

Novaelite

Sports Performance Innovation

NOVAELITE
PLANIFICACIONES ONLINE

NOVAELITE PI. Dr. Emili Mira, 2 – 08022 Barcelona – Tfo. 93 211 82 70
info@novaelitesports.com - www.novaelitesports.com

NOVAELITE PLANIFICACIONES ONLINE

PROGRAMA TRAINING PEAKS

NOVAELITE ha creado 4 opciones de planificaciones online diseñadas para dar un servicio complementario a sus clientes para obtener así una mejor optimización de su rendimiento físico.

El programa TRAINING PEAKS es una fantástica herramienta de prescripción, control y seguimiento de entrenamiento físico en el que la relación entre cliente y entrenador/fisioterapeuta se hace todavía más estrecha, minimizando de esta manera posibles errores que en otro tipo de planificaciones solían existir.

Nuestras 4 posibilidades se adaptan al perfil de cada persona, sea deportista o no y sus objetivos físicos o de normalización, sean los de un profesional o un amateur. Las nuevas tecnologías nos permiten una mayor eficiencia de los procesos físicos de nuestros clientes y es por eso que **NOVAELITE** apuesta, una vez más por ello.

Cualquiera de las 4 opciones requiere necesariamente de la realización de valoraciones biomecánicas (TMG y ECOESTRUCTURAL en el caso de los 3 primeros planes y ESTRUCTURAL solamente si nos referimos al plan MIX-FISIO); dichas pruebas nos proporcionan una información imprescindible para la prescripción y el seguimiento de los clientes/deportistas y sin ellas nuestro método único SPIN UP carecería de sentido.

Pasamos a desgranar las opciones de la planificación online:

1. PLAN READAPT

El **PLAN READAPT** está incluido en las readaptaciones deportivas que se realizan en el centro sin ningún coste adicional para el cliente; ello nos permite un mayor control de los procesos readaptativos y supone una mejor comunicación y un servicio más completo.

NOVAELITE trabaja constantemente en la actualización y mejora de su método.

NOVAELITE PLANIFICACIONES ONLINE

2. PLAN TOTAL

Existen 2 opciones:

- **EI PLAN TOTAL TEAM** es un plan ideal para deportistas profesionales que practican deportes colectivos y que ejecutando una estructura de entrenamiento en sus respectivos clubes, requieren de un trabajo complementario con seguimiento online para alcanzar sus objetivos físicos.

Se compone de una entrevista inicial con el preparador físico asignado para explicar el funcionamiento del programa y marcar los objetivos deseados, de una completa prescripción de entrenamientos complementaria así como de 1 comunicación semanal a través de SKYPE para evaluar el trabajo y transmitir las sensaciones al entrenador responsable.

El deportista tendrá derecho cada trimestre a una TMG (valoración biomecánica) y a una reunión presencial con su entrenador en el centro.

La duración de la planificación comprende toda la temporada en curso del deportista.

- **EI PLAN TOTAL DISTANCE** es idóneo para atletas de carreras de larga distancia, triatletas, etc... tanto amateurs como profesionales que, estando vinculados en trabajo complementario en el centro o no, requieren de una prescripción total de entrenamientos y de un seguimiento pormenorizado de su actividad física para obtener así una optimización total en sus resultados.

Se compone de una entrevista inicial con el preparador físico asignado para explicar el funcionamiento del programa y marcar los objetivos deseados, de una completa prescripción de entrenamientos así como de 1 comunicación semanal a través de SKYPE para evaluar el trabajo y transmitir las sensaciones al entrenador responsable.

En caso de residir en Barcelona, podría cambiarse esa comunicación semanal por una reunión presencial en el mismo centro de **NOVAELITE** en horario y duración a convenir por el entrenador.

Asimismo los usuarios del **PLAN TOTAL DISTANCE** podrán disfrutar de mediciones biomecánicas de control siempre que el entrenador lo requiera y sin ningún coste adicional.

El precio del PLAN TOTAL en cualquiera de sus 2 opciones es de 200 euros/mes.*

*Iva 21% no incluido

NOVAELITE PLANIFICACIONES ONLINE

3. PLAN MIX

El PLAN MIX es un plan ideal para los clientes readaptados en **NOVAELITE** que después de acabar sus procesos readaptativos, quieren seguir vinculados en preparación física en el centro pero que no disponen del tiempo suficiente para asistir a él con una frecuencia regular y significativa.

Es muy recomendable para prevenir la recaída de las lesiones padecidas y también para aquellos deportistas que sin derivar de una readaptación, quieren optimizar su rendimiento a pesar del poco tiempo disponible que normalmente las obligaciones laborales y familiares dejan para hacerlo.

Existe una entrevista inicial y una comunicación presencial con el entrenador asignado. También se realizarán controles biomecánicos siempre que el entrenador lo estime necesario.

Existen 2 opciones:

- **Deportistas vinculados en preparación física 1 vez/15 días.**

En este caso la prescripción sería de 6 entrenamientos/mes además de los 2 entrenamientos presenciales en el centro.

El precio es de 205 euros/mes (130 euros presencial y 75 euros de planificación).

- **Deportistas vinculados en preparación física 1 vez/semana.**

En este caso la prescripción sería de 4 entrenamientos/mes además de los 4 entrenamientos presenciales en el centro.

El precio es de 320 euros/mes (260 euros presencial y 60 euros de planificación).*

Las valoraciones biomecánicas iniciales obligatorias tienen un precio de:

TMG PARCIAL..... 75 euros.

TMG GLOBAL.....150 euros. (sólo necesaria para el PLAN TOTAL).

ECO-ESTRUCTURAL.....100 euros.

*IVA 21% no incluido

NOVAELITE PLANIFICACIONES ONLINE

4. PLAN MIX-FISIO

El **PLAN MIX-FISIO** es un plan ideal para clientes que necesiten de los servicios de nuestra área de fisioterapia tanto en sesiones presenciales como en asesoramiento y prescripción de ejercicios online.

Es muy recomendable para aquellas personas que únicamente requieran de tratamiento de fisioterapia y que no tengan la disponibilidad necesaria como para acudir con mayor regularidad al centro.

Existe una entrevista inicial y una comunicación presencial con el fisioterapeuta asignado. También se realizarán controles biomecánicos siempre que el fisioterapeuta lo estime necesario.

Existen 2 opciones:

- Clientes que acudan al centro en frecuencia de 1 sesión/15 días.

El fisioterapeuta prescribe los entrenamientos específicos para la recuperación del paciente.

El precio es de 195 euros/mes (100 euros presencial y 95 euros de planificación).*

- Clientes que acudan al centro en frecuencia de 1 vez/semana.

El fisioterapeuta prescribe los entrenamientos específicos para la recuperación del paciente.

El precio es de 280 euros/mes (200 euros presencial y 80 euros de planificación).*

En caso de querer acudir en menor frecuencia al centro para realizar las sesiones presenciales, el centro no se vería capacitado para realizar el servicio al no poder tener el mínimo control necesario del paciente.

La duración mínima del proceso es de 1 mes y siempre se pagará la parte proporcional de prescripciones en caso de que el proceso finalice antes de acabar el mes en curso.

La valoración biomecánica inicial obligatoria tiene un precio de:

ECO-ESTRUCTURAL.....100 euros.

*IVA 21% no incluido