

#QUATTROPIUDUE

I Benefici del FUNctional DT nel cucciolo, nel cane adulto, nel cane anziano. L'Allenamento funzionale



Alessia Scazzuso
Claudio Papa
Ideatori del metodo FUNctional DT



INDICE

INTRODUZIONE	02
CHI SIAMO	04
CHE COS'E' IL FUNCTIONAL DT	05
BENEFICI NEL CUCCIOLO	06
BENEFICI NEL CANE ADULTO	08
BENEFICI NEL CANE ANZIANO	10
ALLENARE IL TUO CANE A CASA	12
CONCLUSIONI	13

INTRODUZIONE

FUNctional DT

L'allenamento funzionale per il tuo cane

Immagina di poter trascorrere del tempo di qualità con il tuo cane, mentre lo aiuti a costruire **forza, calma, fiducia in sé stesso e benessere generale**.

Ecco, in poche parole, cos'è il FUNctional Dog Training: un'attività completa che unisce **movimento, gioco e collaborazione** per migliorare la vita di ogni cane, dal cucciolo curioso all'anziano che desidera ancora muoversi con gioia.



“Nel FUNctional Dog Training, ogni movimento è un passo verso la forza, la fiducia e la gioia condivisa: l'energia si trasforma in equilibrio. Basta un solo sguardo ed è complicità!”

#Quattropiudue



FUNctional – Molto più di uno sport!

Spesso si pensa allo “sport cinofilo” come a qualcosa di complicato o riservato a pochi esperti. In realtà, il FUNctional DT è alla portata di chiunque voglia regalare al proprio cane (e a sé stesso!) momenti di divertimento e apprendimento.

Il bello è che **non serve essere atleti** professionisti per iniziare: bastano la voglia di fare, qualche esercizio mirato e la curiosità di scoprire come, passo dopo passo, il nostro amico a quattro zampe può migliorare equilibrio, tono muscolare e tranquillità mentale.

🤔 Se ti stai chiedendo che differenza possa fare tutto questo nel quotidiano, la risposta è semplice:

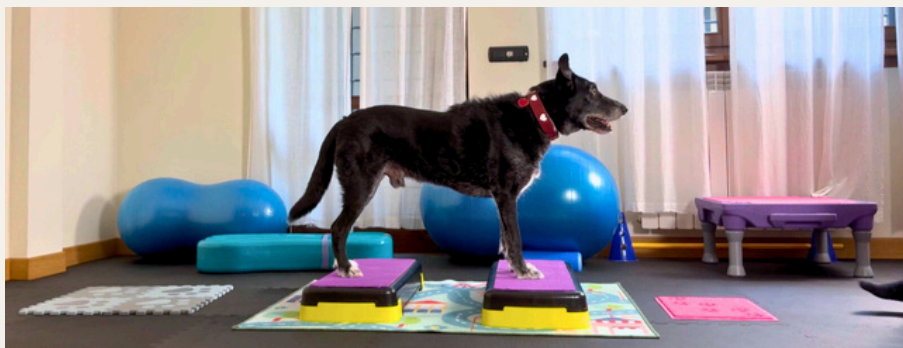
Un cane più consapevole, forte, sicuro di sé e appagato affronta con entusiasmo e tranquillità ogni esperienza. Sia la corsa al parco, sia le passeggiate in famiglia o gli incontri con altri cani.

In breve, è un cane più sereno e pronto a godersi ogni momento al tuo fianco.

E tu, come compagno di allenamento, potrai scoprire un nuovo modo di comunicare e **rafforzare il legame con il tuo migliore amico.**

Sei pronto a saperne di più? Nelle pagine che seguono, scoprirai come il FUNctional Dog Training può diventare un alleato prezioso per la salute e il benessere dei cani di tutte le età, trasformando l'attività fisica in un'occasione unica di crescita e complicità.

Buona lettura e... buon divertimento!



CHI SIAMO

#Quattropiudue

Centro di Formazione e Cultura Cinofila

Siamo Alessia Scazzuso e Claudio Papa, due professionisti che operano da anni nel settore della cinofilia.

Nel nostro **Centro di Formazione e Cultura Cinofila a Roma**, ci occupiamo di:

- ✓ Educazione di base
- ✓ Recupero comportamentale
- ✓ Sport cinofili
- ✓ Formazione professionale

Da oltre 10 anni formiamo aspiranti professionisti e cinofili già esperti che vogliono specializzarsi.

Da 5 anni abbiamo anche una nostra scuola di formazione professionale: la **#Quattropiudue Academy**.

Inoltre, da 7 anni ci occupiamo di preparazione atletica del cane e di allenamento funzionale.

Nel 2021 abbiamo ideato il FUNctional DT, riconosciuto come attività cinotecnica del CONI / EPS, e marchio riconosciuto. Un'attività completa per tutti i cani, ormai diffusa in tutta Italia.



CHE COS'E' IL FUNCTIONAL DT


I Benefici del FUNctional DT

FOCUS SUL FUNCTIONAL


Il FUNctional Dog Training è un'attività che sfrutta i principi dell'**allenamento funzionale** per migliorare la qualità di vita dei nostri Pet, **adatta a cani di tutte le età**.


Infatti FUNctionalDT non è solo un esercizio di Propriocezione, Equilibrio e Sicurezza, ma anche **una palestra mentale** per cani insicuri, deprivati, che fanno fatica a calmarsi o con difficoltà di apprendimento.

Diventando così una risorsa importante anche per i professionisti del settore cinofilo.

 Questa disciplina offre benefici specifici in base all'età del cane e al suo stile di vita o alle sue specifiche esigenze di salute.

La maggior parte degli infortuni dei nostri cani, spesso deriva da semplici momenti di gioco al parco, o da una piccola disattenzione che può causare conseguenze anche serie.

 Inserendo il FUNctional DT nella vita del nostro compagno faremo un importante e prezioso lavoro di prevenzione rendendolo più **competente e resistente alle sollecitazioni del quotidiano** (che sia una gita in montagna, il gioco al parco con gli altri cani, o le corse folli con la pallina) e più pronto per qualsiasi disciplina cinofila.

 Vediamo nel dettaglio come può aiutare cuccioli, adulti e anziani.

BENEFICI NEL CUCCIOLO

Cuccioli e FUNctional

F

U

N

I cuccioli attraversano una fase cruciale e fondamentale di sviluppo motorio, cognitivo ed emozionale. Il FUNctional Dog Training può offrire loro:

✓ **Miglior sviluppo motorio**

Aiuta a coordinare i movimenti, migliorando equilibrio, consapevolezza del corpo e confidenza del cucciolo con ambienti nuovi e ricchi di stimoli. (rendendolo un adulto sicuro ed equilibrato).

✓ **Potenziamento muscolare graduale**

Esercizi a basso impatto stimolano la crescita armoniosa senza sovraccaricare le articolazioni.

✓ **Miglioramento dell'autocontrollo**

Attraverso esercizi che coinvolgono la sfera cognitiva dell'apprendimento e la calma nell'esecuzione, insegnerà al tuo cucciolo ad essere meno impulsivo.

✓ **Costruzione della relazione con il proprietario**

Il lavoro insieme rafforza il legame e aumenta la fiducia costruendo un solido accreditamento del cucciolo al suo referente umano.

✓ **Prevenzione di problemi posturali e articolari**

Un buon uso del corpo fin da piccolo insegna una corretta memoria muscolare e riduce il rischio di displasia e altre problematiche future.

✓ **Autoefficacia ed esperienza**

Attraverso una corretta stimolazione sensoriale, tattile e di nuovi movimenti si arricchisce la parte esperienziale, riducendo l'insorgere di paure e migliorando l'autoefficacia del cane.

L'esercizio è salute. L'apprendimento è azione.

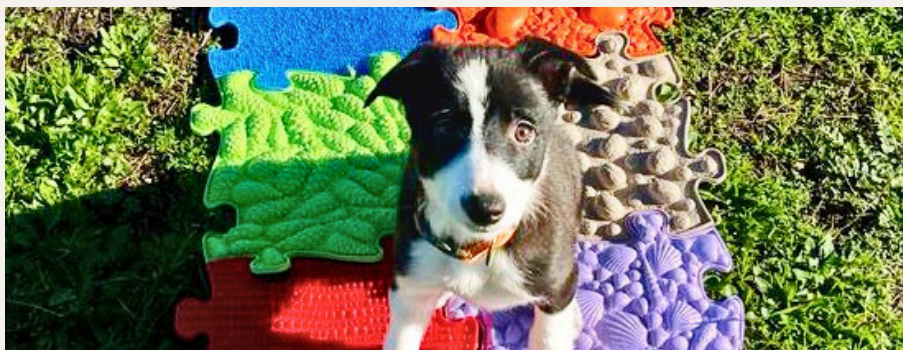
Come per noi, così anche per il cane, il benessere psicofisico e una crescita sana ed equilibrata passano anche dal corretto movimento.

Perché "il movimento è molto di più dello spostamento del corpo nello spazio".

"Crescere insieme, un movimento alla volta".

Il Functional Dog Training non è solo esercizio, è connessione, consapevolezza e benessere condiviso.

Ogni passo rafforza il corpo, ogni sfida affina la mente, ogni istante rafforza il legame. 🐾💪🌟"



BENEFICI NEL CANE ADULTO

Il cane e il FUNctional

Quando il nostro cane arriva nell'età adulta, si trova nel pieno delle sue potenzialità sia fisiche che mentali.

È il momento perfetto per valorizzarle al meglio!

Con il Functional Dog Training, infatti, puoi trasformare la semplice routine quotidiana in un'occasione di **crescita ed esercizio**, prevenendo infortuni e stimolando corpo e mente.

Sfruttando l'energia tipica di questa fase, il FUNctionalDT diventa un fantastico alleato per mantenere il tuo cane agile, forte e mentalmente attivo, oltre che **più collaborativo e sereno** nel vivere ogni esperienza al tuo fianco.

Una corretta attività fisica, buone posture e movimenti funzionali pongono le basi per una vecchiaia più semplice.



Ecco alcuni benefici che si possono ottenere:

✔ **Potenziamento muscolare e resistenza**

Esercizi mirati rafforzano la muscolatura, migliorando performance e prevenendo infortuni.

✔ **Maggiore mobilità e agilità**

Essenziale per cani sportivi o attivi, ma utile anche per i cani da compagnia, garantendo una corretta attività, necessaria per ogni cane.

✔ **Gestione dello stress e del comportamento**

Il lavoro motorio associato alla concentrazione riduce ansia, iperattività e stress, migliorando anche la capacità di apprendere.

✔ **Prevenzione di squilibri posturali e compensazioni**

Importante per mantenere un assetto corporeo corretto nel tempo e un'efficienza muscolare a supporto della struttura ossea.

✔ **Miglioramento della relazione e della collaborazione**

Aiuta l'ascolto del cane e a lavorare in sinergia con il proprietario.

✔ **Sicurezza e corretta stimolazione**

Migliora la sicurezza verso il nuovo e sopperisce a piccole o grandi mancanze di conoscenza del mondo, alla base delle paure e delle insicurezze, migliorando anche l'autoefficacia.

Ogni esercizio è un investimento nel suo benessere, ogni sessione è un momento di crescita e connessione. Non aspettare il momento di necessità, allenalo per vivere al meglio! 🐾💪🌟"



BENEFICI NEL CANE ANZIANO

FUNCTIONal della terza età

Con l'età, il cane può perdere tonicità muscolare, mobilità e interesse nelle attività quotidiane. La sedentarietà e la scarsa stimolazione velocizzano l'invecchiamento e peggiorano lo stato generale di salute sia fisico che mentale.

Il FUNCTIONal Dog Training può aiutarlo con:

✓ **Mantenimento della massa muscolare**

Evita il deperimento muscolare e rallenta la perdita di tono, prevenendo l'immobilità.

✓ **Miglioramento della mobilità articolare**

Aiuta a mantenere le articolazioni in salute e riduce il rischio di rigidità. Previene così il rischio di cedimenti e cadute.



✓ **Stimolazione cognitiva**

Esercizi a basso impatto mantengono attivo il cervello, riducendo il rischio di declino cognitivo. La giusta attività fisica migliora l'attenzione, la memoria e ha effetti positivi anche sull'umore del cane.

✓ **Aumento del benessere generale**

Il movimento regolare favorisce la circolazione, la pressione e riduce il rischio di malattie cardiache. Esercizi specifici aiutano il mantenimento del metabolismo, riducendo il rischio di obesità.

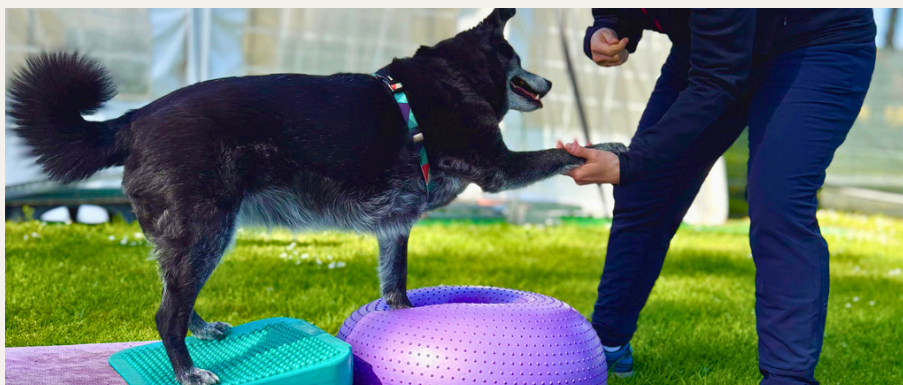
✓ **Maggiore qualità di vita**

Un cane anziano che si muove meglio è più autonomo e felice.

"In ogni passo più lento c'è la storia del nostro legame: prendersi cura di un cane anziano significa onorare l'amore che ci ha donato, un giorno alla volta."

Quando il cane invecchia, rallenta e mostra segni di stanchezza, è fondamentale offrirgli il supporto e l'attenzione necessari per mantenere la sua qualità di vita.

Continuare a dedicargli tempo, cure mediche adeguate ed esercizi mirati significa non solo aiutarlo a stare meglio fisicamente, ma anche celebrare il profondo legame costruito negli anni. Aiutarlo ad invecchiare bene è un suo diritto e un nostro dovere... ma soprattutto è un gesto d'amore.



ALLENARE IL TUO CANE A CASA

Semplici esercizi da fare a casa tua

Il FUNctional DT ha tanti tipi di allenamento, ognuno specifico per ogni soggetto.

Se vuoi scoprirlo insieme a noi:

VIENI A TROVARCI!

Scrivi a

segretetia@quattropiudue.it

o al numero 335/7770100

Se invece vuoi iniziare da subito a lavorare sulla crescita del tuo cane nel modo giusto, abbiamo creato un videocorso apposta per te!

🐾 Ti guideremo passo dopo passo in esercizi pratici e semplici da fare a casa per migliorare la postura, l'equilibrio e la consapevolezza corporea del tuo cane.

•• Vuoi saperne di più?



Accedi a questo link:
[academy](#)

Oppure contattaci



Introduzione al Programma

Ciao e ben tornato! Oggi ti guideremo attraverso la magica esperienza del FUNctional Dog Training...



Prima di iniziare:

Riscaldamento&Defaticamento

Ciao a tutti e benvenuti a questa lezione dedicata a due aspetti fondamentali per la salute del v...



Test di fine modulo

Abilità Base del FUNCTIONAL DT



CONCLUSIONI

Grazie per l'attenzione

Adesso hai una piccola guida che può indirizzarti sulla giusta strada per la vita con il tuo amico.

Questa è solo una finestra sul grande e meraviglioso mondo dell'allenamento funzionale e del FUNctional Dog Training.

Facci sapere come ti stai trovando e condividi i tuoi progressi nelle storie di Instagram e tagga @functional_dogtraining

Continua a seguirci su:



[Instagram- @functional_dogtraining](#)



[TikTok- @functional.dog.tr](#)



[Facebook- quattropiudue](#)

A presto
Alessia&Claudio
#Quattropiudue