



ドッグフィットネス

営業時間

9:00~12:00

13:30~18:00

お問い合わせ

TEL:

04-7096-7200

(10:00~19:00)

E-MAIL:

dogf-k@regina-resorts.com

レッスンご参加の方は

ワンちゃんの好きなおやつ

又はおもちゃをご用意

くださいませ。

ハーネスやライフジャケット

は当館でも用意しております

ですが、持ち込みも可能で

ございます。

## ドッグフィットネスのご案内

フィットネスをするのは人だけじゃない！

ワンちゃんも健康寿命を延ばすために、フィットネスが必要です！

「簡単で楽しい！」ワンちゃんに合った無理のない運動をサポートしてフィットネスを行います。ワンちゃんの筋力、バランス機能、柔軟性を向上し、身体の調整、そしてより良い健康状態に導きます。

### ランドフィットネス

各コース約 25 分 1 回 1 頭 ¥2,750 (税込)

3 コースの中からお選びいただけます。

ケーナインサーキットコース

8種類程度の様々なフィットネス器具を使って運動を行います。前肢、後肢、体幹…満遍なく運動ができ、普段のお散歩では培われない筋肉、柔軟性、バランス力が向上します。

ゴールの後はバランスボールの上でリラクゼーション。ご家族の方も一緒にリラックスしていただけます。

インフィニティマウンテンコース

いろんな形のバランスボールを用いて山のように作り、運動を行います。登ったり下ったりすることで効率よく体の筋力、柔軟性、バランス力、持久力が向上します。ワンちゃん自身が身体の使い方を考えて到達した頂上では、きっといい笑顔を見せてくれるでしょう。

パートナーズレッスンコース

トレーナーが基本のフィットネス運動方法をご家族にお教えし、ワンちゃんと一緒にフィットネスを体験していただくコースです。さらにランドトレッドミル運動もお伝えします。

### 楽しいフィットネス 体験会

毎日 16 時から 10 分ほどロビーにて楽しく和気あいあいとフィットネスの無料体験を行っております！

※当日予約状況によりお休みする場合がございます。ご了承くださいませ。

### アクアフィットネス

利用時間 20~30 分 1 回 1 頭 ¥5,500 (税込)

初めてのプールやお水が苦手でも心配ありません！

トレーナーがしっかりとサポートします。一流スポーツ選手のトレーニングやリハビリに使用するアメリカ製の流水プールで、体（筋肉や関節）に負担なく全身運動が出来ます。川のような流れの水流を利用し、ワンちゃんに合わせたアクアフィットネスを行います。

\*愛犬の乾かしは飼い主様をお願いしております。

裏面にタイムスケジュールがあります。

# ドッグフィットネス

## タイムスケジュール



### プール

### バランスボール

### ランドレッドミル

9:00			
9:30		9:30~10:00	9:00~12:00
10:00	10:00~10:30	10:00~10:30	10分/200円
10:30	☀️ 10:30~11:00	☀️ 10:30~11:00	
11:00	11:00~11:30	☀️ 11:00~11:30	
11:30	☀️ 11:30~12:00		
12:00			
13:30		13:30~14:00	13:30~18:00
14:00			
14:30		14:30~15:00	
15:00			
15:30		15:15~15:45	
16:00	☀️ 16:00~16:30	16:00~16:15 楽しいフィットネス	10分/200円
16:30	16:30~17:00	☀️ 16:30~17:00	
17:00	17:00~17:30		
17:30	☀️ 17:30~18:00		
18:00			

- \* 16:00~16:15 楽しいフィットネスは無料体験会です。
- \* 当日の状況により、レッスンの時間を変更する場合がございます。
- \* 上記の全メニューは1頭ずつ行います。多頭の場合は頭数分のお申込みをお願いいたします。
- \* 獣医師より運動の制限をされていないワンちゃんをご参加いただけます。
- \* 愛犬の健康状態を確認していただき、元気のないとき、疲れている時は無理して行わないでください。キャンセルをご希望の場合には、早めにご連絡くださいませ。
- \* レッスン中にワンちゃんの体調が悪くなった時や攻撃的になった場合にはトレーナーの判断で、中断させていただきます。