

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 découvrir le Doggy Latéral. Pour cet exercice, nous aurons besoin d'un lampadaire. Attention, il ne doit pas être proche d'une route, ni sur un sol glissant. Le Doggy Latéral est simple. Il va travailler les muscles latéraux ainsi que les épaules.

Plus il est réalisé lentement, plus il sera efficace. Au début, nous demanderons au chien d'effectuer un cercle large, puis de plus en plus étroit, mais toujours lentement. 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 nos autres exercices et tutos sur le site de Generali.

À bientôt.