

PROGRAMAS MUJER FIT

ENTRENAMIENTO PERSONAL & COACHING NUTRICIONAL

PROGRAMA 3X3 MUJER FIT

EP + COACHING NUTRICIONAL* 2.050€ (48,80€/sesión)

Planificación de 42 sesiones en **3 meses**

- 36 sesiones de Entrenamiento Personal
- 6 sesiones de Coaching Nutricional *

PROGRAMA 3X6 MUJER FIT

EP + COACHING NUTRICIONAL* 3.700€ (46,25€/sesión)

Planificación de 80 sesiones en **6 meses**

- 72 sesiones de Entrenamiento Personal
- 8 sesiones de Coaching Nutricional *

* El servicio de COACHING NUTRICIONAL incluye:

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

* La sesión inicial tiene una duración de 1 hora (entrevista) + 30 minutos (valoración antropométrica).

* La segunda sesión, tras la consulta inicial, tiene una duración de 45 minutos, e incluye la entrega del dossier personalizado y explicación de la dieta.

* Las sesiones de revisión tienen una duración de 30 minutos.