

Få ro i begge ender af snoren på 6 min. med Mindful- Dogness

Jeg har siden 2005 hjulpet hundeejere med at få en god familiehund. Blandt andet igennem stresreducerende øvelser og positive indlæringsmetoder. Min erfaring er, jo mere du kan håndtere din egen stress, jo nemmere bliver det at håndtere din hund i pressede situationer og undgå at den stresser.

Derfor har jeg udviklet Mindful-Dogness, ud fra effektive terapeutiske mentaltrænings teknikker, og træningsmetoder, der dæmper stressniveauet hos både dig og din hund.



Min vision med mindful-Dogness konceptet er at hjælpe hunde og ejere til mindre stress, god kontakt, større samarbejde og mere ro og glæde for både dig og din hund.

Mindful-Dogness træningen hjælper dig i hverdagen, på træningsbanen, til konkurrencer eller andre steder, hvor du eller din hund føler pres.

Det får du med:

Ejer:

- Teori om stress (to do and not to do, når du eller hunden stresser).
- Effektive terapeutiske øvelser i mentaltræning og stresshåndtering hos dig selv

- Mindfulness øvelser
- Stress dæmpende vejrtrækningsøvelse
- Stress release teknik der virker mod akut stress
- Stress release teknik, der virker mod præstationsangst mm.
- Fysiske punkter der afhjælper stress
- Info om Naturmedicin der afhjælper stress

Hund:

- Indsigt i det gode lederskab
- Oversigt over typiske stress symptomer hos din hund
- Stress håndtering af din hund
- Indsigt i indlæringsmetoder der stresser
- Fysiske punkter der afstresser din hund
- Hvordan du bygger en stressfri træning op trin for trin
- Info om Naturmedicin der kan dæmpe stress

En del af kurset består udover de fysiske mødegange også af en hjemmestudie del, hvor du får materiale online som du kan studere og øve ud fra. Der vil være træningsøvelser og skriftligt materiale om teorierne bag.

Min baggrund:

Siden 1999 har jeg arbejdet professionelt med hunde, først i Grønland som slædefører, herefter i 2005 åbnede jeg mit eget træningscenter for familiehunde, hvor jeg både har haft pension, legestue, hunde i træningsophold, og almindelige træningshold, alt i alt har jeg hjulpet over 3000 hundejere med at få en mere rolig og lydig hund.

Jeg har både en bred praktisk men også teoretisk erfaring. (uddannet klikkerinstruktør, både hos, Hund & Træning, Canis, familiehundeinstruktør hos Lone Greva, hundeadfærdsinstruktør hos Rie Ravn og seminar, foredrag mm.)

Derudover er jeg uddannet pædagog, og terapeut. Uddannet inden for stresshåndtering, fobier og angst. Jeg er uddannet livsmentor, EFT terapeut, mindfulnessinstruktør og spirituel mentor fra ID Academy og adskillige workshops, foredrag og kurser både inden for menneske og hundeterapi.

Derfor ved jeg, at det kun tager 6 min. at få dit nerve system i ro, hvis du bruger de rigtige metoder, hvilket du blandt andet får med i Mindful-Dogness kurset.

Praktiske oplysninger

– Mødedatoer: Onsdage kl. 19-21

D. 25/3 uden hund

D. 1./4 med hund

D. 3/6 med hund

D. 17./6 med hund

Sted: Tåsinge Hundepark, Søren Lolks Vej 5, 5700 Svendborg

Pris: 2500 kr. (**Erly bird inden 17. Februar pris 1.800**)

Ratebetaling

1. Rate et kr. 1300 ved tilmelding.
2. Rate to kr. 1300 ugen inden første weekend.

Undervisningen:

Der vil være teoretisk og praktisk undervisning. Teorien vil som udgangspunkt foregå indendørs, hundene skal derfor kunne være alene i bilen eller i bur eller i snor inde.

Den praktiske træning vil foregå ude. Medbring derfor tøj og fodtøj til alt slags vejr.

Da formålet netop er at lære at skabe ro, så er alle hunde velkommen, uanset, størrelse, alder, race, køn. Kurset er netop for dig der har en urolig hund, eller for dig der selv kan stresse, når du er ude blandt andre. Det kan måske være du endda har social angst eller andre diagnoser, som gør det svært at slappe af.

Hele formålet er at skabe ro og lære det, så du kan sagtens deltage, selvom du har en hund der gør, kører op når den ser andre. Det er netop formålet at du får værktøjer og en træningsplan til at klare de situationer der stresser jer.

OBS!:

- Inden kursus start, skal du have udfyldt et spørgeskema om dig og din hund, som du får tilsendt på mail.
- Din hund skal være vaccineret og være dækket af en forsikring, der indbefatter hundetræning

Medbring:

- Vaccinations- og forsikringsbevis, der dækker hundetræning (kontakt dit forsikringsselskab)
- Gode små og lækre godbidder på størrelse med en lillefingernegl (f.eks. kyllinge-tern, pølsestykker)
- Vandskål
- Tæppe
- Sele
- Fast line (ikke fleksline)
- Praktisk tøj efter vejret
- Evt. Notes bog

Har du spørgsmål er du velkommen til at ringe eller skrive på 29605539 eller via mail grace@cleversupport.dk