



INFO. SALA FITNESS

ENTRENAMIENTO GRUPAL

ÁREA Fitness 2020-2021

* CONCEPTO

El responsable adquiere un bono mensual para recibir entrenamiento en uno de los diferentes grupos temáticos.

* ANTES DE INICIAR LOS BONOS:

- * **Solicite plaza a través del correo qualityretraining@gmail.com**, nuestro coordinador le atenderá en breve espacio de tiempo.
- * Acuerde fechas de entrevista inicial con el entrenador.
- * Las clases solo pueden abonarse en efectivo o transferencia y debe realizarse el pago al entrenador correspondiente
- * Los pagos al entrenador se deben realizar al inicio del mes.
- * El Club ofrece "entrenamientos grupales" (3 a 5 personas) en horarios prefijados por el entrenador, excepto los días festivos de cierre de la instalación.
- * La cuota del alumno/a se podría modificar en el siguiente mes, si alguno de los entrenamientos no se pudiera realizar por cancelación del entrenador.
- * Antes de poder entrar en un grupo, se deben realizar varias sesiones de entrenamiento personal con el objetivo de familiarizarse previamente con la forma de trabajo y valorar a cada cliente.
- * La primera sesión consta de la entrevista inicial, la valoración funcional y de salud.
- * Una vez realizada la "entrevista inicial" el entrenador valorará su caso y acordarán los horarios conjuntamente de las sesiones de familiarización. (A disponibilidad)
- * **Si el alumno/a decide darse de baja**, debe solicitarlo al entrenador antes de finalizar el bono.
- * En el caso de haber baja/s en un grupo, el Club ofrecerá a sus alumnos/as cambio de tarifa y/o grupo.
- * El bono no es transferible.

*SERVICIOS Y OFERTAS PARA CLIENTES DE CUALQUIER TIPO DE BONO:

1. DESCUENTO EN ACCESO A SALA FITNESS: Los alumnos/as podrán acceder a la sala fitness en horario completo, por un precio extra de 16 euros al mes (domiciliados).

2. DURACIÓN: Las sesiones **tienen una duración de 1 hora.**

3. ASESORAMIENTO Y DESCUENTOS EN SUPLEMENTACIÓN DEPORTIVA.

4. FIEL 3 meses: Los alumnos/as que abonen la cuota de los 3 meses (12 semanas) siguientes obtendrán un beneficio de 5% dto.

5. ESTUDIO COMPOSICIÓN CORPORAL: La entrevista inicial y anamnesis del deportista incluye la valoración de la composición corporal mediante Bioimpedancia (TANITA).

7. GARANTIA PROFESIONAL CON ENTRENADOR 100% TITULADO Y ENTRENAMIENTOS BASADOS EN LA EVIDENCIA CIENTIFICA ACTUAL.

8. ENTRENAMIENTO PERSONALIZADO: La hora de entrenamiento incluye el entrenamiento personalizado a las necesidades del cliente, dentro de una temática concreta. (Sesiones en grupo, de 3 a 5 personas).

Temáticas: PADEL RETRAINING / RUNNERS RETRAINING / KIDS RETRAINING / HEALTH RETRAINING / FITNESS RETRAINING / STRENGTH RETRAINING

9. VALORACIONES: Valoración funcional y artromuscular. Los entrenamientos incluyen las valoraciones del estado de salud del cliente.