

# PROGRAMAS TOP DE ENTRENAMIENTO PERSONAL

## PROGRAMA TOP 3X3

**EP + COACHING NUTRICIONAL\*** 1.700€

Planificación de 42 sesiones en 3 meses

- 36 sesiones de Entrenamiento Personal 1.485€
- 6 sesiones de Coaching Nutricional \* 215€

## PROGRAMA TOP 3X5

**EP + COACHING NUTRICIONAL\*** 2.500€

Planificación de 68 sesiones en 5 meses

- 60 sesiones de Entrenamiento Personal 2.220€
- 8 sesiones de Coaching Nutricional \* 280€

## PROGRAMA TOP 3X3 MUJER FITNESS

**EP + COACHING NUTRICIONAL\*** 1.700€

Planificación de 42 sesiones en 3 meses

- 36 sesiones de Entrenamiento Personal 1.485€
- 6 sesiones de Coaching Nutricional \* 215€

## PROGRAMA TOP 3X6 MUJER FITNESS

**EP + COACHING NUTRICIONAL\*** 2.900€

Planificación de 80 sesiones en 6 meses

- 72 sesiones de Entrenamiento Personal 2.620€
- 8 sesiones de Coaching Nutricional\* 280€

**\* El servicio de COACHING NUTRICIONAL se abonará al Coach e incluye:**

- Estudio nutricional completo
- Valoración antropométrica
- Dossier personalizado
- Revisiones de seguimiento periódicas

\* La consulta inicial tiene una duración de 1 hora, las revisiones, 30 minutos

\* La primera revisión, tras la consulta inicial, incluye entrega del dossier personalizado y explicación de la dieta