

Entrenamientos Personales Online



Planes y asesoría nutricional para la recuperación de la figura, la pérdida de peso y/o la tonificación

Nuestra manera de trabajar gira entorno a una simple idea: **diseñar tu entrenamiento a tu ritmo de vida.** Porque sabemos que es la manera más efectiva de que logres tus objetivos.

Te preparamos planes de ejercicios personalizados para que entres en tu Gym de siempre, en tu casa o en la calle. Junto a una guía nutricional que puedas cumplir sin excesivas complicaciones.

MÉTODO DE TRABAJO

Tras escoger uno de nuestros planes te enviaremos **los datos de acceso a una App*** que instalarás en tu smartphone.

En ella podrás abonar la cuota cómodamente y rellenar un cuestionario donde te pediremos algunos datos que necesitamos para preparar tu plan de entrenamiento.

Unas 48 horas después ya tendrás todo el plan disponible y planificado en la App, con videos explicativos y fotos, y la guía nutricional a seguir (si la has contratado).

Con nuestra App tendrás acceso a todo tu plan en cualquier momento y lugar, acceso a las estadísticas de tus progresos, chat directo con nosotros, etc.

Igualmente, haremos **seguimiento quincenal de los avances** mediante medidas y fotos por WhatsApp.

PLANES DISPONIBLES

MENSUAL

Renovación mensual,
Sin permanencia mínima.

60€ Plan de entrenamiento.

80€ Plan de entreno + planificación nutricional.

BIMENSUAL

Renovación cada dos meses. Sin permanencia mínima.

100€ Plan de entrenamiento.

120€ Plan de entreno + planificación nutricional.

* Una vez finalizado tu plan podrás seguir teniendo acceso a todos los contenidos desde la App por 2,5€ al mes hasta que decidas darte de baja. Siempre podrás volver a darte de alta en cualquier momento.

Contrata ya tu plan en:
info@ahsport.es

Contacta con nosotros por correo o WhatsApp.

info@ahsport.es
699 328 102

Horario de atención:
Lunes a viernes,
de 8 a 20 horas.

SÍGUENOS



@ahsport
@ArianFitnessCoach
@hectorpersonaltrainer



@ahsport
@ArianFitnessCoach
@hectorpersonaltrainer



AH Sport

www.ahsport.es
www.arianramirez.com
www.hectormonclus.es

