

ENTRENAMIENTO PERSONAL

DÍA 1 VALORACIÓN/TEST

Patologías, Análisis corporal mediante bioimpedancia, Déficit (Fuerza, Movilidad...)

ENTRENAMIENTO GUIADO A LA SEMANA

Según objetivos y resultados test

SESIÓN MASAJE

USO DE INSTALACIONES PARA HACER SESIONES EXTRA POR TU CUENTA

(Pautado por el entrenador)

RE-TEST + INFORME DE MEJORA Y SEGUIMIENTO



ENTRENAMIENTO INDIVIDUAL

BONO MENSUAL

(1 día/sem).....**150€**

(2º MES 120€)

BONO MENSUAL

(2 días/sem).....**210€**

(2º MES 180€)

“GRUPO” 2 DEPORTISTAS

BONO MENSUAL

(1 día/sem).....**100€**

(2º MES 80€)

BONO MENSUAL

(2 días/sem).....**150€**

(2º MES 120€)

ENTRENAMIENTOS
ESPECÍFICOS 

ENTRENAMIENTO PERSONAL

¿BUSCAS ENTRENAMIENTO INDIVIDUALIZADO O EN PAREJA?

Entrenamiento personal a la carta. Programa para todos aquellos que busquen un método de entrenamiento individualizado o en pareja.

EL OBJETIVO

- Evaluación individual del deportista con criterios objetivos y científicos.
- Alcanzar los objetivos (generales y específicos) marcados por cada usuario.
- Entrenamiento individualizado según las demandas personales.

Nuestro programa está diseñado con el objetivo de ofrecer un **servicio multidisciplinar** completo de **fisioterapia y preparación física adaptado a cada situación individual.**