



Medlemsbrev

for swingende!



Årgang 1 – nr. 3. Desember 2006

*I dette nummer;
NFF's oppvisning og konkurranse!
Freestylebok m.m.*

Redaktørens hjørne

Freestyle - å danse med hunder

Ja, det er hva "alt" har handlet om for de ivrige av oss, i høst. Jeg vil aller først **takke styret** i NFF for det banebrytende arbeidet dere har gjort i år. Dere fortjener **takk** fra alle som er engasjert i freestyle. **Takk** også til alle dere som har *oppmuntret* utøvere og gitt *tilbakemeldinger*.

Freestyle trenger flere aktive. Noe av det som forhåpentligvis kan hjelpe på interessen for freestyle, er utgivelse av **freestyleboka**.

Forsinkelse fra Canis Forlag gjorde at boka fikk muligheten til å bli *årets julegave* i stedet.

Jeg synes boka ble flott og håper den blir til inspirasjon for glade hundeeiere i året som kommer.

Brakar og jeg blir invitert til forskjellige steder for å presentere boka og demonstrere freestyle, vi ble også invitert til TV2 og NRK1. Min motivasjon er å gjøre **freestyle kjent**.

God reklame håper jeg. Er det flere som vil hjelpe til med markedsføring av bok og freestyle, så er det lov å ta kontakt for å avtale en presentasjon.

I mellomtiden ønskes du en god jul og et godt nyttår. Husk å ta bilder og skriv noen ord hvis du tar deg en swingom. *For swingende* trenger deg og ditt bidrag.

Hilsen Merete A.
Redaktør



Presentasjon av freestyleboka ble gjort på NFF's stand og på Canis avd. Oslo's stand. Det var bra mottagelse og interesse for boka. Vi vet at det vil ta **tid** å vekke "rockepoten" i "hunde-Norge" - la oss alle fortsette å selge inn freestyle også neste år. *Foto Knut Pedersen*

**Neste utgivelse
ultimo mars 2007**

**Manusfrist:
Uke 10**

**Bidrag sendes til
Merete Andersen
easydog@online.no
www.hundenett.no/brakar**

*Vette:
Come on folkens - do it!*



Leder'n swinger svansen

Utrolig, men sant! Det er straks jul og et nytt år står like om hjørnet. Det finnes mange måter å "bruke" jula på. Min lille oppfordring er å droppe litt av stresset og fråtseriet og heller sette av litt kvalitetstid sammen med hunden din. Hva kan vel være bedre avveksling mellom shopping, familietreff og etegilder enn å svinge seg med en firbent venn til en julelåt rundt juletreet? Og freestyle må da være en super aktivitet for å trimme av litt ribbefett, både hos folk og dyr. ☺

Det er vel på sin plass med en liten oppsummering av året som har gått. NFF har etablert seg for å bli og har kommet godt i gang med å gjøre freestyle til en seriøs og anerkjent hundesport i Norge. I mai avholdt vi kurs med fantastisk dyktige Carolyn Scott fra Houston i Texas. Hun gav oss som var tilstede en enorm inspirasjon og mye nyttig kunnskap. I juni ble det arrangert konkurranse i Vestfold. I løpet av sommermånedene har det vært flere oppvisninger rundt om på Østlandet.

I november deltok vi på Hundeliv 2006. Her fikk vi profilert oss godt både med stand og oppvisning i to dager. I desember arrangerte vi julestevne i samarbeid med Din Beste Venn og Norsk Rallylydighet (se s. 9). For øvrig er det arrangert treninger i Østfold, Vestfold, Buskerud og Oslo. Vi har dessuten utgitt tre nummer av vårt kraftige oppgraderte medlemsblad "for swingende!"

Som de fleste foreninger har vi våre startproblemer, og vi lærer hele tiden av det vi gjør. Det tar tid og dra i gang en ny aktivitet og det tar tid å rekruttere nye utøvere. Vi er fortsatt som nybegynnere å regne og har et stykke å gå før vi er på nivå med mange andre land i Europa og verden for øvrig. Som de få ildsjelene vi er, med begrenset tid og kapasitet, vil vi ufortrødent fortsette å drive arbeidet med freestyle videre. Ting gjør seg ikke selv og vi strekker oss så langt vi makter for å fortsette den positive utviklingen. Neste år satser vi på å være enda bedre og proffere til å arrangere kurs, treninger, konkurranser og oppvisninger.

En annen utfordring er å få utdannet mange nok og godkjente dommere. Uten dommere – ingen konkurranse. Sånn er det bare. Foreningen ser derfor på dette som en viktig prioritering i året som kommer. På julestevnet i desember fikk vi for første gang testet ut retningslinjer og dommeranvisninger til det nye felles europeiske regelverket. Her er det flere utfordringer å jobbe videre med. Endelig regelverk vil antagelig settes i mai-07. NFF satser på å være med i denne prosessen.

Er du en "skapfreestyler" håper vi å se deg komme ut av skapet og være med på det som skjer. Det er utrolig morsomt hver gang vi "oppdager" nye flinke utøvere, og vi er helt avhengige av flere aktive medlemmer for å være et levende og voksende miljø.

Av nærstående freestylebegivenheter kan anbefales MyDog 2007 i Gøteborg 7. januar. Her vil Sveriges første offisielle freestylekonkurranse arrangeres! Forhåpentlig med flere norske deltagere... Hiv dere på – enten som deltagere eller som publikum!

Swingende julehilsen fra
Ellen, leder i NFF
leder@freestylenorge.com



"World's Best Pair" har blitt til "The Dream Team"

*Morten og Brakar, to synkroner, 8 år gamle brødre viser
knallkontakt og swingende svanser sammen med sine tobente partnere*

Synkron *partrening* i freestyle er utfordrende moro. Vi liker både utfordringer og moro, dermed ble høsten 2006 en intens freestylehøst for vår lille kvartett. Drømmen om å vise fram Gutta, Morten & Brakar sammen har vært stor og god motivasjon for å trene. Men det er ikke bare moro når helsa er dårlig, det krever tilpasninger og begrensninger utover det vanlige. Vi har vist stor selvkontroll blandet med voldsomme latterutbrudd i økter med og uten hunder på utvalgte kjøpesentre, parkeringsplasser og butikksentre i høst. Gleden over å gradvis bli synkroner var stor. Hundene er nesten naturlig synkroner og elegante, men vi tobente måtte lære oss dette, og det har vært det vanskeligste med å trene inn et parprogram. De tekniske øvelsene er enkle, stilfulle og nøye tilpasset de to hundene. Å gå vakkert i takt til musikk, huske rekkefølgen på momenter, være samstemte og smilende og gi riktige tegn til to hunder på likt, er ikke bare enkelt for oss. Men - *no perfect performance* - så, vi sier vi kom i mål under vår 1. oppvisning på Exporama i november; trampeklapp og to swingende glade hunder var bevis nok for oss. Så får vi se om vi får vist dansen en gang til - det synes vi Gutta hadde fortjent. Ja, MORO er det.

Ellen, & Morten ☆ Merete & Brakar



Rapport fra trening

Freestyletrening i Råde lørdag 14.10.06.

Det viste seg å bli en kjempekoselig treningsdag, jeg ble ikke alene! Det var mange folk på Karlshus sentrum her i Råde. Råde er en relativt stor bygd, men det ser man ikke før man har vært i sentrum på en lørdag, fordi bebyggelsen ligger ganske spredt! Jeg parkerte på den eneste ledige plassen jeg fant, og tok ut Felix for å begynne å trene litt. Tenkte at en hvit hund skulle være ganske synlig selv i denne trafikken, og dessuten er det jo glimrende trening under slike forhold! Jeg skal love at det var mange ben å manøvrere mellom, så Felix øyne og ører gikk nesten i kryss... Ikke lett for en ung hund å konsentrere seg under slike forstyrrelser, men jaggu fikk han det til etter hvert!

Jeg hadde ikke før plassert meg og begynt å trene, så kommer Sissel Andresen for å trene hunden sin, dachsen Selma. Og det skal jeg si dere, at Selma er en veldig flink ung dachs og dersom "mor" fortsetter å trene, ja da blir det ikke det siste vi ser til denne hunden!



Rett etter dukket Linda Stenbro opp med sin Cavalier Henrik. Linda kom ganske langveisfra og dukket opp i forbindelse med familiebesøk. Slik skal det være, dere - kombiner trening med andre ting, så blir alt så mye enklere. Henrik er en Cavalier med treningslyst, det er det ingen tvil om. Og at han har gått på kurs i freestyle var det liten tvil om!



Fotos: Sten Arne

Han oppviste en mengde atferder som beviste at han har gjort dette før, og med en slik glede og entusiasme at jeg ble helt fascinert. Vi trente en god time, da jeg ymtet frempå om at vi kanskje skulle avslutte.

Men hva skjer da? Da dukker Marie Oppedal opp med Pumien Kaos! Det virket som alle var i humør til å trene, slik at det gikk enda en time før vi til slutt brøt opp, og gikk hvert til vårt. Linda hadde med sin samboer, Sten Arne, som var så snill å ta bilder - tusen takk!

Jeg ønsker dere som kom og alle andre velkommen til senere treninger i Råde, for med slik opptur så lover jeg at det skal bli flere! Jeg fikk bestemt inntrykk av at alle syntes det var god trening, i forstyrrelser som er viktig å trene i for alle eiere og hunder uansett sportsgren!

Hilsen Carola

Freestyle Fenomenet

av Emma Willblad

Sporten freestyle är på mångas läppar runt om i vårt avlånga hundland, men vad är ”dans med hund” egentligen?

Freestyle är ett fritt hopsatt lydnadsprogram till musik. Programmet ska symbolisera samspel, glädje och förmedla en känsla till publiken. Tre bitar ska bilda en enhet, rörelser, musik och koreografi. Det ultimata freestyle programmet är när hund och förare är totalt samspelta, hunden utför alla sina rörelser i takt till musiken som pumpas ur högtalarna och publiken hänger på med applåder och busvisslingar, inte konstigt att freestyle snabbt växer sig stor och gör sig redo för att stanna i Sverige! Är du sugen på att pröva eller har du redan börjat ladda för att kliva ut på dansgolvet?

Freestyle gjorde sitt intåg i Sverige 1999 genom Sveriges Hundungdom som utlyste ekipage som ville vara ”försökskaniner”. Denna grupp människor bestod av 5 förare med lika många hundar. I denna grupp fanns jag och min hund Csar med. Vår uppgift var att titta på ett videoband och snabbt klura ut hur alla rörelser i freestyleprogrammen var inlärd... Inte en helt lätt match men rolig och vi lyckades trots alla odds!

Samma år, 1999 kom välkända Annie Clayton från England och höll en av sina fartfyllda freestylekurser i Tyresö/Stockholm och ett intresse hos några ekipage var fött! År 2001 fanns det tillräckligt många ekipage i Sverige för att det skulle anordnas en tävling som var mycket prioriterat och viktigt i detta stadiet av utveckling för sporten, eftersom många tränar för att tävla. Tävlingen gick av stapeln på Stockholms mässan och den drog ett femtontal ekipage och stor publik. Nu räknas freestyle tävlingarna på HUND XX som Sveriges största och mest eftertraktade tävlingar inom freestyle sfären tillsammans med Agria Cup som arrangeras samma helg på mässan.

Antalet tävlande har ökat för varje år, det beräknas nu finnas ett hundratal flitiga och aktiva utövare. Vi har också Svenska ekipage som åker ut och tävlar internationellt vilket ger mycket bra reklam för oss svenskar och hundsport!

Sporten har snabbt blivit klassad som en ungdoms sport och gamla ”bruks rävar” har svårt att förstå hur man kan se seriöst på att dansa med sin hund, men förhoppningsvis får sporten officiell status 2007 och fler vågar utöva freestyle. Sporten är öppen för alla förare mellan 7-100 år och hundar från 12 månader. Det finns obligatoriska moment i två av de tre klasserna som ska utföras för att få full pott på tävling. Förutom de rörelser som måste finnas med så är det dags för dig att bli kreativ, nu ska du fylla resterande program tid med personliga rörelser som just din hund är bra på! Alla raser kan utöva freestyle då alla obligatoriska moment är utformade så att de inte ska hindra varken små eller stora hundar i sin fysik. Din hund behöver inte vara smidig som en orm eller snabb som en gepard för att vinna eller komma långt, tempot bestämmer du själv och det anpassas efter vad din hund är byggd för att utföra, det gör att inga hundar eller förare utesluts ur konkurrensen. Freestyle är sporten för alla!

Det finns några grundläggande rörelser och positioner som din hund bör kunna för att du ska få till ditt glammiga dans - eller dramabaserade program. Vi som har tränat lydnad pratar om fotgående när vi hör ordet position, men i freestyle pratar vi om fyra helt olika positioner vilket ger alla fler valmöjligheter! Dessa fyra är:

WORK = hunden går fot på din högra sida
FOT = hunden går fot på din vänstra sida
FRONT = förare och hund arbetar nos mot näsa, bakåt, framåt, eller i sidled.
Mellan = hunden befinner sig mellan dina ben med huvudet riktat framåt eller bakåt.
Positionsarbete används när du och hunden förflyttar över planen, utnyttjande av ring är en viktig del i domarnas bedömning för att alla åskådare runt planen ska få ta del av ditt program. Mellan förflyttningar och positionsarbeten ska ditt program kryddas med häftiga och annorlunda rörelser. Här nedan kan du se ett litet urval på vad du kan lära din hund.

ÅTTA = Hunden utför en åtta mellan förarens ben när denna står stilla.
SLALOM = Hunden går här ”sick sack” mellan förarens ben när föraren rör sig framåt. (obligatorisk i klass I samt II)
SLA = Här går hunden ”sick sack” mellan förarens ben när denna går bakåt.
SNURR = Hunden tar ett varv runt sig själv åt höger.
SPINN = Hunden tar ett varv runt sig själv åt vänster.
RUNT = Hunden cirkulerar runt föraren
OM = Hunden cirkulerar baklänges runt föraren
UT = Hunden rör sig runt sin förare på avstånd, samma grundprincip som runt mig.
BEN = Hunden cirkulerar runt förarens ena ben
BAKÅT = Hunden backar antingen med föraren eller utifrån föraren på distans. (obligatorisk i klass II, hunden skall arbeta minst 4 m från föraren någon gång under programmets gång)
HOPP = Hunden hoppar fritt i luften eller över en del av föraren. Denna del kan vara exempelvis en arm eller ett ben.
ZEBRA = Hunden balanserar på bakbenen
BUGA = Hunden böjer framkroppen mot marken med bakdelen fortfarande i luften
GRÅTA = Hunden sätter sin framtass över nosen
DUCKA = Hunden sänker huvudet mot marken och tar sedan upp det igen
PUTT = Hundens tassar och förarens händer vidrör varandra i en puttande rörelse
KULL = Hunden hoppar upp med sina framtassar på förarens kropp och sedan ner på marken igen.
KÖ = Hunden går med sina framtassar efter föraren med tassarna på förarens kropp
TASSEN = Hunden lyfter sin högra tass
ANDRA = Hunden lyfter sin vänstra tass
RULLA = Hunden ligger ner och rullar ett högervarv
LUR = Hunden ligger ner och rullar ett vänstervarv
KRYPA = Hunden kryper på marken
IGENOM = Hunden passerar igenom förarens ben i valfri riktning
VÄND OM = Hunden backar in mellan förarens ben med bakdelen

För att snabbt komma igång kan du plocka ca fem rörelser och träna tills dom sitter ordentligt och din hund vet vad du menar bara genom att du ger den ett röst kommando. (Det är en fördel att träna bort handrörelser då du vill kunna använda händerna till att följa med i den koreograferade dansen men du får använda handtecken på tävling) Efter det väljer du fem nya, tränar man för många nya saker på en och samma gång är riken att hunden blir en aning förvirrad i början av träningen. En erfaren hund lär sig sen snabbt på att skilja vad som ska göras och när och kan då likaså du ha fler bollar i luften.

Musiken är det som gör att det pirrar i magen som publik, det är musiken som får hunden att framstå som en stjärna på himlen och det är musiken som lockar fler åskådare till att titta på ert program. Så välj din musik med omsorg. Tänk på att din hund ska ha en chans att hinna med att utföra alla rörelser i takt till musiken, så välj inte en låt som varken är för snabb eller för långsam. Anpassning till musiken finns det också en punkt som domarna runt planen bedömer, där tittar domarna på om du och din hund utför ert program i samspel med musiken och sätter rörelserna exakt på rätt takt när musiken spelas. Det finns inga riktlinjer om vilken typ av musik du ska välja, det kan vara allt ifrån top-tio som spelas på radio till klassiska Mozart. Programmets längd i den lättaste klassen (klass I) ska vara mellan 1-3 minuter. I dom två svårare klasserna (klass II & III) ska program tiden ligga på 2,5-5 minuter.

Att få känna sig som en Hollywood stjärna är det många som vill... Därför är det så otroligt roligt att få spexa till sig under en freestyle show i form av olika scen kläder som ska ha en anknytning till musiken. Det behöver inte vara korta kjolar eller nät strumpbyxor, men det får gärna vara lite avvikande ifrån traditionell vardaglig klädsel och träningsoveraller är tabu. Vad vore teater utan scenkläder och rekvisita? – En ganska tråkig teater! Det kan kännas mycket att tänka på som nybörjare, men efter det att du koreograferat och byggt ihop dina första program kommer det att kännas som en ”svans dans” på rosor!

Lycka till!



Foto av Emma og hunden Csar utlånt til boken "Freestyle, å danse med hunder" tatt av Aftonbladet under Stockholmsmessen 2004.

**Møt opp på
fellestreninger - bli inspirert til å
slå ut håret og pelsen!**

**For langt unna? Annonser egne
treninger på hjemmesiden -
kanskje fins det potensielle
"freestyleister" i nærheten
der du bor?**

**Sjekk inn for treninger:
www.freestylenorge.com
eller ta kontakt.**

Del moroa med andre!



I freestyle er det både nødvendig og moro å trene noen økter uten hunden!

Foto Camilla Lien, Canis avd. Hønefoss

Ingen tvil om at
freestyletrening
er moro
både for
hund -
og førere!



Siden sist

Freestyleoppvisning og stand på Exporama 11. - 12. november 2006

Aktive medlemmer av NFF gjorde en god jobb med å informere om freestyle, bøker og kurs på vår meget fine stand, dekorert med bilder av ekvipasjer, brosjyremateriell og nye bøker. Freestylevideoer ble vist dagen lang i tillegg til flere flinke hunder som demonstrerte øvelser. Godt jobba, god respons, god stemning og god reklame. Årets oppvisningstropp bestod av Ellen og Morten, Merete og Brakar, Mari og Gaia, Christine og Troll, Carola og Felix, Karine og Lassie, Hanna og Priscilla. Disse hadde en fellesoppvisning hvor de viste ulike freestylemomenter og egne program. Skuespiller og sanger Mami Nøddelund fra Strømmen var konferansier og har gjort en fin-fin jobb som gruppas "coach". Med ønske om å stille mer forberedt i år enn i fjor har troppen nemlig brukt mange kveldsstunder til å trene forskjellige steder i Oslo og Østfold. Til tross for at flere detaljer kan forbedres ytterligere til neste gang, må vi si vi lyktes i det store og hele. Ekvipasjene hadde et høyere nivå og det meste fungerte fint for alle. Publikum så ut til å like det de så selv om oppvisningen nok kunne vært mer underholdende på enkelte tidspunkt. Det er ikke enkelt å finne balansen mellom riktig mengde informasjon og demonstrasjon med hundene. Freestyle er i startgropa her i landet og det er ikke bare enkelt å være blant de første som våger å vise seg fram. Som en oppsummering, var dette en forbedring siden sist og vi hadde flere *rørende* fine program nå enn tidligere.

Red./Merete



Siden sist

Freestylekonkurranse på Ås søndag 3. desember 2006

Dommere var Ellen Christensen,
Nina Haaland og Merete Andersen.
Resultatene ble som følger:

Konkurransklassen - 3 deltagere:

Nr 1: Hanna Helgeland og Priscilla,
Staffordshire bullterrier, 153 poeng

Nr 2: Kristina Torsell og Baggo,
grand danois, 118,7 poeng

Nr 3: Mari Nøring Gøbel og Gaia,
golden retriever, 109,8 poeng

Oppvisningsklassen - 4 deltagere:

*Anette Andresen med Dolly, engelsk
springer spaniel - publikums favoritt.

*Henriette Eriksen og Rulle, border
collie - sjarmørprisen.

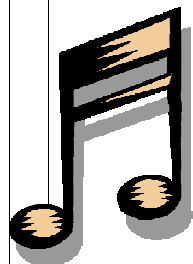
*Eirin Cathrine Brunsby og Henrik,
cavalier king charles spaniel

*Kristina Torsell og Baggo, grand danois
som fortjener "spesialpremie" etter å ha
kjørt 40 mil for å delta. FANTASTISK
innsatsvilje. Takk til dommere, deltagere
så vel som et tålmodig publikum. Red.

Konkurransen ble arrangert sammen med
Din Beste Venn og Norsk Rallylydighet i et
ridehus. (NFF arrangerte kurs med Carolyn
Scott her i mai). Stemningen under arrang-
ementet var hyggelig og positiv og ga oss
meget nyttig erfaring. Men det er tydelig
at det trengs flere medhjelpere for at en
konkurranse skal kunne gå knirkefritt.

Ekvipasjene er ferske i ringen og mange
trenger mer tid på seg til å bli i "samspill
og flyt", men vi ser et stort potensialet i
utøverne, så her er det ingen grunn til ver-
ken å vente eller nøle. Fortsett freestyle-
trening neste år, vi har alle mye å lære.

Dommere er viktig i freestyle og vi som
satt der i "panelet" har også veldig mye å
lære, men kanskje også noe å bidra med i
forhold til tilbakemeldinger gitt gjennom
poeng. Dommerne denne gang var usedvan-
lig samstemte i sin bedømming og dette ga



NFF en meget nyttig og lærerik
erfaring. Vi satser på opplæring
og økte kunnskaper for oss alle
neste år og går inn i 2007 med
friskt mot og positiv fokus!

Red.

OPPVISNINGSTROPP?

*Har du trent inn et kortere eller lengre
program og har lyst til å dele det med
flere - dvs vise det fram for et publikum?*

*Ta kontakt med oppvisningsansvarlig Ellen,
e-post: leder@freestylenorge.com*

tlf: 916 17 518

*Du blir da satt på en liste over ekvipasjer
som kan kontaktes ved forespørsler*



9 **GLAD JUL TIL ALLE FREESTYLEVENNER !!!!!**



ADRESSE REDAKTØR:
Merete Andersen
Mørkfossvn. 171
1860 TRØGSTAD
E-post til: easydog@online.no

§ 2. Formål

NFF er en forening for utøvere og støttespillere av hundesporten freestyle. NFF har som formål å bidra til et godt miljø for alle som ønsker å drive med freestyle, samt fremme positiv hundetrening og legge vekt på treningsglede hos hund og fører. NFF skal tilby underholdende oppvisninger, kurs og konkurranser som fremmer en positiv innstilling til hunder og hundetrening både blant utøvere og samfunnet generelt. NFFs kurs og konkurranser skal ta vare på og fremme de individuelle positive egenskaper hos hund og fører. NFF er åpent for eiere av hunder av aller lovlige raser og blandinger av disse, samt hunder av ulovlige raser som var i landet før forbudet ble innført.



Medlemskap i Norsk Freestyle Forening

I arbeidet for freestyle er vi avhengig av ditt medlemskap.

Husk å betale
kr. 150,-

i medlemskontingent
for 2007.

Betal til vår konto
0539.35.95479

Adresse kasserer:

Norsk Freestyle Forening
v/Nina Leiros

Vardeheimvn. 17A,
1088 Oslo

Skriv tydelig navn, adresse
og hva betalingen gjelder!



og flyt, hund, menneske, musikk, perfekt samspill

