

1. balorezko proposamena

Gure zerbitzuak 40 urtetik gorako helduek sarritan bizi dituzten erronka fisiko, metaboliko eta emozionalak konpontzera bideratzen dira. Adin horretatik aurrera, metabolismoa moteldu egiten da eta horrek pisua mantentzea edo galtzea zailtzen du; gainera, indarra eta masa muskularra murrizten hasten dira, eta eguneroko nekeak edo mina txikiek gero eta eragin handiagoa dute bizitza-kalitatean. Horri gehitu behar zaio lan- eta familia-ardurek uzten duten denbora eskasa, zeinak askotan ezinezko bihurtzen duen entrenamendu plan bat jarraitzea edo ohitura osasungarriak mantentzea.

Nutrizioari dagokionez, informazio gehiegi eta kontrajarri dago, eta askotan ez da argi zein den 40 urtetik gorako gorputzaren beharretara ondoen egokitzen den ikuspegia. Horregatik guztiagatik, guk entrenamendu eta nutrizio programa pertsonalizatuak eskaintzen ditugu, adin honetako gorputzak bizi dituen aldaketa fisiko eta hormonalei egokituta.

Gainera, jarraipen digital erraza eta motibazio laguntza eskaintzen ditugu, pertsonak bakarrik ez senti daitezen eta ohitura osasungarriak benetan integratu ditzaten, bizitza-estiloa eraldatu eta ongizate orokorra hobetuz. plan pertsonalizatuak eskaintzen ditugu, jarraipen digital erraza eta etengabea emanez.

Gure bereizgarri nagusia 40 urtetik gorako pertsonenganako espezializazioa da: ez dugu entrenamendu generikorik edo dieta estandarizaturik eskaintzen, baizik eta adin horretako gorputzak dituen errealitate eta erronka bereziei guztiz egokitutako programa integral eta pertsonalizatua.

Entrenamenduaren eta nutrizioaren arteko fusio orekatua eskaintzen dugu, gorputza indartu eta metabolismoa aktibatzen laguntzen duten plan errealistak sortuz, betiere bezero bakoitzaren errutinari, mugakiei, gustuei eta helburuei egokituta. Era berean, gure zerbitzu digitalak jarraipen etengabea eta feedback azkarra ahalbidetzen du, bezeroak momentuoro sentituz baduela norbait ondoan gidatzen, animatzen eta behar diren aldaketak egiten. Ez dugu ikuspegi zorrotzik erabiltzen; gure planteamenduak iraunkortasuna, ongizatea eta epe luzeko osasuna lehenesten ditu.

Hori guztia dela eta, bezeroak prest daude gure zerbitzua ordaintzeko: jasotzen duten espezializazioa, gertutasuna eta emaitzetan oinarritutako laguntza ez direlako erraz aurkitzen.

Azken finean, guk ez dugu soilik pisua galtzen edo forma fisikoa hobetzen laguntzen; bizitza-kalitatea handitzen laguntzen dugu, segurtasuna eta energia gehiago emanez, eta hori balio handikoa da adin honetako edozein pertsonarentzat.