



STEP 1

In consectetur convalis tortor sit amet tempor. Aenean ac turpis lacinia, aliquet lorem. sit amet, egestas odio.

STEP 2

Sed tempor lacus sed lacinia aliquet. Suspendisse mi turpis, pulvinar at faucibus vel, porttitor eget turpis.

STEP 3

Practent vitae odio dapibus, luctus libero porttitor, imperdiet ipsum.

STEP 4

Fusce id aliquam felis. Donec scelerisque massa et est vestibulum semper.


Business Meeting

DOSSIER INFORMATIVO

SEMINARIOS Y TALLERES

AUDITORÍAS PARA CENTROS DEPORTIVOS

MENÚS ADAPTADOS

 638 757 211

www.diegoprivado.com

F I T J O B

Powered by



¿QUÉ ES FIT JOB?

Es mi forma de ver la salud y las empresas:

Entiendo la salud, como la base del bienestar de una persona y por lo tanto, la clave para el rendimiento en una empresa.

Fit Job ofrece los siguientes **servicios:**

- Seminarios de formación.
- Talleres de ejercicio y nutrición.
- Auditorías para centros deportivos.
- Menús para comedores, empresas, asociaciones...etc.

Cada empresa tiene una necesidad diferente, y puede que en tu caso sea necesario sólo un servicio, o por el contrario varios de ellos.

El fin de **Fit Job**, es ayudarte, y, a través del ejercicio, nutrición o biomecánica, **conseguir:**

- Mayor facturación en centros deportivos.
- Reducir las bajas laborales.
- Aumentar el rendimiento y desempeño.
- Que los trabajadores estén contentos en su puesto de trabajo.

SEMINARIOS

Los seminarios son charlas de 1 hora y media de duración. Más de este tiempo, las personas no consiguen mantener la atención y menos si los conocimientos son nuevos.

Según su interés o necesidad puede elegir entre los siguientes seminarios:

- Alimentación en la prevención y tratamiento de lesiones.
- Biomecánica del movimiento y lesiones.
- Entrenamiento efectivo y eficiente.
- Mejora la fuerza de forma inteligente.
- Salud femenina, síntomas menstruales y ejercicio.
- Lesiones más comunes y su abordaje.



TALLERES

Los talleres son clases prácticas de 1 hora y media. El objetivo es aprender de forma que la persona asimile la información mediante una experiencia. Además los contenidos a tratar en estos talleres son puramente prácticos y requieren movimiento por parte de los asistentes.

Según su interés o necesidad puede elegir entre los siguientes:

- Estiramientos y Automasajes aplicados a lesiones.
- Ejercicios aplicados a la postura.
- Entrenamiento aplicado al entorno hormonal de la mujer.
- Estrategias y métodos para cocinar de forma sana.
- Análisis de síntomas como prevención de lesiones y patologías.
- Entrenamiento de fuerza en poblaciones especiales.



AUDITORÍA PARA CENTROS DEPORTIVOS

Las auditorías son el empuje que hace falta a tu negocio. Te ayudaré a impulsar tu centro, dándole una vuelta para que puedas sacarle el máximo partido.

Los objetivos principales de estas auditorías son:

- Aumentar la facturación.
- Gestionar mejor tu tiempo, material y recursos humanos.
- Atraer a los clientes adecuados.
- Desarrollo personal y profesional.

Si tienes un objetivo que no aparece aquí puedes decírmelo para tenerlo en cuenta.



MENÚS ADAPTADOS

El tipo de trabajo, el ritmo de vida y otras circunstancias, no empujan a comer en el trabajo, fuera de casa o llevar unas pautas determinadas según nuestro desempeño diario. Este servicio mejorará la salud de todas las personas que lo disfruten.

¿Quién se puede **beneficiar** de este servicio?

- Residencias de ancianos.
- Comedores de colegio.
- Equipos deportivos y asociaciones.
- Comedores de empresa.

El fin es establecer menús sanos teniendo en cuenta el perfil de las personas y sus demandas diarias. Menús cuyo fin es mejorar la salud, rendimiento o patologías.

Si tienes una petición que no aparece en este dossier, házmela saber.



PRECIOS

(IVA no incluido)

SEMINARIOS Y TALLERES

Los precios dependen de la cantidad de seminarios o talleres contratados y el desplazamiento necesario. Pero para que te hagas una idea rápida los precios aproximados son los siguientes:

- Seminario o Taller de 1 hora y media: 200 euros
- Tiempo de desplazamiento: 30 euros / hora

Debido a que se necesita individualizar al máximo cada caso, estaré encantado de mandarte una **propuesta personalizada**. Para ello necesitaré la siguiente información.

- Nombre de la empresa o centro.
- Ubicación del centro.
- Seminario o taller de interés.

SOLICITA TU PROPUESTA PERSONALIZADA Y SIN COMPROMISO

MENÚS ADAPTADOS

Los precios dependen del perfil de las personas que se benefician de él y de cuántos menús semanales hay que hacer.

Los menús son semanales, y se paga una cuota mensual por ellos.

Te pongo **un ejemplo**:

Hay 20 personas sin patologías y por lo tanto un menú básico sería lo ideal (el número de personas no influye en el precio):

- Menú básico: 150 € / mes

Pero hay 10 personas con patologías como diabetes, hipertensión y colesterol. Estas personas necesitarían un adaptación especial:

- Adaptación patologías: 75 € / mes

Por lo tanto el coste total sería el menú básico + adaptación patologías + IVA.

Debido a que se necesita individualizar al máximo cada caso, estaré encantado de mandarte una **propuesta personalizada**. Para ello necesitaré la siguiente información.

- Nombre de la empresa / centro y ubicación.
- Necesidades básicas y especiales (si las hay).

SOLICITA TU PROPUESTA PERSONALIZADA Y SIN COMPROMISO

AUDITORÍAS PARA CENTROS DEPORTIVOS

Los precios dependen del proyecto, pero te comento los factores que influyen en él para detallar un precio total:

- Tiempo de desplazamiento al centro.
- Dimensiones del centro y cantidad de personal.
- Complejidad del caso y punto de partida.

Debido a que se necesita individualizar al máximo cada caso, estaré encantado de mandarte una **propuesta personalizada**. Para ello necesitaré la siguiente información.

- Nombre de la empresa o centro.
- Ubicación del centro.
- Fotos del centro, instalaciones y material (de forma general).
- Principal problema, objetivos o puntos a mejorar.

SOLICITA TU PROPUESTA PERSONALIZADA Y SIN COMPROMISO

Contacto:



638 757 211