

TARIFAS

SERVICIOS	SESIONES INDIVIDUALES	BONO 10 SESIONES	BONO 20 SESIONES
ENTRENAMIENTO PARA EMPRESAS (6-8 personas mín.)	10 € (por persona) + desplazamiento	8 € (por persona) + Desplazamiento	5 € (por persona) + Desplazamiento

- ✓ Evaluación en grupo, cuestionarios, valoración de objetivos y evaluación.
- ✓ Periodización de los entrenamientos: disponible información de todas clases con antelación.
- ✓ Modificaciones de rutinas según jornadas de trabajo y picos de volumen de la empresa.
- ✓ Acomodación de entrenamientos dentro y fuera del horario laboral.
- ✓ Incluidos materiales de todas las sesiones.
- ✓ Entrenamientos intensos y de calidad en los tiempos libres de los trabajadores.
- ✓ Activación muscular completa, eliminación de tensión del trabajo y estrés postural.
- ✓ Beneficio físico - mental para mantenerse saludable y ser más eficiente laboralmente.
- ✓ Disponible actividades completas para fin de semanas o excursiones de empresa.



Jorge Pérez Lumberras - Entrenador Personal

Contacto: 627.95.75.81

Nº Coleg. CAFYD: 54276

NSCA - CPT: ID 7247988362

www.jortrainer.com