

ENTRENAMENTS PERSONALS



Consulta les nostres activitats a
espaiwellness.com

i descarrega't la nostra APP:



Passeig Conca Besòs, 12
08403 Granollers
Tel: 93 861 87 04

Horari: dl-dv: 6h a 23h. Ds-dg i festius: 8h a 21:30h.



ENTRENAMENTS PERSONALS

Els entrenaments personals són seguiments individuals adaptats als objectius específics de cada persona amb l'assessorament presencial d'un tècnic que guia, corregeix i acompanya a assolir els objectius marcats.

BENEFICIS DE L'ENTRENAMENT PERSONAL

- ✓ Programa personalitzat dissenyat per les necessitats i objectius individuals.
- ✓ Supervisió i orientació d'un professional que supervisa els exercicis i ajuda a fer els moviments correctament.
- ✓ Millores en la condició física per ajudar-te a assolir nivells de condició física i rendiment.
- ✓ Resultats ràpids i efectius.
- ✓ Prevenció de lesions i adaptació dels exercicis segons les necessitats.
- ✓ Flexibilitat d'horaris.
- ✓ Confiança en un entorn segur.

TIPUS DE SESSIONS

- Sessions individuals
- Sessions de duo
- Sessions de trio
- Sessions grupals

TIPUS D'ABONAMENTS

- 30 minuts
- 1 hora
- Bono 10 + 1
- Bono 20 + 3

PREU ENTRENAMENT PERSONAL (1 hora)

	SOCIS	NO SOCIS
1 SESSIÓ	42,45€	47,55€
BONO 10+1	424,50€	475,45€
BONO 20+3	849€	950,95€

PREU ENTRENAMENT PERSONAL (30')

	SOCIS	NO SOCIS
1 SESSIÓ	23,95€	26,80€
BONO 10+1	239,50€	268,20€
BONO 20+3	478,80€	536,25€

Per a més informació truqueu al 938 618 704.

Per a més informació podeu enviar un correu a:
Núria Marín: n.marin@espaiwellness.com