

HUNDEFITNESS

«PFOTENPOWER FÜR JUNG & ALT»



BEWEGUNG IST LEBEN. Prävention leisten oder Leistungsfähigkeit aufrechterhalten. Beides wichtige Schwerpunkte die in den heutigen Alltag von Mensch & Hund dazu gehören.

Die **Hundeschule CIRCLE of LIFE** bietet Ihnen mit diesem Basisworkshop einen Einblick und Einstieg in das Thema Hundefitness und wenn es darum geht, Beweglichkeit und Lebensqualität zu verbessern, bzw. zu erhalten.

Freuen Sie sich auf pfotengerechte Übungen für jung und alt, die mit Leichtigkeit im Alltag und auf dem Spaziergang eingebaut werden können, ganz nach dem Motto «kraftvoll zur neuen PFOTENPOWER».



INHALT

- Förderung von Koordination, Gleichgewichtssinn, Beweglichkeit, Stärkung der Muskulatur, Selbstvertrauen und Konzentrationsfähigkeit
- Entspannung und Wohlbefinden durch gezielte Übungen mit viel Ruhe und Geduld
- Basis- und Kraftübungen für den Alltag
- Beziehungs- und Bindungsförderung durch gemeinsames TUN
- «WARM UP & COOL DOWN»
Aufwärmen & Auslaufen - wichtig auch beim Hund



WORKSHOP 1 Basis

Sa. 25. Mai 2024
16.00 bis 18.00 Uhr



WORKSHOP 2 für Fortgeschrittene

Sa. 22. Juni 2024
16.00 bis 18.00 Uhr

Kosten CHF 85.00 / Workshop
CHF 155.00 / beide Workshops

Ort Hundeplatz COL, 8107 Buchs/ZH

Instruktorin Marisa Nussli – ausgebildete Hundefitnesstrainerin

Anmeldung via Anmeldeformular auf der Homepage oder info@hundeschule-col.ch
Die Teilnehmerzahl ist begrenzt und wird nach Eingangsdatum berücksichtigt

