

10 tips om veilig te gaan lopen met je hond.

Vele mensen nemen een **hond** als nieuwe jogpartner en ze zijn geweldig! Voordat je de weg oprent zijn hier enkele tips om op een veilige, leuke manier blokje rond te **lopen** met je beste vriend.

Plan je route

Het is belangrijk om te weten welke route je gaat nemen en ook om zeker te zijn of die route wel hondvriendelijk is. Je moet ook zeker weten of je hond deze route wel aankan, als deze moeilijk en uitdagend is.

Gezondheid

Voor je vertrekt moet je zeker zijn dat je hond gezond en wel is. Kijk even of hij wel zin heeft om te gaan lopen en of hij nog voldoende energie heeft. Als je hond ziek geweest is, vraag je dierenarts dan of het ok is om terug te gaan joggen.

Vertel het aan een vriend

Laat iemand weten waar en wanneer je naartoe gaat. Zeker als het een plek ver weg is of in een gevaarlijke buurt is.

Wat lekkers en wat water

We weten allemaal dat water enorm belangrijk is. Lekkernijen zijn dan weer handig als je in een heel nare situatie terecht komt, om bijvoorbeeld andere honden af te leiden of als jouw hond snel afgeleid is hem weer te laten focussen op het joggen.

Het weer

Niet enkel voor jouw maar ook voor je hond is het belangrijk om rekening te houden met het weer. Is het te koud? Is het te warm? Moet je hond een regenvest aan? Moet hij een koelingsvest aan? Wat vind je van schoentjes om zijn pootjes te beschermen?

Geknipte nagels

Zorg ervoor dat je hond zijn nagels geknipt zijn vooraleer je gaat joggen. De ongeknipte nagel kan scheuren en hevig bloeden. Als dit gebeurt zal je je hond terug naar huis moeten dragen.

De juiste uitrusting

Het is heel belangrijk dat zijn halsband in goede staat is. Als je dit op reserve hebt, is het altijd een goed idee om een extraatje mee te nemen. Zorg ervoor dat je hond niet kan ontsnappen uit zijn halsband.

De leiband

Om het joggen makkelijker te maken is het aangeraden om een speciale leiband hiervoor te kopen. Deze kan je rond je middel binden en zo blijven jij en je hond zeker bij elkaar zonder dat je hem moet vasthouden. Zorg er wel voor dat je geen uitrekbare leiband hiervoor gebruikt.

Wachten na het eten

Geef je hond de tijd om zijn voedsel te verteren voor jullie gaan joggen om braaksel te vermeiden. Een uur is normaal voldoende rusttijd, maar om zeker te zijn moet je aan je dierenarts vragen hoelang je het beste kan wachten. Dit verschilt voor iedere hond.

Stretchen

Zowel jij als je hond zouden moeten stretchen voor en na het joggen. Het vermindert de kans op blessures en op hevige spierpijnen.