

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.

Contáctanos



vsinegfit@gmail.com
karina.gi71@gmail.com

4778545119



(Karina Guzmán)



NUESTRAS CLASES:

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



Nuestros horarios:

- *Lunes a viernes*
6:30 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 entrenamiento físico con clases en vivo (plataforma ZOOM.US), 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!

Inscríbete 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