



## ENDLICH! FÜHREN KÖNNEN

VERSTEHEN LERNEN ANWENDEN

### **Canicross- gemeinsam unterwegs, im gleichen Takt**

Canicross ist mehr als nur Laufen mit Hund- es ist echtes Teamwork. Du und dein Hund seid verbunden, spürt den Rhythmus des anderen, arbeitet miteinander.

Gemeinsame Bewegung, klare Kommunikation und echte Verbindung – draußen, im Flow, ganz bei euch.

**Ideal für alle, die gemeinsame Zeit aktiv erleben und die Bindung stärken wollen.**

Einsteigen ist ganz leicht- ihr wachst gemeinsam rein!

#### **Ablauf:**

- Infos zur Ausrüstung
- Warm- up für Mensch & Hund
- Geführter Canicross- Lauf ( angepasst )
- Cool-down und kurze Nachbesprechung

**Termine:** 2 x monatlich, nach Anmeldung in Absprache mit den Teilnehmern

**Dauer: 1 Std.**

**Preis: 35 €**

**Anmeldung: 0159-01097806**

**Daniela Decker Coach für Mensch & Hund**