



Fotos: Robert Schmöllner

Winterblues ade

Fitnessstraining für Zwei- und Vierbeiner im Schnee

Kennen Sie das auch? Dicke Wolken hängen am Himmel. Der Regen prasselt an die Fensterscheiben und die Sonne hat sich seit Tagen nicht mehr blicken lassen. Kurz gesagt: Das Wetter lädt nicht gerade dazu ein, sich an der frischen Luft zu bewegen. Dabei wissen wir doch alle: Regelmäßige Bewegung in der Natur hält Körper, Geist und Seele fit.

„Als Hundebesitzer hat man es gut“, davon ist Beate Schmöllner überzeugt. Früher ging sie nur bei Sonnenschein und warmen Temperaturen vor die Haustüre. Das Wetter musste passen, sonst war die Stimmung am Boden. An lustvolle Spaziergänge im Regen war überhaupt nicht zu denken. Bis sie und ihr Mann vor zwölf Jahren den Golden Retrieverwelpen Ipo zu sich nahmen. „Ich entwickelte mich vom Gelegenheits- und Schönwetter-sportler zu einem Frischluftfan, der kein schlechtes Wetter kennt“, lacht

sie. Heute kann sie nur zustimmen, wenn jemand davon spricht, dass es nur schlechte Kleidung, aber kein schlechtes Wetter gibt.

Den Moment und die Jahreszeiten genießen

Während sie mit ihrem Retriever über Wiesen und Felder läuft, merkt sie, wie sich ihre Gesichtszüge lockern und die Anspannung des Alltags aus ihrem Gesicht weicht. „Dabei ist es vollkommen egal, wie lange wir unterwegs sind“, bestätigt sie. „An manchem Tag reicht ein Spaziergang von nur fünfzehn Minuten. Wenn ich zurückkehre, bin ich ein anderer Mensch.“ Vor allem morgens, wenn der Körper auf Sparflamme läuft und einfach nicht wach werden will, genießt sie die wohltuende Wirkung von Spazier- oder Laufunden mit ihrem Hund. Seit sie täglich mit ihm in der Natur unterwegs ist, erlebt sie die Jahreszeiten ganz bewusst. „Jeder Monat hat seine Qualität“, findet sie.

Im Winter wirkt alles ruhig. Ein idealer Ausgleich zu hektischen Bürotagen mit Termindruck.

Staunen wie die Kinder

„Sie sollten mal sehen, wie sich unser Hund freuen kann, wenn die ersten Schneeflocken vom Himmel fallen.“ Tatsächlich ist für ihren Retriever eine Winterlandschaft die ideale Spielwiese. Er wälzt sich genüsslich im Schnee, steckt die Schnauze hinein und pustet kräftig, bis die Schneeflocken durch die Luft tanzen. Man könnte meinen im Alter von zwölf Jahren ist das für einen Hund nichts Besonderes mehr, denn er sei ja erwachsen und abgeklärt. Im Gegenteil. Hunde leben im Hier und Jetzt. Und wenn Schnee fällt, ist es ein Grund sich zu freuen, egal was der Tag sonst so bringt.

Im Voralpenland, wo die Familie zu Hause ist, gibt es noch Tage an denen sich die Landschaft in ein echtes Wintermärchen verwandelt. „Dann

müssen andere Dinge warten“, lacht Beate Schmöllner. Wintertage, an denen man durch tiefen Pulverschnee wandert oder mit dem Rodel die Berge hinabflitzen kann, sind selten geworden. Aber es gibt sie und getraut nach dem Motto ihres Hundes, machen sie dann alles, was im Schnee großen Spaß macht. Sie unternehmen Winterwanderungen an dem nahe gelegenen Hausberg. Die Gipfelhütte hat das ganze Jahre über geöffnet und lädt gerade im Winter dazu ein, bei einer Tasse Tee das umwerfende Panorama zu genießen. Bei guter Fernsicht schweift der Blick von den Zillertaler Alpen, Chiemgauer und Berchtesgadener Berge bis hin zum Großglockner und Großvenediger. Die Mühen des Aufstiegs sind schnell vergessen. „Im Gegensatz zu unserem Hund, kostet uns der Aufstieg durch den tiefen Schnee mehr Kraft“, glaubt Beate Schmöllner. Die Hunde erklimmen den Gipfel scheinbar ohne Anstrengung. Im Gegenteil, manche absolvieren die Strecke gleich mehrmals, indem sie immer wieder nach vorne und zurück laufen. Kurz vor Einbruch der Dunkelheit nehmen

sie den Weg wieder zurück ins Tal. Erschöpft und glücklich liegt Ipo am Abend dann auf seiner Hundedecke und auch Beate Schmöllner und ihr Mann legen mit guten Gewissen die Beine hoch.

Fit und aktiv durch den Winter

„Bei Pulverschnee und Sonnenschein brechen wir mit Ipo auch gerne zu einer Wanderung mit Schneeschuhen auf.“ Lautlos waten wir durch unberührte Schneelandschaften und es scheint fast, als wäre die Zeit stehen geblieben. Selbst der sonst so umtriebige Retriever schwebt scheinbar lautlos durch die Schneefelder, ganz so, als möchte auch er diese Ruhe nicht zerstören. „Dafür gibt er beim Rodeln mit Freunden alles“, lacht Beate Schmöllner. Bei so viel Spaß in der Natur, ist es kein Wunder, dass sich die Winterzeit bei allen schnell zur beliebtesten Jahreszeit entwickelt hat. „Die Tage sind kürzer“, bestätigt Beate Schmöllner. „Dafür leben wir umso intensiver. Dank unserem Vierbeiner gehen wir glücklich, gesund und aktiv durch den Winter.“



Buchtipps

Im Urlaub auf Hawaii hatte Beate Schmöllner einst den Golden Retriever getroffen – und hat sich sofort in ihn verliebt. Zurück in Deutschland, kaufte sie einen solchen Hund, nicht ahnend, dass er ihr Leben total verändern soll.

Wie sehr Ipo im Alltag und auf Reisen die Hauptrolle spielt, schildert die Hundeeexpertin in den drei Büchern „Aloha auf vier Pfoten – Ein Golden Retriever erobert die Welt“. Die Autorin schildert die Welt aus der Sicht ihres Hundes – voller tierischer Gelassenheit.

Aloha auf vier Pfoten 1 – Ein Golden Retriever erobert die Welt
176 Seiten, 14,8 x 21 cm, broschiert, 45 s/w Abbildungen,
Preis: 13,90 Euro
ISBN 13: 978-3-9811146-1-4
Erhältlich im Buchhandel und beim Verlag
www.alohaipo.com