

# FIT 4 DOGS - 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. 3. September 2022  
16.00 bis 18.00 Uhr



### WORKSHOP 2 für Fortgeschrittene

Sa. 17. September 2022  
16.00 bis 18.00 Uhr

**Kosten** CHF 75.00 / Workshop  
CHF 135.00 / beide Workshops

**Ort** Hundeplatz COL, 8107 Buchs/ZH

**Instruktorin** Marisa Nussli – ausgebildete Hundefitnesstrainerin

**Anmeldung** via Anmeldeformular auf der Homepage oder [info@hundeschule-col.ch](mailto:info@hundeschule-col.ch)  
*Die Teilnehmerzahl ist begrenzt und wird nach Eingangsdatum berücksichtigt*

