

#logosedizioni



Logosedizioni

IN FORMA CON IL TUO CANE

Karen Sullivan

Brossura

2017

cm 14,5 x 19,5, 112 pp.

italiano

9788857609294

12,00€

Disponibilità Immediata

IN FORMA CON IL TUO CANE

Fitness a quattro zampe

Tanti esercizi divertenti per allenarti insieme al tuo cane

Quante volte vi siete riproposti di iniziare una dieta salutare o di fare un salto in palestra? I mille impegni quotidiani e una buona dose di pigrizia spesso ci impediscono di prendere la decisione giusta: la più salutare per noi. Purtroppo le cattive abitudini degli esseri umani si riflettono anche sui loro animali domestici, che imitando i padroni indugiano tra il divano e il frigorifero, esagerando con gli spuntini.

È arrivato il momento di cambiare!

Grazie a questa guida completa potrete mettere a punto un programma di fitness e una dieta facile e divertente, da seguire in compagnia del vostro fedele amico a quattro zampe. Prima di cominciare, leggete i preziosi consigli per valutare nel modo più oggettivo possibile la vostra costituzione, il peso, le abitudini alimentari e il livello di fitness. Gli esercizi proposti vi consentiranno di liberarvi di quei chiletti in eccesso gradualmente e in completa sicurezza, fino a raggiungere una perfetta forma fisica. Anche il vostro cane potrà beneficiare dei tanti effetti positivi che un'attività regolare produce a livello fisico e psicologico: troverete infatti spunti e consigli utili per migliorare il suo stile di vita e allenarvi insieme, rafforzando il legame che vi unisce. Il cane è stato definito "il miglior amico dell'uomo", ora spetta a noi ricambiare il favore e assicurargli una vita felice e in salute.

L'autrice:

Karen Sullivan è una nutrizionista e una rinomata autrice di libri e saggi sul benessere e il fitness, tra cui alcune pubblicazioni dedicate al mondo dei cani. Ha presieduto numerose conferenze sui problemi legati all'obesità e tenuto corsi sull'alimentazione.

IN FORMA CON IL TUO CANE



IN FORMA CON IL TUO CANE
Titoli correlati



PERCHÉ IL MIO CANE FA COSÌ?

Sophie Collins
9788857607016
12,00€



PERCHÉ IL MIO GATTO FA COSÌ?

Catherine Davidson
9788857607023
12,00€