ROZCVIČKA

ZAHŘÁTÍ

Postupné zvýšení tepové frekvence prostřednictvím pomalého zvyšování rychlosti z pomalé chůze do klusu.

Pes je zahřátý, když začne zrychleně dýchat pusou (trvá to cca 5 - 10 minut).

PÁTEŘ

Záklony (max. 90 stupňů), předklony hlavy, otáčení hlavy do stran, procházení mezi nohami, pivoty, osmičky..,

PŘEDNÍ + ZADNÍ KONČETINY

Podávání pacek, mávání, sedni, lehni, couvání,...

Pozn.: Čím pomalejší pohyb, tím lepší protažení.
Rychlost a rozsah pohybů je dobré v průběhu rozcvičky postupně zvyšovat až do maxima.

Zahřátého psa je potřeba po dobu tréninku udržovat v pohybu, jinak je třeba ho znovu rozcvičit.