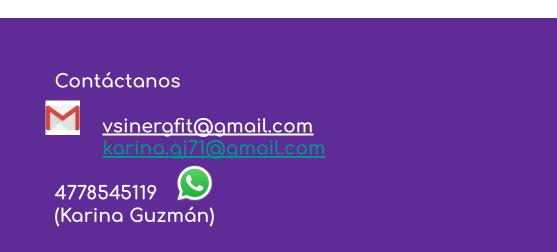
VSinegFit Entrenamiento On-line

Somos un grupo de instructoras certificadas, impartimos todas nuestras clases en vivo vía zoom para que tengas la mejor experiencia y seguimiento de tus entrenamientos.





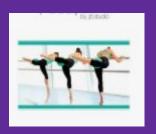
NUESTRAS CLASES:

- Entrenamiento Funcional
- Strong Nation (HITT)
- Zumba Fitness, Toning, Sentao
- Barré
- Pilates
- Personal Coaching
- Ritmos Latinos (baile)









Nuestros horarios:

Lunes a viernes6:30 am

Lunes a jueves

7:00 pm y 8 pm

Entrenamiento personal ***

Hola!!! Mi nombre es KARINA y a continuación te comparto información en relación a nuestro programa de entrenamiento.

¿En qué consiste el programa VSinergFit?

Es un programa de <u>entrenamiento físico con clases en vivo (plataforma ZOOM.US)</u>, impartidas por instructoras certificadas en las distintas disciplinas que cada una de ellas imparte.

A partir de tu inscripción estaremos en contacto contigo a fin de asesorarte personalmente y definir en conjunto los objetivos a realizar.

El entrenamiento se puede llevar a cabo de 2 formas:

Opción 1 ENTRENAMIENTO LIBRE: el participante podrá tomar cualquiera de las clases en los horarios que se imparten por elección personal y voluntaria.

Opción 2: ENTRENAMIENTO GUIADO: el instructor indicará al participante la cantidad y tipo de clases que deberá tomar, como meta de su programa de entrenamiento.

EN OCTUBRE se va a incluir además de tus clases en vivo:

- Entrenamientos en video (secuencia semanal para todo el mes)
- Reto por pares (trabajo en parejas)
- Programa motivacional (Charla + tareas semanales)





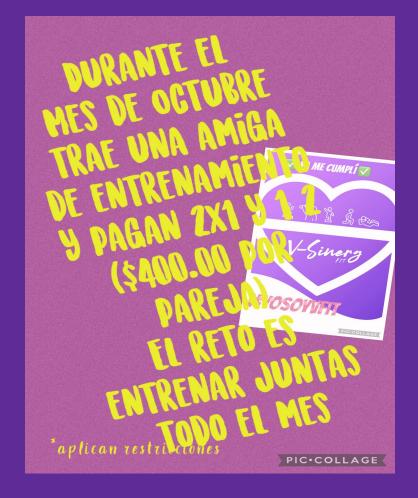




PROMOCIÓN!

Inscribete entre el 27 de septiembre y antes del 2 de octubre

RETO POR PARES (1+1 SOMOS MÁS#VFIT)



¿Cómo me inscribo?

El monto de la inversión mensual es de \$300.00 (trescientos pesos 00/100 m.n.) -Aplica para OCTUBRE 2021-

Puedes realizar tu depósito/transferencia a la siguiente cuenta (Anota tu nombre en el concepto para poder identificarlo):

Karina Guzmán Juárez BANAMEX Débito 5256 7827 1806 1792 CLABE 0022 2593 0053 4226 98

Deberás enviar tu comprobante por WSP al 47785451129, yo te haré llegar un cuestionario y te enviaré la invitación al grupo de Facebook y al grupo de WSP del mes.

¿Tienes alguna otra duda? Pregúntame y con gusto te daré respuesta.

HORARIO DE ATENCIÓN:

Lunes a viernes en horario de oficina y sábados de 10 am a 2 pm



BIENVENIDA A ESTA COMUNIDAD #VFIT