



SERVICIOS NUFITNESS

WWW.NUFITNESS.CL



**ENTRENAMIENTO & NUTRICIÓN
PERSONALIZADO 1:1**

ENTRENAMIENTO & NUTRICIÓN PERSONALIZADA

PROGRAMA 12 SEMANAS

En NUFITNESS, estamos comprometidos con tu bienestar integral y en ayudarte a lograr una vida más saludable y equilibrada. Priorizamos tu salud con planes de entrenamiento y nutrición 100% personalizados y ajustados a tus necesidades.

DESCRIPCIÓN:

- Entrenamiento y nutrición diseñados según los objetivos y necesidades del cliente.
- No es necesario contar con experiencia previa de entrenamiento.
- Supervisión directa por parte del coach.
- Cada sesión de entrenamiento tiene una duración de 1 hora aprox.
- Se incluyen controles de peso, pruebas físicas y reportes antropométricos.
- Se sugiere tener implementos como colchoneta o matt, un par de mancuernas y banda elástica.
- Compromiso personal y disciplina.



ENTRENAMIENTO & NUTRICIÓN PERSONALIZADA

PROGRAMA 12 SEMANAS

COMO INICIAMOS...

Paso 1

Contáctanos y cuéntanos qué objetivos tienes en mente

1

Paso 2

Agenda una videollamada de evaluación y asesoría inicial

2

Paso 3

Envío de cotización de acuerdo a tus requerimientos y necesidades.

3

Paso 4

Pago e inicio del servicio

4





QUÉ INCLUYE:

- **ANTROPOMETRÍA:** Evaluaciones periódicas de peso, IMC, % de grasa, masa muscular, circunferencias e indicadores de salud
- **PRUEBAS FÍSICAS:** Para medir y evaluar la biomecánica de los ejercicios y tu condición física desde el punto de vista muscular, resistencia aeróbica y flexibilidad.
- **PLAN NUTRICIONAL:** De acuerdo a tu estado nutricional
- **ACOMPañAMIENTO Y REPORTES** deportivos, nutricionales y hábitos de vida.

NUFITNESS
NUFITNESS
NUFITNESS

VALORES 2025

ENTRENAMIENTO PERSONALIZADO A DOMICILIO

	PLAN MENSUAL 4 semanas	PLAN TRIMESTRAL 12 semanas
ESSENCIAL 2 VECES A LA SEMANA	\$160.000	\$456.000 <i>\$152.000/Mensual</i>
PRO 3 VECES A LA SEMANA	\$240.000	\$660.000 <i>\$220.000/Mensual</i>
FULL 4 VECES A LA SEMANA	\$320.000	\$840.000 <i>\$280.000/Mensual</i>

ENTRENAMIENTO PERSONALIZADO ONLINE

	PLAN MENSUAL 4 semanas	PLAN TRIMESTRAL 12 semanas
ESSENCIAL 2 VECES A LA SEMANA	\$120.000	\$330.000 <i>\$110.000/Mensual</i>
PRO 3 VECES A LA SEMANA	\$162.000	\$460.000 <i>\$153.000/Mensual</i>
FULL 4 VECES A LA SEMANA	\$195.000	\$564.000 <i>\$188.000/Mensual</i>

INSCRIPCIONES Y PAGOS

- Las fechas y horarios se acuerdan con el coach y los pagos se realizan por transferencia directa o link de pago mercado pago.
- Las sesiones deben utilizarse dentro del plazo del plan contratado (mínimo 1 mes para planes mensuales y 3 meses para planes trimestrales).
- Cancelaciones o reprogramaciones deben realizarse con al menos 24 horas de anticipación.

