



DOGMOFIT ACTIVITEITEN ALGEMENE INFORMATIE

MEENEMEN

- Jezelf en hond.
- Hondenhalster/tuig.
- Riem (niet te lang of te zwaar).
- Beloonzakje (waar je makkelijk bij kan) met verschillende lekkere hondensnoepjes (zorg dat de snoepjes klein zijn en snel op te eten voor de hond), óf als je hond niet zo voedselgericht is, een favo speeltje (zonder piep graag).
- Neem voldoende water mee voor jezelf en de hond.
- Trek sportschoenen en (sport)kleding aan waar je jezelf lekker in voelt. Laagjes kleding is altijd prettig, voor warm/koud wisseling. En een paar reservesokken kan soms fijn zijn.
- Wat je persoonlijk denkt nodig te hebben.
- Goed humeur en een mooi zonnetje.

TIPS

- Zorg ervoor dat als je hond zijn/haar maaltijd eet, dat er minimaal een uur zit tussen het eten en de training. (En niet te veel laten drinken.) Ook fijn om zelf niet te veel/vlak van tevoren te eten/drinken.)
- Dan is het heel handig als je voor de les samen met je hond al een stukje gewandeld hebt, alvast om een beetje op te warmen (niet overdrijven, zeker niet als het warm weer is) en de hond kan nog even naar de w.c.
- Ook een wandelingetje ná de training is heel fijn als verlengde cooling down voor de hond en jezelf.
- Arriveer liefst zo'n 5 tot 10 minuutjes voor aanvang van de lessen, dan kunnen we rustig wennen aan elkaar en de honden. We houden de honden voor, tijdens en na de les altijd aan de lijn. In overleg eventueel los. Stem even af met de andere cursisten of jullie honden even aan elkaar mogen snuffelen. Of dat ze voor de les (buiten de leslocatie) even met elkaar mogen spelen, wanneer jullie honden dat juist nodig hebben.
- Heb jij en/of je hond een blessure, laat het me even weten s.v.p. Of als je iets anders wil delen met betrekking tot het volgen van de les.
- Bedenk dat "DOGMOFIT" vooral voor de fun, het samen sporten/spelen en het versterken van de band tussen jou en je hond is, dus geniet van de les! (Ieder heeft een eigen persoonlijk leerdoel(en). Uiteraard kun je van elkaar leren, maar vergelijken met een ander is niet aan te bevelen, want ieder heeft haar/zijn eigen kwaliteiten.)
- Jullie DOGMOFIT-instructeur staat open voor feedback, zowel tips als tops zijn welkom.
- De betaling van een DOGMOFIT-activiteit gelieve vóór de les te betalen via het betaalverzoek dat ik zal versturen via WhatsApp.
- Heb je vragen? Stel ze gerust! Ook na de les (of via een appje) is daar ruimte voor.

Sportieve groet,

Angela Beun
DOGMOFIT