

## ***Regolamento “soddisfatti o rimborsati”***

Raggiungi il tuo obiettivo!!!In caso contrario ti rimborseremo le tue sessioni con il personal trainer facendotele ripetere.

### **SCEGLI IL TUO PERCORSO!!!**

#### **ABBONAMENTO SALA PERSONAL TRAINER ANNUALE/SEMESTRALE**

All' interno dell' abbonamento, sono previsti 9 appuntamenti: 1 appuntamento con il professionista più opportuno (osteopata o nutrizionista) in relazione alla tipologia di obiettivo da raggiungere e 8 sedute di allenamento con il tuo coach di riferimento.

#### **ABBONAMENTO PRIVATE CLASSES ANNUALE/SEMESTRALE**

All' interno dell' abbonamento, sono previsti 26 appuntamenti: 1 appuntamento con il professionista più opportuno (osteopata o nutrizionista) in relazione alla tipologia di obiettivo da raggiungere e 25 lezioni in classi private (4 persone) .

### **COME FUNZIONA**

Il soggetto che sottoscriverà la promozione, dovrà effettuare alcuni test per verificare lo stato di forma iniziale:

Analisi antropometrica (**peso<sub>1</sub>**, **rapporto vita/fianchi<sub>2</sub>**, **BMI<sub>3</sub>** nello specifico)

BIA (**BCM<sub>4</sub>** nello specifico)

Test **Vo<sub>2</sub> max<sub>5</sub>** indiretto (per la capacità aerobica)

Test di mobilità (**test di Apley<sub>6</sub>** arti superiori, **Test di Thomas<sub>7</sub>** arti inferiori, **Test dello sgabello<sub>8</sub>** per colonna vertebrale)

Anamnesi con **valutazione del dolore<sub>9</sub>** (per miglioramento qualità della vita)

Successivamente, verrà sottoposto al trattamento più opportuno in relazione ai risultati ottenuti dal test affinché possa raggiungere gli obiettivi prefissati.

***Il soggetto dovrà eseguire una sessione a settimana con il coach di riferimento, e due allenamenti a settimana in proprio (pena il decadimento della promozione); la durata dell'intero programma sarà di due mesi. Per l'abbonamento in Private Classes dovrà svolgere le 25 lezioni.***

Se il soggetto migliorerà almeno tre degli otto parametri misurati (<sub>1-2-3-4</sub> composizione corporea, <sub>5</sub> capacità aerobica, <sub>6-7-8</sub> mobilità e <sub>9</sub> miglioramento del dolore) l' obiettivo potrà considerarsi raggiunto.

Diversamente, il coach e il professionista di riferimento del soggetto allenato, dovranno ripetere l' erogazione delle sessioni, come previsto dal regolamento.

Il soggetto che aderirà al programma "Soddisfatti o rimborsati" dovrà obbligatoriamente eseguire il check in delle lezioni effettuate presso la reception.

Data \_\_\_\_\_

Firma \_\_\_\_\_