

I form med din hund PDF

Hester M. Eick



Dette er kun et uddrag fra bogen. Den fulde bog kan downloades fra nedenstående link.



DOWNLOAD PDF

Forfatter: Hester M. Eick
ISBN-10: 9788778578297
Sprog: Dansk
Filstørrelse: 2289 KB

BESKRIVELSE

Fitness for menneske og hund Om det er knæbøjninger, håndstand eller armhævninger, så lav øvelserne for hele kroppen ude i naturen – uden redskaber, men sammen med din hund. Her i bogen kan du finde ud af, hvordan dine workouts kan se ud, hvad der er vigtigt, når du sætter dine træningsplaner sammen, og hvordan du kan optimere din fitnessstræning, hvad angår styrke og udholdenhed. • Om det er styrketræning for ejeren eller balanceøvelser for hunden, så kan du finde det her. • Du kan let gøre det efter. Beskrivelser af øvelserne i ord og billeder hjælper dig. • Positiv sideeffekt: Fællestræning binder jer sammen og støtter teamånden. For sportslige menneske-hund teams og for dem, der gerne vil være det!

HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?

Fitness for menneske og hund Om det er knæbøjninger, håndstand eller armhævninger, så lav øvelserne for hele kroppen ude i naturen - uden redskaber, men ...

Rude. Motion er vigtig. Det glæder også for hunde. Og derfor har Tina M. Stigfeldt valgt at holde sine slædehunde i sommerform med disciplinen Weight Pull.

Kom i form med din hund! Det er vigtigt at vi få aktiveret vores hunde, så de kan holde sig sunde, glade og raske. Men hvad med dig som hundeejer?

I FORM MED DIN HUND

[Læs mere ...](#)