

CORSO DI CANICROSS & ULTRACANICROSS

dalla teoria all'allenamento



*Sei un appassionato di corsa in mezzo alla natura
e ti piace farti accompagnare dal tuo cane?
Questo è il corso che fa per te!*

In 10 incontri vi spiegheremo tutto quello che serve per avvicinarsi
a queste discipline e allenarsi al meglio.

Dall'attrezzatura più adatta alla nutrizione, dall'allenamento alla sicurezza
in montagna, scoprirete un altro modo per divertirvi con il vostro cane,
mantenervi in forma ed esplorare la natura in tutta la sua bellezza.

Ogni incontro prevede 30 min circa di teoria e 40-60 minuti
di allenamento pratico.

Quando:

tutte le domeniche dal 26 Ottobre,
ore 9.30-11

Dove:

Rifugio Baratieri, Arzago d'Adda (BG)

Cosa portare:

abbigliamento sportivo adatto
alla corsa (scarpe da running),
Imbrago/pettorina per il cane e
guinzaglio lungo.

Max 8 binomi/partecipanti



Per informazioni contattare

canicross@lavita6zampe.it T. 338 39 60 358 www.lavita6zampe.it