

Personal training

PERSONAL
TRAINER



*Consigue tus objetivos con nuestros entrenadores personales.
Un equipo de profesionales expertos en la Actividad física y
deporte junto a colaboradores (fisioterapeutas,
Nutricionistas, etc) a tu servicio.*

Entrenamiento Personal PREMIUM

Entrenamiento personal que incluye los siguientes servicios:

- Entrevista previa, toma de datos y centros de interés (objetivos) personales.
- Estudio de indicadores Fisiologicos (parámetros de mejora estado físico)
- Indicadores de rendimiento físico (Parámetros de mejora del rendimiento)
- Control de Cardio y Kcal. Diario con IPAD con la App profesional “POLAR TEAM”**
- Envío de gráfico personal de trabajo por sesión**
- Monitorización Presencial motivante** con retroalimentación sobre consecución de objetivos
- Uso de herramienta web** para observar los datos y sesiones presenciales/no presenciales que los entrenadores dejarán colgadas en **tu página personal de entrenamiento.**
- Préstamo gratuito de material de SPORTA para los entrenamientos no presenciales** (rodillo de pilates, bastones de marcha nórdica,etc).
- Control bimensual de parámetros objetivos de mejora

Entrenamiento Personal Línea Básica

Entrenamiento Personal con los servicios:

- Entrevista previa, toma de datos y centros de interés (objetivos) personales.*
- Control de Cardio y Rendimiento calórico Diario*
- Monitorización Presencial motivante con retroalimentación sobre consecución de objetivos*
- Alquiler a bajo coste de material de SPORTA (rodillo de pilates, bastones de marcha nórdica,etc).*
- Control bimensual de consecución de Objetivos.*

TARIFAS

TARIFA PREMIUM (precios por hora, I.V.A no incluido)

- ***3 personas: 67 €***
- ***2 personas: 47 €***
- ***1 persona: 45 €***

TARIFA BÁSICA (precios por hora, , I.V.A no incluido)

- ***1 persona: 25 €***
- ***2 personas o mas: Sólo disponible en entrenamiento premium***