

CrossFit Eleven

Servei d'acondicionament d'alta intensitat. On en una mateixa sessió combinaràs el treball metabòlic, exercicis gimnàstics i execució d'aixecaments olímpics.

Per aquest servei addicional serà necessari un abonament d'adult.

12h Mensuals **17,25€**


16h Mensuals **23,00€**


20h Mensuals **28,00€**


Les hores contractades a la quota no seran acumulables al següent mes.

Per mes informació, segueix-nos a instagram **@crossfiteleven** o escriu a **crossfiteleven11@gmail.com**

Contacte

 C/ Bonaventura Pedemonte S/N, 08740
Sant Andreu de la Barca

 93 653 44 08

 682 457 237 (de dilluns a divendres)
No es poden fer tràmits per aquest mitjà

Horari d'atenció a l'usuari: dilluns a dijous de 10:30 a 14:00h i de 16:30h a 20:30h. Divendres de 10:30 a 13:30h.

 recepcionpoliesportiu@sabarca.cat



esportsab

SERVEIS ADDICIONALS



ENTRENAMENT PERSONAL

Servei d'entrenaments individualitzats. Segons les teves necessitats, un dels nostres tècnics t'ajudarà a treballar de manera específica i així aconseguir els teus objectius. Coneix amb nosaltres diferents rutines i millora els teus hàbits.

1 Sessió de 50' **23,73€**

ABONAMENTS

5 Sessions 50' **113,12€**

10 Sessions 50' **215,46€**

ASSESSORAMENT NUTRICIONAL

El servei consta de 3 Sessions, l'entrevista inicial, el pla alimentici amb mesures, i per últim el control (90'). Aquest servei són:

37,70€

Les properes sessions de seguiment on es faran noves mesures i canvis al pla alimentici de 75' tindrà un cost de:

32,30€

Les visites només de control i assessorament de 20' tindran un cost de:

10,75€

SERVEI DE FISIOTERÀPIA

MASSATGES I TRACTAMENTS

Planificació 30' **22,32€**
Kinesiotaping 30' **23,90€**

	30 min	50 min
Esportiu/relax bàsic	31,00€	43,40€
Esportiu (parcial/complet)	37,20€	49,60€
Sessió fisioterapeuta	37,20€	49,60€
Terapèutic (parcial/complet)	37,20€	49,54€

ABONAMENTS

5 Sessions de 30' **136,11€**
10 Session de 30' **200,42€**
5 Sessions de 50' **200,42€**
10 Sessions de 50' **334,06€**

BONO ENTRENADOR I NUTRICIÓ

1 Sessió **37,70€**
5 Sessions de 50' **135,74€**
10 Session de 50' **301,64€**

BONO PROGRAMA AMB TU

1 Sessió **37,70€**
5 Sessions de 50' **135,74€**
10 Session de 50' **301,64€**

Entrenador P + Recuperació + Nutrició +