



OSASUN SPORT
CLINIC
Sergio Sukunza

ENTRENAMIENTO DEPORTISTAS

Prevención de lesiones y Rendimiento deportivo

OSASUN SPORT PREMIUM PRESENCIAL

Servicio dirigido a deportistas profesionales que residan en el País Vasco o resto de España y quieran disponer de un **entrenador/readaptador personal**, un **plan de entrenamiento diario personalizado** y una **supervisión continua** durante la temporada de competición para la mejora de su rendimiento y la prevención de lesiones.

El servicio incluye:

- ★ Sesión de **valoración inicial** del estado del deportista.
- ★ **Supervisión continua** del estado del deportista.
- ★ **2 sesiones semanales** online o presenciales en las instalaciones de Osasun Sport Clinic.
- ★ **Planificación y envío diario** de los circuitos de entrenamiento con videos de los ejercicios a través de la **App**.
- ★ **Comunicación permanente** vía Whatsapp con el entrenador/readaptador..



* Las sesiones presenciales servirán como entrenamiento personalizado y para que el entrenador/readaptador haga una evaluación completa del estado del deportista para seguir planificando los entrenamientos personalizados a través de la App.

* El deportista puede cambiar las sesiones presenciales por sesiones online.

* Las sesiones online duran 1 hora y son en directo por videollamada a través de la plataforma Zoom.

* El envío diario de los circuitos de entrenamiento permite ir variando los planes de ejercicios en función del estado del jugador tras cada entrenamiento o partido.

