

Balio Proposamena

Gaur egun jende gehiena sedentarioa da eta ez da bere osasunaz arduratzen. Gure online mentoriekin jendearen ohiturak hobetuko ditugu, horretarako aditu ezberdinak ditugu dietan eta kirol ezberdinetan gorputza aktibatzeke eta osasuna hobetzeko.

Jakina, galdetuko diguzue, eta zerk bereizten digu tiktok-en dauden beste 10000 ke-saltzaileengandik. Lehenik eta behin, gure profesionalak bakoitzaren dieta eta entrenamendu plangintza espezifiko bat egingo du. Noski, dieta plangintzan, makronutriente eta mikronutriente guztiak bermatuko dira. Bestalde, entrenamendu plangintzan ez da edozer ariketa selekzioa egingo, adin eta egoera bakoitzaren arabera, plangintza bat edo beste beharko da. Adibidez, helduagoek potentzian eta estiramenduetan ardaztu beharko liriateke. Aldiz, gazteagoek plangintza generalagoa izango lukete, bakoitzaren gustuen arabera, plangintza bat egingo da. Bestetik, Kurtso hau oso berezia eta bakarra da, guk aurkeztutako plangintza zein rutinak jarraituz gero, ordainduriko diru kopuruaren zati handi bat (zehazki %60-a) itzuli egingo da, kurtsoa dohainik ateraz eta zure gorputzean aldaketa izugarriak nabaritzuz.

Hortaz, gure balioa kuantitatiboa eta kualitatiboa izango da, eta gure lehiakideengandik bereiz gaitzke, bai prestazioengatik, bai, prezioarengatik, baita pertsonalizazioarengatik.