



Carmen Mayer

Dog Fitness

Il tuo cane in forma. Giochi ed esercizi per divertirsi insieme.

Macro Edizioni

Collana: Qua la zampa

Isbn: 9788893194594

Pagine: 144 - **Prezzo:** € 13,50

Disponibile da: Maggio 2018

Con l'aiuto di questo libro si possono allenare cani per prepararli nel modo migliore a una pratica sportiva, per riportarli in piena forma dopo un'operazione o anche per il semplice piacere di fare attività fisica insieme.

Qualsiasi sia il motivo che stimola l'interesse per questo libro, una cosa è sicuramente di primaria importanza: **occuparsi del cane come di un compagno.**

Il **Dog Fitness** risulta utile per numerosi aspetti e l'autrice **Carmen Mayer** ne descrive con precisione e chiarezza l'esecuzione, anche da parte di persone non esperte del settore.

Ogni singolo esercizio è spiegato nei minimi dettagli ed è ben illustrato con foto dimostrative per ottenerne l'esecuzione da parte del proprio cane, spesso con l'aggiunta di consigli utili e specifici per le varie attività descritte. Una descrizione breve e semplice dei vari gruppi muscolari aiuta il lettore a comprendere quali effetti provoca ogni singolo allenamento, e di conseguenza quale scegliere per ottenere lo scopo desiderato, come può essere un rinforzo muscolare mirato.

L'autrice spiega come l'esecuzione di que-ti esercizi sia alla portata di tutti usando oggetti casalinghi, senza la necessità di acquistare e utilizzare attrezzi specialistici che vengono usati in campi di addestramento o in fisioterapia, se non un clicker, un dog stepper e delle polsiere e cavigliere.

Per il resto, tutto può essere svolto nella propria casa e con attrezzi di cui tutti dispongono (libri, contenitori, sgabelli, post-it, bocconcini, ecc...).

L'autrice ribadisce più volte l'importanza di consultare il proprio veterinario fisioterapista prima di iniziare il **Dog Fitness**, soprattutto in caso di dubbi o di non perfetta salute del proprio cane, e di interrompere l'esecuzione dell'allenamento al primo avvertimento di disagio del cane.

Seguendo i consigli di questo libro possiamo aiutare il nostro cane a migliorare la sua prestazione sportiva, il suo equilibrio, il suo sviluppo muscolare e, soprattutto, si rinforza l'intesa tra lui/lei e noi.

Se si prende tutto come un gioco, il divertimento è assicurato per tutti!

L'Autrice

Carmen Mayer pratica con successo da anni assieme ai suoi due beagle la dog dance. Ha proseguito la sua formazione ed approfondito le proprie conoscenze su come costruire una sana muscolatura corporea ideando specifici esercizi ginnici.

Cesena • Paris • Montréal • Barcelona • Madrid • Santiago de Chile

Gruppo Editoriale Macro: Via Giardino, 30 – 47522 Cesena (FC)
ufficiostampa@gruppomacro.com - tel 0547-346258 (910) – cell 334-7301971 (Beatrice)
www.gruppomacro.com