



# LION'S HEART

Fuerza, disciplina y transformación real.

Entrenamiento Personalizado

Coach: Alex Colin

# Presentación

Lion's Heart es más que un programa de entrenamiento: es una filosofía de vida. Nuestro propósito es ayudarte a alcanzar tu máximo potencial físico y mental, guiándote con disciplina, constancia y una metodología profesional enfocada en resultados reales.

# Objetivo del Programa

El objetivo del programa es lograr una transformación completa del cuerpo y la mente mediante un enfoque integral que combina entrenamiento personalizado, nutrición deportiva y acompañamiento constante. Buscamos que cada participante alcance sus metas con fuerza, energía y equilibrio.

# Tipos de Entrenamiento y Servicios

- Planes presenciales.
- Rutinas uno a uno.
- Revisión y supervisión constante.
- Soporte 24/7 vía WhatsApp.
- Rutinas de entrenamiento funcional o adaptadas a cualquier disciplina.
- Entrenamiento funcional de prevención y habilitación de lesiones.
- Mediciones antropométricas y plicométricas.
- Servicio de nutrición deportiva.

# Planes y Tarifas

Plan Digital (Seguimiento en línea)

\$900 MXN

Plan Presencial (Entrenamiento Individual) \$350  
MXN Por sesión

Paquete 8 sesiones → \$2,800 MXN

Paquete 12 sesiones → \$4,200 MXN

Paquete 24 sesiones → \$8,400 MXN

Plan Premium (Funcional & Desempeño con Nutrición incluida)

Paquete 8 Sesiones → \$3,700 MXN

Paquete 12 sesiones → \$5,100 MXN

Paquete 24 sesiones → \$9,300 MXN

Duración: 1 mes

# Contacto

Teléfono / WhatsApp: 7226927816  
Correo electrónico: lionspride860@gmail.com  
Instagram: @lionspride860  
Facebook: Lion's Heart

“Transforma tu cuerpo, fortalece tu  
mente, libera tu potencial.”

Coach: Alex Colin