

# Programas de Entrenamiento

## CLUB CAMM

RUTINA BÁSICA		PLAN DE ENTRENO		PUESTA A PUNTO		PERDIDA DE PESO EXPRESS	
Objetivo principal: Organizar el entrenamiento en sala de una forma rápida, sencilla y eficaz.		Objetivo principal: Mejora de nivel físico general, ideal para personas con objetivos específicos.		Objetivo principal: Orientado principalmente al cliente que después de un largo periodo de inactividad retoma la actividad física.		Objetivo principal: Mejora de nivel físico general, ideal para personas con objetivos específicos.	
Entrevista inicial		Entrevista inicial 20' Aprox.		Entrevista inicial 20' Aprox.		Entrevista inicial 20' Aprox.	
Entrega de rutina y explicación 25' Aprox.		Entrega de rutina y explicación 25' Aprox.		Entrega de rutina y explicación 25' Aprox.		Entrega de rutina y explicación 25' Aprox.	
-		Entrega de pautas alimenticias		Entrega de pautas alimenticias		Entrega de pautas alimenticias	
-		-		Entreno personal 30' 5		Entreno personal 30' 12	
Duración		Duración 1 Mes		Duración 1 Mes		Duración 1 Mes	
		Medición en Tanita 2		Medición en Tanita 3		Medición en Tanita 3	
-		Presoterapia 4		Presoterapia 5		Presoterapia 12	
<b>18€</b>		<b>45 €</b>		<b>175 €</b>		<b>300€</b>	

ENTRENAMIENTOS PERSONALES	SOCIOS		NO SOCIOS	
	30' MINUTOS	60' MINUTOS	30' MINUTOS	60' MINUTOS
1 SESION	28 €	45 €	34 €	50 €
BONO 5 SESIONES	135 €	215 €	147 €	240 €
BONO 10 SESIONES	252 €	405 €	280 €	430 €
BONO 20 SESIONES	448 €	720 €	510 €	773 €

OTROS SERVICIOS	
MEDICIÓN EN TANITA	5 €
PRESOTERAPIA	8 €