

2 – Faites basculer votre chien d'avant en arrière. Attrapez la base de la queue ou la croupe d'une main et le garrot ou le poitrail de l'autre. Poussez et tirez en créant un mouvement de bascule, d'avant en arrière et d'arrière en avant. Cela aide à **relaxer le cou, les épaules, les hanches et l'épine dorsale tendus**. Ce mouvement **fortifie les tendons des jarrets, les grassetts, les coudes et les autres articulations**. Il aide également à la digestion.



3 – Quand votre chien est couché sur le côté, poussez son corps juste assez loin pour que, en relâchant, il rebascule vers vous. Prolongez alors ce mouvement en tirant le corps vers vous jusqu'à ce que vous le sentiez retomber vers le centre. Pendant que vous poussez et tirez doucement, cherchez à trouver le rythme et le tempo naturel du chien.



À chaque séance, ceux-ci seront différents. Ils seront influencés par qui est le chien, comment il se sent, et la dynamique de vos énergies qui se combinent. **Ce mouvement a un effet reconfortant et relaxant. Il stimule et rééquilibre les organes internes de la même manière qu'un bon étirement.**

Cela est particulièrement bénéfique pour les vieux chiens qui ont peu d'activité physique.