

PROGRAMAS DE ENTRENAMIENTOS A DISTANCIA Y SEMI-PRESENCIAL:

Población objetivo: Deportistas de Endurance: Runners, ciclistas, duatletas y triatletas.

Si necesitas asesoría profesional y tu gestión del tiempo no da para asistir a los entrenamientos en los horarios donde entrenan los TEAM. ¡Tenemos la solución! A través de la plataforma **TrainingPeaks**, prescribiremos entrenamientos adecuados a tus necesidades e individualizados según tus objetivos y/o calendario de competencias. Consideramos tu contexto y nivel de condición física para ir progresando y lograr tu siguiente nivel.

Programa de Entrenamiento PRO a Distancia:

Mensual: \$89.900-

INCLUYE:

- Programación mensual de entrenamiento de disciplina a elección. Prescripción individualizada según objetivos y/o calendarios de competencias.
- Análisis y prescripción de ritmos de carrera y ciclismo, luego de autoevaluaciones específicas diseñadas por nuestros entrenadores.
- Soporte y seguimiento del entrenamiento vía mail.
- Descuento en servicios de Psicología aplicada al deporte, masoterapia y kinesiología de un 10% Off. (Descripción de servicios en sitio web www.olympicwork.com).

Programa de Entrenamiento PREMIUM semi-presencial:

Mensual: \$109.900-

INCLUYE:

- Test de estabilidad del CORE.
- Evaluación de la Fuerza a través de RM y encoder (velocidad de desplazamiento de la carga).
- 1 sesión presencial semanal de preparación física en centro Olympic Work. Guiada por profesores de educación física. Sesión Individualizada y periodizada según objetivos del deportista. ¡Sello de calidad OW!
- Evaluación Nutricional PRO.
- Soporte y seguimiento del entrenamiento vía mail.
- Descuento en servicios de Psicología aplicada al deporte, masoterapia y kinesiología de un 20% Off. (Descripción de servicios en sitio web www.olympicwork.com).

Olympic Work – Medical & Training Center

www.olympicwork.com

Bucarest 17 of 71, Providencia. Metro Los Leones L6