**PLEZIER IN DE JUNIOREN SPORT**

“Ach”, zei Michael, “Ik moet nog even de jonge duiven voeren. Ik ben zo terug. Dan kunnen we nog mooi even op de fiets om een mooi tochtje te maken. Het is zulk lekker weer. Daar moet je van genieten”. Zeker, dat is waar. Toch is het verstandig om de jonge duiven dan eerder te voeren als je ’s avonds andere plannen hebt. Anders kun je behoorlijk verrast worden. Want wat zie je dan als je het druk hebt? Wat zie je als je gedachten bij jouw favoriete fietsroute of voetbalclub zijn? Het kan ook zijn, dat je zit te denken aan die gestreste liefhebbers in de club, die asociaal gedrag vertonen. Of er een hoop onzin uitkramen. Of aan die slechte training van vorige week, waar je 6 jongen verspeelde.

Op dat moment ben je aan het denken. Je zit in je hoofd en dan zit je altijd in het verleden. Het brein kan alleen maar denken in het verleden. En dat verstoort zo vaak je plezier van onze mooie sport.

**In het NU zijn.**

Veel beter is het om in het NU te zijn. Wat is dat? Dat is het denken even achterwege te laten en gewoon kijken wat er nu gebeurd. “In het moment zijn eigenlijk”. En dat zie je ineens, dat een duifje zit te smakken. Die moet je even in de hand nemen en nakijken. Een ander duifje krabt aan de oortjes. Ook een scherpe blik waard. Weer een ander duifje probeert een nieuw broedbak te veroveren. Je ziet dat een doffertje voor de mineraalpot aan het verdedigen is. Dan weet je dat je meer potjes moet neerzetten. Je ziet, dat er een paar duivinnetjes geïnteresseerd zijn in een verborgen broedschotel in een hoekje op de grond. Een duifje vliegt je op de schouder. Je kijkt naar het ringnummer van dat duifje en schrijft die op. Door in het NU te zijn, weet je ineens veel meer van je jonge duiven. Je maakt een plan.

**Motivatie.**

Om de motivatie te verhogen tel je de jongen in het hok en haalt de overtollige schapjes weg. Zelfs 3 meer dan er duiven in zitten. Dan timmer je op 3 andere plekken weer een schapje aan de wand. Of hang er eens een gekleurd schapje bij. Afwachten welke duiven die schapjes willen veroveren. Zet eens een stapeltje met een stuk of 5 broedschalen op elkaar midden in het hok. Dan de duivinnen in het hok laten samenkomen op de inkorfdag. Dat wordt vechten om de schalen en dat geeft veel motivatie. Daarna samen inkorven. Doe de oude duivinnen de dag **voor** inkorven in het hok van de jonge duiven. Ook samen loslaten. ’s Avonds de oude duivinnen in het eigen hok terugzetten. Op de dag van inkorven gewoon de eigen duivinnen ’s middags tonen. Maak een plankje voor een stuk of 5 a 6 schapjes. Dat kunnen ze er mooi over paraderen, vlak voor de buurman langs. De jonge duiven in het hok op inkorfdag een bad geven. Vinden ze prachtig en liggen heerlijk op een vleugeltje. Laat je fantasie de vrije loop. Werkt het, mooi. Werkt het niet, dan heb je het in ieder geval geprobeerd.

Dan zie je dat een half uurtje eerder voeren heel veel informatie heeft opgeleverd. Dan wordt het ineens veel leuker om met jonge duiven te spelen.

De leeftijd van de jonge duiven die meegaan met de vluchten is erg wisselend Je hebt de winterjongen die al een half jaar oud zijn en ook jonge duiven van 3 maand oud. ( jonger is niet aan te bevelen). Dat is al best wel een groot verschil, maar die jonkies kunnen je vaak flink verrassen.

**Mijn jonge duiven willen slecht trainen.**

De vraag die steeds terugkomt is, “hoe krijg ik de jongen beter aan het trainen? ”. Na 10 minuten is het wel klaar. Ze zitten wat op het dak en vliegen af en toe eens weg. Er zit geen “muziek” in. Als ik dan vraag naar de voeding, dan constateer ik dat er vaak veel te zwaar wordt gevoerd. Wat is te zwaar voeren? Eigenlijk moet je zeggen: te peulvruchtrijk voeren. Velen zien wikken, Katjang-Idjoe en linzen niet als peulvruchten. Maar dat zijn ze natuurlijk wel. Zo’n voer ziet er veel lichter uit, maar is dat niet. Zodoende krijgen de duiven te veel zwaar verteerbaar eiwit binnen. ( de chemische benaming is NH2) Het teveel moet het lichaam meer verlaten want het lichaam kan dat niet opslaan. Deze word door het lichaam afgebouwd door urinezuren en purinebasen en uitgescheiden. Om purinebasen te bouwen heeft het lichaam koolmonoxide (CO) nodig.

Door het vliegen “verbrandt” door de sterke spierarbeid de koolstof geheel, waardoor bijna alleen kooldioxide (CO**2**) ontstaat. Met kooldioxide kunnen geen purinebasen en urinezuren worden gevormd. Het overbodige eiwit verbindt zich dan met een waterstofatoom (H) tot ( NH2 + H = NH3) en dat is ammoniak. Dat is, zoals we allen weten, heel slecht voor de luchtwegen ( zuurstofvoorziening) en het tast het zenuwstelsel aan. Allemaal niet erg bevorderlijk als we duiven goed willen laten trainen.

**Hoe krijg je de jonge duiven dan wel aan het trainen?**

Door al die peulvruchten weg te laten en terug te gaan naar de basis. De basis is altijd een Zuivering ( of Schoonkost) mengeling. Daar zit vooral koolhydraten in. Geeft 1 tot 2 weken alleen deze lichte mengelingen en de duiven vliegen weer als nooit tevoren. Ook hoog. Voordeel is ook dat ze snel weer honger krijgen en dus graag weer binnenkomen als de baas op de fluit blaast.

**Trainingsvluchten.**

Gaan de duiven midden in de week op trainingsvlucht, dan zou ik de mengeling wel aanpassen. Je kunt dan 1 deel Zuivering nemen + 1 deel Vliegmengeling + 1 deel Energie mengeling. Bij koud weer doe je er nog een deel vliegvoer bij. Een andere optie is een goede Jonge Duiven Vliegmengeling. Eenvoudig en zeer effectief. Op de inkorfdag is de Boarding Mix (snoepzaad met veel gepolijste Rohreis) zeker een aanrader.

**Jodium.**

Verder is het verstandig om jongen die slecht willen eten of slecht willen vliegen weer even aan de Jodium te zetten**.** De juiste samenstelling is die van Blitz van de firma Röhnfried. **Jodium** activeert de schildklier waardoor de duiven meer gaan eten en ook veel beter gaat trainen. Dan is de cirkel weer rond: (goed eten, goed trainen) Daarnaast zorgt jodium voor ontsmetting van bacteriën en schimmels. Ze krijgen ook weer mooi blank borstvlees. Als het zo warm is adviseer ik niet meer te geven van 1 ml per liter drinkwater. In het begin 3 x per week. Bij heet weer 2 x of 1 x per week als de duiven een stuk beter gaan trainen.

**Weduwschap.**

Een ander fenomeen is wat ik al eerder noemde: vooral de oudere jonge duiven hebben op dit moment al een vriendinnetje of al eieren. Trainen is er dan niet meer bij. Vaak is het met 10 minuten al wel gedaan. Heb je twee afdelingen, dan kun je overwegen on op weduwschap te spelen. De duivinnetjes apart in een hok en de jonge doffers ernaast. Maar een luik waar je de duivinnen door laat op de inkorfdag. Door het scheiden zullen zowel de doffers als de duivinnen weer veel beter gaan trainen.

**Wat kan ik doen om het landlopen te vermijden?**

Ziet u dat de jonge duiven op het landlopen, dan wil je dat natuurlijk graag vermijden. Een idee is het om de jongen te volgen en te kijken welke duif de aanzet doet tot vallen op het land. Doet steeds dezelfde duif dat, neem dan die duif uit het bestand. Meestal is het probleem dan opgelost. Je kunt ook 1 tot 2 keer per week Moorkonzentrat geven over het voer. Dat droog je dan af met Terra Mineral of Heilerde. Moorkrazentrat is eigenlijk niets anders dan mineralen van planten en bomen, die duizenden jaren geleden zijn gestorven. In die tijd was de natuur nog heel zuiver. Er was nog geen industrie. Heilaarde is eigenlijk gebakken Lös ( een soort leemgrond). Beide mineraalproducten verwijderen veel afvalstoffen uit het lichaam en voldoen aan een behoefte van de duiven, zodat ze niet meer naar het land gaan.

**Vocht.**

Het kan niet vaak genoeg gezegd worden, dat vooral jonge duiven vocht nodig hebben om zich te kunnen oriënteren en om voor koeling te zorgen. Uit testen die we gedaan hebben gedurende twee jaar in Duitsland bleek, dat de jonge duiven veel minder dorst hadden bij thuiskomst. Dat stelden de liefhebbers zelf vast, die 20% tot 25% gepelde rijst op de inkorfdag hadden bijgevoerd. Dus geen zilvervliesrijst of Paddy rijst want dan is de rijstkorrel afgesloten door een vezelige omhulsel en dat neemt geen vocht op. Het kost dan juist vocht uit het lichaam om die vezels te kunnen verteren. En dat is nou precies niet wat we willen. Het liefst de pap-kokende rijst, sushi rijst of gepolijste rondrijst ( of de kant en klare Boarding Mix).

**Vetrijke zaden.**

Deze bevatten zoals je kunt verwachten veel vet. Ze bevatten ook allemaal veel eiwit. Licht verteerbaar eiwit. Goede voeding dus voor de spieren. Vetten bevatten Koolstof ©, Waterstof (H) en zuurstof (O), maar wel duidelijk meer Koolstof en waterstof dan in koolhydraten. Als de vetten worden afgebroken in het lichaam blijft er alleen waterstof over. Vocht dus en dat is zeer belangrijk als duiven vliegen in warme of hete omstandigheden.

In eerste instantie hebben de hersenen vocht nodig. Anders is oriënteren onmogelijk. We moeten daarom alles uit de kast halen en er veel aandacht aan besteden. Ook door de duiven te leren drinken in de mand.

**Bijlichten.**

Om de zomer te verlengen (naar achteren te verplaatsen) zal je de duiven moeten bijlichten. Ongeveer 4 weken na de langste dag is vroeg genoeg om er mee te beginnen.

Je kunt dat doen met de gewone peertjes, maar ook met de juiste daglichtlampen. Deze produceren UV straling. Dat heeft invloed op het hormoonstelsel van de duiven. Met name bij de doffertjes. Die worden daar veel actiever van. Let er dan op dat de lamp de juiste kelvin waarde heeft van om en nabij de 5500-5600. Nog belangrijker is de CRI waarde. Dat is het licht van de zon zeg maar. Het zonlicht is 100. Een CRI van 98 is zowat het beste wat momenteel op de markt is. Een zeer goede lamp is de Philips Master TL-D90 Graphica 36 watt/950 RA98. Wanneer je op de juiste manier bijlicht, zullen de duiven aanmerkelijk beter presteren. Echter, het activeren van het hormoonstelsel is niet zonder gevaar. Hou daarom exact de juiste dag en nacht ritmes aan met de daarbij de bijbehorende schemerzones. Ook mag je dit systeem niet langer dan 6 weken doen. Spijker een latje achter de TL buis, zodat het licht van de daglichtlamp niet in de ogen van de duiven kan komen, maar wel op de vloer. Dit om irritatie van het bindvliesweefsel ( natte ogen) te voorkomen.

**Stofwisseling.**

Als de stofwisseling op volle toeren draait, moet je dus ook veel meer voeren. De duiven verbruiken immers veel meer energie op deze wijze. Het voer moet duidelijk meer energie bevatten en tevens licht verteerbaar zijn. Zeg maar een goede super dieet, super energy of Super Start mengeling is dan geen overbodige luxe. Voer in deze periode gerust 3 tot 4 x op een dag als je de mogelijkheden daarvoor hebt. Na de vlucht zou ik een dierlijk eiwit, zoals ei- of whey eiwit adviseren. We zitten dan immers al midden in het jonge duiven vliegseizoen als de lampen aan gaan. Deze bijproducten zijn zeer snel opneembaar en vormen samen met het licht verteerbare energieke voer voor een snelle en perfecte recuperatie.

Allemaal veel succes met de jonge duivenvluchten.

Willem Mulder.

Tel: +31-648 – 71 74 75

E-mail: matador@xs4all.nl