



减肥后的帅气小米

# 圆滚滚的确实很可爱,但不健康,宠物健身应运而生 收费四五千元 你愿意送宠物去减肥吗

本报记者 周夏林

近日,一只拉布拉多犬通过游泳、散步等运动,半个月时间就从40.8公斤减到了37公斤,它的“励志减肥故事”冲上了热搜。

此前受疫情影响,不少人因为宅家,身材发福走样,而胖的不只有人,还有一起宅家的“主子们”,由此也催生了一个新职业——宠物健身教练。

宠物是怎么减肥的,和人一样吗?有没有必要给“主子”减肥?这项服务靠谱吗?

5月30日,记者来到位于萧山闻堰的一家宠物机构了解相关信息,照片上的拉布拉多就是在这里减的肥。



健康餐和宠物的减肥运动

## 越来越多的人送宠物去健身 核心是控制饮食加运动

记者在这家宠物机构的大厅里见到了主角——那只“励志”的拉布拉多,它叫大米,5岁4个月大,对运动的积极性很高,它的“健身教练”——训犬师张珩一靠近,就叼着球踱步过来想玩游戏。

张珩告诉记者,一只正常的成年拉布拉多体重在27~34公斤,大米刚来的时候有40.8公斤,从上往下看它找不到腰,属于肥胖体型。

“大米已经很棒了,通过运动减肥效果很明显。”张珩说,每一只被主人送来健身的“毛孩子”,他们都会仔细检查,“身体状况、饮食结构、主人的饲养习惯都要了解清楚,然后定制健身方案”。

狗狗怎么健身,有运动器材吗?张珩告诉记者,和人减肥差不多,主要是控制饮食加运动。

首先是饮食,许多狗狗就是因为吃的狗粮不够“健康”,才导致发胖。大米的健身餐基本由胡萝卜、蔬菜、鸡胸肉和营养品等组成。减肥期间,基本每天都是这样度过。

在运动方面,一般的狗狗会先散步热身,然后开始力量训练,例如平衡站立(类似于人类的平板支撑)、坐卧立转换(用于训练核心)等,一般时间控制在20~30分钟,每个动作五组,完成会有小零食奖励。此外,还有一周一次的游泳,以及适当的跑步训练,店里有专门的狗狗跑步机。

据了解,大米的膝关节有些问题,不宜剧烈运动,只能通过散步和游泳来减肥。大米每次游泳20~30分钟,运动量就达标了。结束运动之后,教练还会为狗狗按摩,跟人类力量训练之后要对肌肉进行拉伸一样,狗狗在运动之后如果立刻休息,关节容易积液,需要进行适当按摩。

科学的训练和饮食安排下,大米半个月成功减重6斤多。

这样一个月的宠物健身服务,费用一般需要4000~6000元不等,更详细的还要根据狗狗具体情况来定。

## 胖虽可爱却不健康 宠物健身教练应运而生

现在,养宠物的人越来越多了,中国也逐渐成为全球最大的宠物市场。《中国宠物行业白皮书——2022年中国宠物消费报告》显示,2022年中国城镇犬猫数量为11655万只。与此同时,人宠关系正在发生革命性变化,宠物带来的陪伴感使其逐渐成为养宠家庭的一分子。为了实现与宠物更长久的陪伴,宠物主越来越重视爱宠的营养健康,精细化宠物健康管理成为宠物消费新趋势。

走访的宠物培训机构负责人告诉记者,自从去年店里开设宠物健身课程以来,陆陆续续来减肥的狗狗已经有十几只了。店里还有一只“明星学员”——歪歪,去年歪歪就因为跑步减肥十斤而上了热搜。

为什么需要减肥的狗越来越多了?张珩的回答是爱!绝大部分的胖狗狗都是因为主人对“毛孩子”太好了,在挑选狗粮时专挑好的买,当狗狗索食的时候,又不忍心“毛孩子”饿着,不知不觉就喂多了。

张珩说,实际上狗粮的成分很重要,不单单是营养丰富就好,营养丰富的狗粮吃多了也会胖,平常可以给狗狗搭配吃些“减肥粮”,电商平台一搜就能买到。

记者在点评软件里搜索“宠物健身”“宠物减肥”等关键词,发现提供宠物健身服务的店并不多,只有四五家,主要以犬类健身为主。

这些店收费都不便宜,基本都在4000~6000元不等。其中,减肥项目也和张珩所说的差不多,主要是散步、跑步以及游泳。狗狗基本都要“寄养”在店里,或是“日托”,而大多数人选择的是“寄养”。

花费4000元甚至更多钱给宠物减肥,值吗?有的网友感叹,“这一个月的私教费快赶上我一个月工资了,带狗子多运动不就行了吗?”

也有人觉得值得。网友胖雨养了一只柯基,自从绝育之后开始发胖,现在有37斤,妥妥的“小胖墩”。胖雨告诉记者,她觉得这项服务很值,“狗狗和家人一样,它太胖会带来很多健康问题,我和老公都有工作,也没那么多时间陪狗狗运动,如果交给专业的机构我们也放心”。

## 00后杭州小伙,拿到了苹果WWDC大会邀请函

本报讯 还在美国加州大学尔湾分校计算机科学与管理专业读大三的杭州小伙鲁晟远,最近拿到了自己梦寐以求的一张门票,不是五月天的演唱会门票,而是苹果WWDC大会的邀请函。

鲁晟远今年22岁,是一名00后的杭州小伙,他收到了一份特别的包裹:一件挑战赛定制的卫衣,几颗胸针以及第二代AirPods Pro,当然,还有这份获奖证书——这已经是鲁晟远同学第二次获得这个奖项了,作为一名从小就立志成为软件工程师的计算机专业学生,能获得来自苹果的邀请函,对他来说是莫大的肯定。

其实每年的这个时候,苹果都会在开发者大会(WWDC)前夕发起Swift学生挑战赛,鼓励学生发挥创意,通过Swift Playgrounds创作自己的作

品,并邀请获胜者参与WWDC大会,走上全球开发者梦寐以求的盛会。

“祝贺你!你所创建的应用程序,已经翻开了新的篇章,并以此表彰你成为WWDC23 Swift学生挑战赛获胜者。”这次是鲁晟远第三次参加Swift学生挑战赛,之前在2019与2021年参与,其中2021年获奖,2019年被拒绝。

据了解,他学习iOS开发的旅程开始于高二,当时苹果举办了WWDC 2018,“在熬夜观看时,我被大会上播放的一则视频Source Code源代码所感动,视频讲述了苹果开发者为世界带来的伟大贡献。我联想起之前做过一个帮助高中生学习化学元素的App原型,但我得先学Swift编程语言,才能把它做出来。于是,我从App Store里下

载了Xcode,创建了第一个项目。”鲁晟远表示,高中并不教编程,也没有计算机老师,他只能自己摸索。

为了系统性地学习,鲁晟远在大学里报名加入了WWDC Scholars这个学生开发者组织。遇到难题就在群里面求助,成员们都十分热情,很快就会得到解决方案,这也让他的开发水平突飞猛进。因为持之以恒的学习,鲁晟远同学在2021年首次获得了学生挑战赛优胜奖,今年已经是他第二次拿到这个奖项了。“每个人从零开始踏出第一步都是非常令人恐惧的,对于潜在的学习者,鼓励自己试一试才是最重要的。”

对于未来的工作,他说,想在硅谷当软件工程师。  
本报记者 张云山