

Kombinationer och banor i agilityträningen

av Emelie Johnson Vegh och Eva Bertilsson, publicerad i Canis 2012

En av de saker som gör agility så fantastiskt roligt är den ständiga variationen. Ingen tävlingsbana är den andra lik! Hindrens ordning, avstånd och placering kan varieras i det oändliga. Detta innebär förstås att även på träning är det möjligt att bygga oändligt varierade kombinationer.

Hur bär man sig då åt för att träna sig själv och sin hund i att tackla alla dessa olika varianter som kan dyka upp? Med den här artikeln vill vi ge lite olika idéer till hur du kan tänka kring det här med kombinationer och banor, så att varje träningspass verkligen ger dig och din hund både ökad kunskap och stärkt självförtroende samtidigt som ni har kul ihop!

En ny svårighet i taget

Inom all den möjliga variationen på en agilitybana finns det ändå ett begränsat antal hinder, och för att ta sig fram mellan dessa räcker det faktiskt med ett begränsat antal handlingsmanövrar. Det är faktiskt fullt möjligt att vara väl förberedd för det som dyker upp!

Längre och mer komplexa kombinationer är alltid uppbyggda av mindre byggstenar i form av hinder och handlingsmanövrar. Tricket är – som så ofta i hundträningen - att öka svårighetsgraden stegvis. Detta sker lämpligen genom att träna nya svårigheter ”styckvis” innan du sätter in dem i kombinationer eller banor, och genom att ge både sig själv och hunden chans att lyckas med en utmaning i taget. Detta innebär att innan du ger dig i kast med en ny kombination, kolla att de hinder och handlingsmanövrar som ingår faktiskt är sådana som ni redan behärskar. Om din hund till exempel skulle vara lite osäker på däckets och springer på fel ställe ibland, så träna istället däckets separat eller i korta kombinationer där fokus är just på att belöna hunden för att den tar däckets. Och om du känner att du inte är riktigt säker på hur du ska göra i ett bakombyte, vänta då med att testa bakombyten i olika kombinationer och lägg istället träningstid på att verkligen lära dig själv hur du ska göra. Kör sedan korta kombinationer med ett bakombyte i taget, där du har chans att verkligen fokusera på just detta.

Sätt mål för varje övning

Varje gång du ger dig i kast med den ny övning är det bra att ägna en tanke åt vad målet är. Varför vill du köra den här övningen med din hund? Vad vill du att hunden ska lära sig av den? Har du tänkt förstärka något speciellt genom att belöna just detta? Din hund lär sig hela tiden, alltså kommer han att lära sig något i varenda övning ni kör. Ditt jobb blir att försöka se till att det han lär sig är sådant som ni har nytta av i er framtida agilityträning. ”När jag prickar däckets får jag ofta min favvo-belöning” är ett exempel på en bra lärdom. ”Så länge jag följer med åt det hållet min förare styr så kommer jag till hinder jag känner igen och gillar” är en annan bra lärdom. Ett par exempel på sådant vi *inte* vill att hunden ska lära sig är ”när det finns många hinder kommer det att dröja mycket längre än vanligt innan jag får någon belöning”...

Målet för en övning behöver absolut inte vara att allt ska bli rätt. Vi skulle tvärtom vilja säga att det är helt orealistiskt att få till ”allt”! Istället föreslår vi att fokusera på en sak i taget och slappna av på övriga områden.

”Testa” eller ”träna”?

Något som kan vara till hjälp är att mentalt skilja på "testa vad klarar" och "träna för att bli bättre på något speciellt". Att *testa* är lite som en frågesport, där ni helt enkelt får pröva vad ni klarar av. Att ge sig på övningar som ligger en bit utanför den egna bekvämlighetszonen är ett värdefullt och viktigt inslag i agilityträningen, och så länge du känner att du är schysst mot dig själv och din hund är det bara att köra! Gilla utmaningen, gör så gott du kan, och se hur det går! Självförtroende och en positiv attityd kan bära långt. Och även om det inte skulle funka riktigt som du tänkt dig så har du ändå lärt dig något om vilka som är era styrkor och svagheter, och den kunskapen är såklart värdefull när du ska planera er fortsatta träning.

Merparten av träningen tycker vi ändå bör bestå av att stegvis bygga upp era färdigheter. Och för oss som sysslar med belöningsbaserad träning är "träna hund" detsamma som att "förstärka önskvärda beteenden". Så när vi pratar om att "träna bakombyten vid däcket" bör det betyda "belöna hunden när den tar däcket fastän jag gör ett bakombyte" eller "belöna hunden för att den följer min handling då jag gör ett bakombyte vid däcket". Det är belöningarna som bygger beteenden, och detta är något som inte bara gäller i den tidiga grundträningen utan alltid. Meningen med hundträningen är ju att hela tiden öka hundens önskan att göra vad-det-nu-är du vill att han ska göra; det vill säga att förstärka önskvärda beteenden. Kombinationer och banor ska hjälpa till med detta! Därför är det lämpligt att skraddarsy de kombinationer du tränar, så att de matchar både dina mål och din och hundens nuvarande färdighetsnivå.

Små förändringar, stora framgångar

Oftast är det smart att bara köra en viss kombination en eller max två gånger. Sedan är det dags att ändra någonting! Varje liten variation du gör bidrar till att höja din och hundens kunskapsnivå. Du kan göra små förändringar i kombinationer som någon annan har ritat, eller du kan designa dina egna kombinationer och sedan göra små förändringar i dem.

Här följer några olika förändringar du kan göra:

- Byt ut något eller några hinder (till exempel, sätt in ett däck istället för ett hopp hinder)
- Vrid på ett par hinder så att vinkeln blir annorlunda
- Ändra avstånden mellan hindren
- Spegelvänd övningen
- Testa samma övning med olika handlingsstrategier (till exempel ändra hur du startar, hur långt ifrån hunden du är, om du väljer framförbyten eller bakombyten, et c).

Genom att göra successiva förändringar, istället för att ändra allt på en gång, får du och hunden nya utmaningar i lagom doser och lär er nya varianter i kända sammanhang.

Längden på kombinationen

Att köra en bana på 20 hinder är definitivt inte samma sak som att träna en liten övning på 2-3 hinder. Att hålla fokus och energi uppe i en lång övning kräver såväl uthållighet som förmåga att hitta tillbaka på spåret efter eventuella misstag (och detta gäller både dig och din hund!). För att lära hunden jobba länge för en belöning och samtidigt hålla koncentrationen på max hela tiden är det smart att "ping-ponga" fram och tillbaka med längden. Variera tiden till belöning så att hundens förväntan hålls på topp. Kör ganska många korta övningar där belöningen kommer snabbt, och växla med sådana där hunden får jobba längre för sin belöning. Hunden ska förstås inte veta vilket det blir – så vitt hunden kan veta ska varje liten del i kombinationen kunna leda till belöning!

Ett vanligt misstag är att övningarna görs allt längre och längre, och att man då glömmer möjligheten att belöna efter ett färre antal hinder. Kom ihåg att i ett belöningsbaserat träningsystem är det just belöningarna som bygger beteenden! Om hunden börjar tappa i energi eller börjar göra misstag (som ibland kallas "slarv") så är det ett säkert tecken på att något behöver förändras. Titta igenom din träning och se vad som behöver ändras. Kanske är det så att du behöver belöna oftare och på så sätt bygga upp förväntan, kunnande och uthållighet. Eller kanske behöver du plocka ut vissa hinder eller handlingsmanövrar och träna dem separat, så att hunden får rikligt med belöningar för att göra just det du har tänkt dig innan ni sätter in just den svårigheten i kombinationen igen.

Samtidigt är det väldigt värdefullt att testa uthålligheten emellanåt. Om du och din hund någon gång ibland kör uppemot 30 hinder så kommer tävlingsbanans 20 hinder att kännas ganska kort. Ofta är förarens uthållighet ett större problem än hundens... så om du känner att det är svårt att hålla koncentrationen på topp så rekommenderar vi att öva på att springa riktigt långa kombinationer *utan hund!*

Vi är väldigt förtjusta i "evighetsövningar" typ cirklar, ovaler, åttor och andra mönster där det går att göra samma sak igen och igen. I sådana övningar får man chans att upprepa samma hinder och handlingsmanövrar igen och igen. Belöningar kan enkelt ges slumpmässigt så att hundens förväntan hålls på max, och längden på övningen går att variera i det oändliga eftersom man bara kan fortsätta, varv efter varv.

Komplexiteten på kombinationen

Längd och komplexitet är två olika aspekter på det här med kombinationer och banor. Mer komplicerade kombinationer, där många olika handlingsmanövrar följer snabbt på varandra, ställer höga krav på ditt fotarbete och din tajming. Dessutom behöver hunden förstås kunna läsa och följa varje handlingsmanöver snabbt och korrekt.

En "handlingsmanöver" är en detalj i ditt handlingsystem – till exempel ett bakombyte eller ett framförbyte. Olika handlingsystem utför de olika handlingsmanövrarna på lite olika sätt, och alla system innehåller inte alla manövrar. Som agilityförare behöver du sortera i vilka varianter du själv använder tillsammans med din hund, så att ni bygger upp en repertoar som ni sedan använder i alla kombinationer och banor.

Så snart du och din hund är bekväma med en viss handlingsmanöver när den övas i enskildhet kan du börja kombinera den med andra manövrar. Börja med två eller tre manövrar efter varandra, och öka komplexiteten stegvis.

- Du kan bygga kombinationer där du får öva på många varianter av samma manöver, till exempel många framförbyten.
- Du kan bygga kombinationer där du får öva på att växla mellan olika manövrar
- En kombination kan växla mellan öppna fartiga delar och tigare snäva partier

Hundens jobb bör faktiskt vara ganska enkelt även om kombinationen ser krånglig ut. Hundens jobb är helt enkelt att följa de signaler du ger och utföra de hinder han kommer till. Både hinder och handlingsmanövrar ska vara tränade sedan tidigare så att hunden gillar dem och är duktig på att göra det som förväntas. Komplexiteten är det som är nytt, men detaljerna i den är välbekanta.

Komplexa kombinationer är alltså mest en utmaning för dig som handler! Öva utan hund innan du kör kombinationen på riktigt. Banvandra en bit i taget, banvandra hela övningen, spring hela övningen som om du hade hunden med dig, låt en kompis agera hund, och så vidare... Du behöver kunna kombinationen "flytande" innan du tar hunden med dig; det är bara meningsfullt att köra komplexa kombinationer med hund när du själv har koll på din del av jobbet.

Att ändra i befintliga övningar

Innan du kör en viss kombination med din hund bör du tänka efter om den passar in i din träning, eller om det är något du vill ändra på för att få ut det du önskar av övningen. Det här är särskilt viktigt ifall det är någon annan som skapat övningen, eftersom den personen ofta inte vet hur just din träningsplan ser ut eller var du och din hund befinner er i träningen.

Här är några varianter:

- Spring övningen precis så som den är uppställd, och satsa på att få till det bra på första försöket.
- Flytta lite på något eller några hinder för att ändra avstånd eller vinklar. Genom att flytta hinder litegrann kan du enkelt ändra övningen så att den blir enklare eller svårare, beroende på vilket du vill ha.
- Välj en annan väg. Nummerskyltarna kanske säger en väg, men du kan alltid välja att istället planera och köra en lite annan väg som passar din träning bättre.
- Kör hela kombinationen men bryt upp den med belöningar. Du kan till exempel belöna efter hinder nr 4 och sedan starta om vid hinder nr 5. Eller så kan du belöna efter hinder nr 4 och sedan starta om vid nr 3 eller 4 – på så sätt får du köra alla delar av kombinationen i sitt sammanhang.
- Baklängeskedja. Genom att träna på slutet först och sedan köra helheten kommer både du och hunden att känna igen er när ni kommer till slutet, något som förstås ökar chansen att ni får till det på ett bra sätt.
- Börja mitt i övningen och kör till slutet.
- Börja från början men belöna och avsluta mitt i.
- Dela upp kombinationen i delar och välj vilka bitar du vill jobba med. Du kan göra detta inuti en större övning, eller du kan hämta inspiration från den stora övningen och bygga upp en egen mini-övning vid sidan om.
- Banvandra hela eller delar av banan som att du tänkte köra den med hund, men strunta i att ta ut hunden.
- Låt bli helt och hållet, gör något annat istället (ja, ibland är detta faktiskt ett utmärkt alternativ!).

Tanken är alltså att varje kombination du kör ska bli så givande som möjligt för både dig och din hund. Det allra viktigaste är som alltid att glädje och självförtroende genomsyrar all er träning!

*Innehållet i den här artikeln är hämtat från Emelies och Evas bok *Agility Right From The Start*, omvandlat till artikelform av författarna.*

