city-lenkeillä. Seurassani ollut herra suositteli hiihtovetoa ja niinpä suuntasimmekin heti kokeilemaan. Zeukselle husky – valjaat päälle, itselle pölyjen alta kaivetut murtsikat jalkaan ja joustava naru meidän väliin – ”go”! Zeus katsoi kerran taakse ja lähti vauhdilla vetämään! Siitä alkoi monivuotinen, hauska harrastuksemme ja kunto kohosi niin koiralla kuin emännällä.

Hiihtoveto on ideaali aktiiviselle ja atleettiselle rodulle kuten weimari. Metsästyskaudella rakennettu peruskunto pysyy yllä läpi talven ja samalla yhteistyö koiran kanssa tiivistyy entisestään. Koirahiihto on helppo aloittaa ja tarvittavat välineet saa alle sadalla eurolla. Talvikauden loputtua voi vaihtaa sukset lenkkareihin ja harrastus voi jatkua.

Nykyinen weimarini, Mimmatrix Frida, on vajaa kaksivuotias, joten tänä talvena aloitamme kevyesti harjoittelun.

Viime talvena Frida totutteli valjaisiin ja sai juosta vapaana suksien edellä, jotta tottuu suksien ääneen. Päästäksemme hyvään alkuun tapasimme **Sanna Rankin**, joka on Tuuloksen koirakerhon vetovastaava.

Lumen puuttuessa laitoimme lenkkarit jalkaan ja Sanna meni edellä omalla Manu-koirallaan. Fridan liike suuntautui siten helpolla eteenpäin ja koira ei keskittynyt pohtimaan perässä tuntuva vetoa. Meno oli heti vauhdikasta ja muu-

taman kilometrin hölkkä tuntuikin reississä useamman päivän.

Sanna on harrastanut koirahiihtoa ja -pyöräilyä jo useamman vuoden. Hänen suursnautseriuroksellaan on hyvät geenit vetolajeihin, joten koiraa ei ole tarvinnut houkutelua juoksemaan. Tärkeää onkin, että koira aidosti nauttii menosta.

Sannan mukaan lajin aloitus hänen osaltaan oli yhdistelmä suunnitelmallista koiran valintaa ja oman juoksuinnostuksen mukanaan tuomaa käytännöllisyyttä.

SANNAN KOLME TÄRKEINTÄ NEUVOA KOIRAHIIHDON ALOITTAJALLE

- Opeta koirallesi, että vasta käskystä saa lähteä vetämään. On hankala yrittää kiinnittää suksia, sauvoja ja suoristaa vetonaruja, jos koira hyppii neljä jalkaa ilmassa ja vetää ennen aikojaan.
- Ohituksia ei koskaan treenaa liikaa. Opetä koiralle ohittamaan kummaltakin puolelta, pysähtymään käskystä ja olemaan välittämättä muista hiihtäjistä.
- Opettele itse luisteluhiihto hyvin, mutta älä jätä omaan hiihtotaitoosi vedoten kokeilematta koirahiihtoa! On aivan eri asia hiihtää koiran kanssa, siinä varsinkin oma roolini vahvan ison uroksen kanssa on lähinnä pysyä pystyssä ja ohjata menoa.



Koirahiihto ja -pyöräily ovat tulleet sitten mukaan tuomaan vaihtelevuutta.

Sanna - Miten näet weimarin soveltuvuuden lajiin? ”Weimarihan on metsästyskoira ja ruumiinrakenteensakin puolesta luotu liikkumaan. Saksanseisijat, pointterit ja setterit kuuluvat lajin huipuihin ja samaan ryhmään weimaritkin kuuluvat, joten edellytykset ovat loistavat. Lisäksi weimarin sosiaalisuus tekee siitä tähän lajiin helpon koiran, koska todennäköisesti ohitustilanteissa ei tarvitse pelätä koiran aggressiivista käytöstä.”

MIKSI HIIHTOVETO ON HYVÄ LAJI KOIRALLE?

Aktiivista koiraa ei saa väsyttettyä kävelytämällä, joten juoksu ja hiihto on luonnollinen tapa ottaa koirastakin mehuja irti. Laji, jossa koira saa vetää sielunsa kyllyydestä, on virkistävää vastapainoa koiralle ja on selvästi myös koiran psyykkeelle tehokasta nollausta. Koira oppii käyttämään koko lihaksistoaan ja varsinkin yhteistreenit sekä kisat ovat koiralle myös hyviä sosiaalisten taitojen opettamiseen.

MILLOIN VOI ALOITAA?

Koiran kanssa systemaattiset vetotreenit voi aloittaa vasta kasvuiän päätyttyä, mutta tietysti kaikenlainen liikunta on jo pennullekin hyväksi. Aika usein pienten pentujenkin kanssa jo ”treenataan” vetämistä siten, että pentu saa aavistuksen vastusta narusta ja sitten saa palkaksi ”juosta itsensä irti” mieleisen palkan luo.

Kannattaa aloittaa mieluummin varovasti ja treenata ohitukset, käännökset ja perustotelevaisuus kuntoon ennen oikeita vetotreneja. Tärkeimmät sanat on pysähtymiskäsky, vasemmalle, oikealle ja innostava sana, jolla lähdetään eteenpäin.

MITÄ VARUSTEITA PITÄÄ HANKKIA? Itselle luisteluhiihtovarusteet ja vetovyö.

Paras vetovyö on sellainen, joka tulee päälle kuin kiipeilyvaljaat ja siinä on paniikkilukko – esim. ManMat:n kilpavetovyö. Koiralle valjaat ja vetonaru, joka yhdistää hiihtäjän vetovyöstä koiran valjaisiin.

Tärkein on kuitenkin valjaiden sopivuus koiralle ja vetonarun pituus. Valjaat ei saa hiertää kainalosta eikä olla liian löysät tai kireät. Syvärintaisille koirille esim. ManMat:n Faster-valjas on hyvä. Vetonarun pitää olla joustava ja paras pituus on 2-3 metriä.

Hiihto on hyvä aloittaa lyhyillä matkoilla ja muistaa, että hiihtäjänä sinun tärkein roolisi on pysyä koiran vauhdissa – myös ylämäessä – ja narussa on koko ajan oltava tasainen veto! Ihan alkuun riittää muutaman kilometrin lenkki.

Sannan mukaan kannattaa satsata mieluummin yhteen hyvään ja hyvin suunniteltuun treeniin viikossa kuin moneen huonoon, jotta koira pysyy innokkaana. Kaksi kertaa viikossa on ideaali, jolloin toinen voi olla pidempi ja toinen lyhyt mutta sähköä, sisältäen esimerkiksi paljon ohituksia ja pysäytyksiä.

Treeneihin lähtiessä koiran pitää mieluummin olla nälkäinen kuin maha täysi, sillä mahalaukun kiertyminen on iso riski. Juottaminen ennen hiihtoa on aloitettava jo useita tunteja ennen, pieninä annoksina. Hyvä keino saada koira juomaan riittävästi on liuottaa lämpimään veteen tonnikalaa, maksalaatikkoa tai koiran purkkiruokaa. Muista tarjota koiralle haaleaa vettä myös heti treenin jälkeen.

MITÄ PITÄÄ VAROA TREENATESSA?

Jos aina höylää samaa lenkkiä samalla tahdilla niin koira voi kyllästyä ja silloin saattaa syntyä koiratappeluita. Koiran ei saa antaa treeneissä moikkailla toisiaan eikä saa myöskään antaa haistella tai

merkkeillä kesken menon. Ja treenin jälkeen koiralle heti takki päälle, jotta koira ei kylmety.

Jos koirallasi on herkät tassut niin kannattaa laittaa vaseliinia anturoihin ennen treeniä.

MISSÄ ON HYVÄ TREENATA?

Koirahiihtovuoroja on aika useilla koirakerhoilla ja -yhdistyksillä ympäri Suomen. Järven jäälläkin voi treenata, mikäli lumen pinta ei ole liian kova, joka rikkoo helpolla tassut.

Kesällä käyttöön tulevat ”ohjaajan jalat” ja voi kokeilla myös kicbikea, polkupyörää tai 3-4 pyöräisiä kärryjä. Kesän kuumimpia aikoja täytyy muistaa varoa lämpöhalvauksen takia.

Kommelluksiakin tapahtuu lajissa kuin lajissa ja Sannan ”paras” oli Kangasalla piirinmestaruuskisoissa 2009. ”Myöhästyttiin hieman lähtövalmisteluista ja kun ajanottaja laski ”kymmenen, yhdeksän..” niin laitton suksia jalkaan. ”seitsemän, kuusi...” heitin toppatakkaa pois päältäni. ”neljä, kolme...” poimin sauvoja maasta ja ”mene” -käskyllä porhallettiin jo täysiä, sauvat sain pujoteltua käsiin jossain 20 metrin jälkeen! Ja juuri kisapaikalla vähän ennen oltiin kaverin kanssa päätetty, että otetaan lähtö mallikkaasti, koiran täytyy istua ja odottaa lähtölupaa :D Mutta hyvin meni kisa loppujenlopuksi - taskussa piirinmestaruus!”

Kaikki siis innolla ladulle kasvattamaan omaa ja koiran kuntoa!

Hyviä linkkejä:

www.vul.fi - Suomen Valjakkourheilijoiden liitto ry

www.luonnossa.net/metsästyskoirat/koirahiihto

www.manmat.eu - paras mennä VUL:n sivuilla olevan linkin kautta.