



# HSV de Werkhond

## Teteringen

### Uithoudings Vermogen

Hond loopt naast de fiets in draf. Aanbevolen wordt een snelheid van tussen de 12 en 15 km per uur aan te houden.

#### **Voorbeeld van een trainingsschema:**

##### **1ste week**

3 dagen x 5 km per dag (Bijv. maandag, woensdag, vrijdag)

##### **2de week**

3 dagen x 8 km per dag (Bijv. maandag, woensdag, vrijdag)

##### **3de week**

3 dagen x 10 km per dag (Bijv. maandag, woensdag, vrijdag)

##### **4de week**

3 dagen x 12 km per dag (Bijv. maandag, woensdag, vrijdag)

**UV-examen:** Na de eerste 8 km is er een pauze van 15 minuten. Na 15 kilometer volgt een pauze van 20 minuten, en na 20 km is er een pauze van 15 minuten, waarna nog een appél oefening volgt.

Oververmoeide honden en honden die hun voetzolen hebben stukgelopen worden door de keurmeester van verdere deelname uitgesloten. Dit geldt voor het hele UV examen.