

PROPUESTA COMERCIAL

# ENTRENAMIENTO PERSONAL

---

Preparado para:

**[Nombre del Cliente]**

Por:

**[Tu Nombre - Entrenador Personal]**

[Fecha]

# SERVICIOS Y PRECIOS

Ofrecemos diferentes planes adaptados a tus objetivos y disponibilidad:

## PLAN BASICO - 150 EUR/mes

*2 sesiones/semana*

- 2 sesiones presenciales de 60 min
- Plan de entrenamiento semanal
- Seguimiento por WhatsApp

## PLAN PREMIUM - 220 EUR/mes

*3 sesiones/semana*

- 3 sesiones presenciales de 60 min
- Plan nutricional personalizado
- Seguimiento diario por app
- Revision de progreso quincenal

## PLAN VIP - 350 EUR/mes

*5 sesiones/semana*

- 5 sesiones presenciales de 60 min
- Nutricion personalizada con menus
- Seguimiento 24/7
- Valoracion fisica mensual completa
- Acceso prioritario a horarios

*\* Precios orientativos. IVA no incluido. Consulta condiciones de contratacion.*

# METODOLOGIA Y SIGUIENTE PASO

## NUESTRA METODOLOGIA

1. Valoracion inicial completa (fisica, postural, objetivos)
2. Diseno de plan personalizado basado en evidencia cientifica
3. Sesiones individuales adaptadas a tu nivel y progresion
4. Seguimiento continuo y ajuste de variables de entrenamiento
5. Evaluacion de progreso cada 4 semanas con mediciones objetivas

## INCLUIDO EN TODOS LOS PLANES

- Valoracion fisica inicial gratuita
- Plan de entrenamiento personalizado
- Acceso a app de seguimiento
- Comunicacion directa con tu entrenador
- Revision y ajuste mensual del plan

## SIGUIENTE PASO

Reserva tu valoracion inicial GRATUITA y sin compromiso.

[Tu telefono] | [Tu email] | [Tu web]