



## FIT IN DIE THS-SAISON 2022!

Nach dem sehr großen Erfolg der Aktion „Fit in die THS-Saison“ im Jahr 2021, wiederholen wir diese Aktion anlässlich des Jubiläums „50 Jahre THS“ im Jahr 2022 für den gesamten VDH.

Ziel der Februar-Challenge des Jubiläums „50 Jahre THS“ ist es Hundesportler aller Sparten im VDH zu bewegen, um so fitter zu werden und eine Grundlagen-ausdauer aufzubauen.

Gerade im Winter raten alle Experten, so lange und so viel wie möglich im Freien zu trainieren. (Fast) egal bei welchem Wetter. Das härtet ab und stärkt das Immunsystem. Daher kann an dieser Challenge im Februar in unterschiedlichsten Disziplinen teilgenommen werden und natürlich darf der Hund auch im Freilauf mitlaufen:

- Joggen mit 1 oder 2 Hunden
- Dogscooter mit 1 oder 2 Hunden
- Bikejöring mit 1 Hund
- Skijöring mit Hund
- Walken mit Hund/en
- Wandern mit Hund/en

**Welcher VDH-MV, dhv-MV und DVG-LV bekommt im Februar die meisten Kilometer zusammen?**

Um die Motivation beim Ausbauen der Ausdauer zu erhöhen, führen wir einen Verbands-Vergleich durch. Hierbei sammelt jeder, der sich mit seinem Hund im Februar im freien bewegt, Kilometer für seinen Verband. Damit auch kleinere Verbände eine Chance auf den Sieg haben, werden die gesammelten Kilometer ins Verhältnis zu den THS-Starts des Verbandes im Sportjahr 2019 gesetzt. Da die Laufzeit keine Rolle spielt, kann jeder Sportler\*in für seinen Verband Kilo-

meter sammeln!

Allerdings dürfen nur „Läufe“ zu den Gesamtkilometern addiert werden, die mindestens 5 km lang sind. Ausgenommen hiervon sind Kinder und Jugendliche und die Generation 65+. Bei diesen dürfen alle Kilometer mit dem Hund summiert werden.

Zusätzlich gibt es zwei Zwischenwertungen für jeden einzelnen von Euch.

**Zwischenwertung 1: Schnellste Zeit auf der Langstrecke (5 km oder länger) (01.02.-14.02.)**

In den ersten 14 Tagen gibt es einen Wettbewerb, nach Altersklassen, für das schnellste Team (Sportler\*in mit einem Hund) auf der Langstrecke (über 5 km). Kinder und Jugendliche über 1 km.

**Zwischenwertung 2: Schnellste Zeit auf der Langstrecke (10km oder länger) (15.02.-28.02.)**

In den zweiten 14 Tagen gibt es einen Wettbewerb, nach Altersklassen, für das schnellste Team (Sportler\*in mit einem Hund) auf der Langstrecke (über 10 km). Kinder und Jugendliche über 2 km.

Eure Ergebnisse (Kilometer im Februar, sowie Zwischenwertung 1 und 2), getrennt nach Disziplin, tragt ihr bitte auf der Homepage [www.50-Jahre-THS.de](http://www.50-Jahre-THS.de) ein. Hier findet ihr auch detaillierte Erläuterungen zu dieser Challenge.

Viel Spaß bei der Teilnahme an der Challenge „Fit in die THS-Saison 2022“ wünscht

Martin Schlockermann, VDH-Obmann für THS



## FIT IN DIE THS-SAISON 2022!

- Es ist **keine** Anmeldung erforderlich
- Jeder kann mitmachen
- Es gibt unterschiedliche Disziplinen:
  - Joggen mit 1 oder 2 Hunden
  - Dogscooter mit 1 oder 2 Hunden
  - Bikejöring mit 1 Hund
  - Skijöring mit Hund
  - Walken mit Hund/en
  - Wandern mit Hund/en
- Es werden die Kilometer des Hundes gewertet
- Allerdings dürfen nur „Läufe“ zu den Gesamtkilometern addiert werden, die mindestens 5 km lang sind!
- Ausnahme Generation 65+ und Kinder



## FIT IN DIE THS-SAISON 2022!

Welcher Sportler, Verein, Landesverband und VDH-MV legt im Januar in welcher Disziplin die meisten Kilometer zurück?

- Hierfür tragt ihr Eure Kilometer in die nachfolgende Tabelle ein.
- Die Tabelle kann auch von der Homepage [www.50-Jahre-THS.de](http://www.50-Jahre-THS.de) heruntergeladen werden.
- Vom 28. Februar bis 5. März 2022 tragt Ihr dann eure Daten und Gesamtkilometer für den Februar in das Formular auf der Homepage ein.
- Jeder Teilnehmer bekommt eine Urkunde und die Ergebnisliste

# Fit in die THS-Saison 2022!



Name Sportler\*in:

Geburtsjahr:

Name Hund:

Landesverband:

Verein:

Mitgliedsnummer:

Übersicht der Kilometer mit Hund im Februar 2022:

		Joggen	Scootern	Biken	Walken	Wandern	Skijöring
<b>Summe</b>		<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>
Dienstag	01.02.2022						
Mittwoch	02.02.2022						
Donnerstag	03.02.2022						
Freitag	04.02.2022						
Samstag	05.02.2022						
Sonntag	06.02.2022						
Montag	07.02.2022						
Dienstag	08.02.2022						
Mittwoch	09.02.2022						
Donnerstag	10.02.2022						
Freitag	11.02.2022						
Samstag	12.02.2022						
Sonntag	13.02.2022						
Montag	14.02.2022						
Dienstag	15.02.2022						
Mittwoch	16.02.2022						
Donnerstag	17.02.2022						
Freitag	18.02.2022						
Samstag	19.02.2022						
Sonntag	20.02.2022						
Montag	21.02.2022						
Dienstag	22.02.2022						
Mittwoch	23.02.2022						
Donnerstag	24.02.2022						
Freitag	25.02.2022						
Samstag	26.02.2022						
Sonntag	27.02.2022						
Montag	28.02.2022						

# Formular zum Eintragen der Gesamtkilometer



Fit in die THS-Saison 2022!



## Kilometer im Februar

**Pflichtfeld \***

Name \*

Vorname \*

Geburtsjahr Sportler\*in \*

Name des 1. Hundes \*

Name des 2. Hundes

Verein \*

DVG-Landesverband/dhv-Mitgliedsverband \*

VDH-MV

Joggen (Gesamtkilometer)

DogScooter (Gesamtkilometer)

BikeJöring (Gesamtkilometer)

SkiJöring (Gesamtkilometer)

Walken (Gesamtkilometer)

Wandern (Gesamtkilometer)

Falls ihr eine Versandbestätigung, die Ergebnisliste und eine Urkunde per eMail bekommen möchtet, dann hinterlasst hier bitte noch eure eMail Adresse!

eMail

Ich habe die [Datenschutzerklärung](#) zur Kenntnis genommen und bin damit einverstanden, dass die von mir angegebenen Daten elektronisch erhoben und gespeichert werden. Mit dem Absenden des Kontaktformulars erkläre ich mich mit der Verarbeitung einverstanden.

Einverstanden mit der Datennutzung \*

# Online Challenge



## Zwischenwertung 1:

Schnellste Zeit auf der Langstrecke  
(5km oder länger)  
(01.02. – 14.02.)

- In den ersten 14 Tagen gibt es einen Wettbewerb, nach Altersklassen, für das schnellste Team (Sportler\*in mit einem Hund) auf der Langstrecke (5km oder länger).
- Kinder und Jugendliche über 1km
- Zwischen dem 01.02. und 15.02. könnt Ihr Eure Daten und Ergebnisse auf der Homepage, [www.50-Jahre-THS.de](http://www.50-Jahre-THS.de) zusammen mit einem Beweisfoto von eurem Handy oder eurer Uhr, hochladen.
- In den folgenden Tagen bekommt jeder eine Urkunde und Ergebnisliste

# Online Challenge



## Zwischenwertung 2:

Schnellste Zeit auf der Langstrecke  
(10km oder länger)  
(15.02. – 28.02.)

- In den zweiten 14 Tagen gibt es einen Wettbewerb, nach Altersklassen, für das schnellste Team (Sportler\*in mit einem Hund) auf der Langstrecke (10km oder länger).
- Kinder und Jugendliche über 1km
- Zwischen dem 15.02. und 01.03. könnt Ihr Eure Daten und Ergebnisse auf der Homepage, [www.50-Jahre-THS.de](http://www.50-Jahre-THS.de) zusammen mit einem Beweisfoto von eurem Handy oder eurer Uhr, hochladen.
- In den folgenden Tagen bekommt jeder eine Urkunde und Ergebnisliste



**Viel Spaß beim  
Mitmachen!!!**

Falls ihr noch Fragen habt.

[Martin.Schlockermann@50-Jahre-THS.de](mailto:Martin.Schlockermann@50-Jahre-THS.de)