

Ejercicios físicos personalizados



¡Más movimiento, más vida!

**Entrena con seguridad,
tecnología avanzada y un plan
hecho para ti.**

¿Qué son los ejercicios físicos personalizados?

Nuestros ejercicios físicos personalizados están diseñados para mejorar tu movilidad, fuerza y resistencia, adaptándose a tu nivel, ritmo y objetivos.

Cada sesión es guiada por profesionales para maximizar tu bienestar, prevenir lesiones y mantenerte activo con confianza.

Mejora tu salud y movilidad con un plan personalizado, guiado por fisioterapeutas y tecnología avanzada:

- **Ejercicios físicos personalizados:**
Adaptados a tu nivel, ritmo y objetivos para maximizar tu bienestar. Cada plan de entrenamiento es único, diseñado en base a una evaluación inicial y acompañado por fisioterapeutas especializados.
- **Entrenamiento con máquinas de fuerza neumática HUR:**
Utilizamos equipos de última tecnología que trabajan con resistencia neumática, lo que permite fortalecer músculos de forma segura, sin impacto en las articulaciones.

Cada sesión está pensada para:

Cada sesión incluye acompañamiento profesional, uso de tecnología especializada y seguimiento personalizado.

¿Esta terapia es para ti?

- Si buscas un espacio con profesionales que guíen tu progreso y eviten lesiones.
- Sientes dolores musculares o articulares.
- Quieres mejorar tu movilidad, fuerza y resistencia física.
- Deseas mantenerte activo y saludable con el apoyo de expertos.

Sobre las máquinas HUR:



Utilizan tecnología de resistencia neumática, permitiendo un movimiento controlado, fluido y sin impacto.

\$ 150.00 | **5 sesiones**
(2 sesiones semanales)

\$ 280.00 | **10 sesiones**
(3 sesiones semanales)

*Plan mensual

*Duración de cada sesión: 1 hora

*Terapias exentas de IVA

Incluye:

- Evaluación inicial completa por fisioterapeuta
- Análisis de composición corporal con InBody