



ESCALADA entrenamiento personal

El programa es diseñado, dirigido y controlado por nuestro equipo de expertos para aquellas personas que desean ser entrenadas de manera individual.

La posibilidad de organizar los días y horarios de entreno, adaptándose a las necesidades del cliente, hacen que en este programa los resultados positivos se aprecien rápidamente.

OBJETIVO

- Aprendizaje o mejora del entrenamiento y técnica.
- Optimización total del entrenamiento con diseño individual.
- Posibilidad de realizar un estudio nutricional previo para mejorar el programa de entrenamiento.

METODOLOGÍA

- Test inicial
- Desarrollo del entrenamiento
- Controles de evolución

DURACIÓN

- Tiempo requerido por el usuario