

Hello ! Moi c'est Justine. En ville, on trouve peu d'espace où nos chiens peuvent se dépenser et c'est mauvais pour leur santé. Donc, on a détourné le mobilier urbain pour leur faire faire de l'exercice.

Avant de commencer, c'est très important. Je vous invite à lire attentivement les consignes de sécurité et les conseils d'échauffement sous la vidéo. Aujourd'hui, nous allons voir le Doggy Gainage. Pour cet exercice, nous aurons besoin d'un escalier. Attention, la hauteur de la marche ne doit pas dépasser la hauteur du jarret du chien. Il va travailler les abdos et le dos.

Cet exercice peut paraître anodin, mais il est en fait très physique pour le chien. On s'aide d'une petite friandise. On va l'inciter à monter sur la marche en entier et au moment de redescendre, on va le récompenser avant que ses pattes arrière ne touchent le sol. Cette position doit être tenue cinq secondes, huit secondes maximum. Et pour finir, nous allons pouvoir étirer le dos du chien et le faire récupérer en le faisant marcher 5 à 10 minutes et en lui faisant faire trois fois la révérence.

Et voilà, J'espère que vous avez appris quelque chose. En tout cas, vous venez de faire beaucoup de bien à votre animal. Découvrez tous les autres exercices et tutos sur le site de Generali. À bientôt.