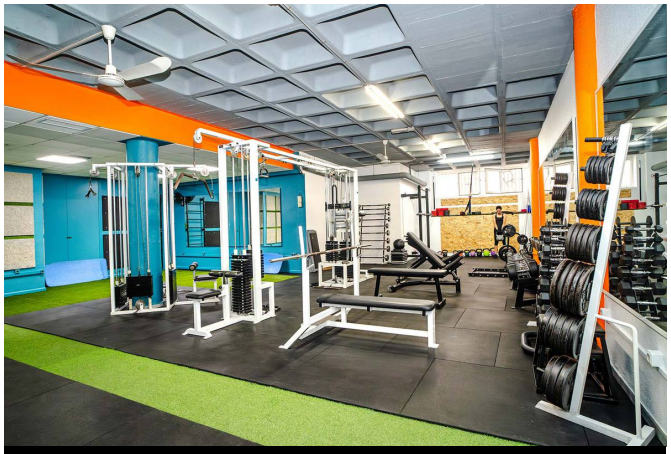
Entrena bien, vive mejor: RESET Personal Fitness abre sus puertas en la Plaza Mayor

10/09/2024

Al frente están Enrique Muñoz y Miguel Sánchez.

La seña de identidad de este nuevo centro de entrenamiento es el trabajo personalizado y la constante formación de sus entrenadores. Conciben el ejercicio físico como un medio, no solo para verse mejor estéticamente, sino para tener un cuerpo funcional y vivir sin dolor.

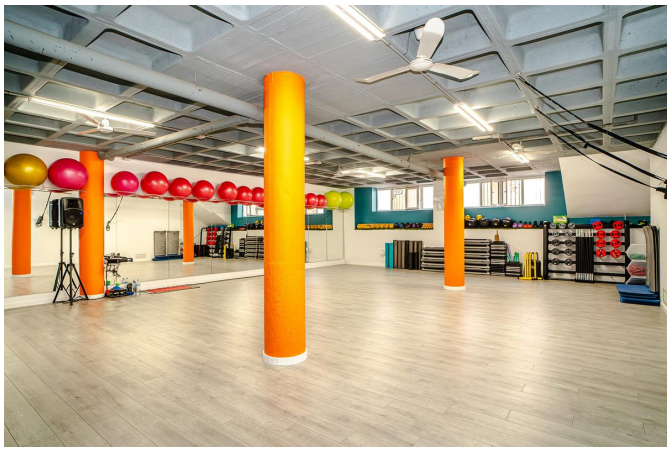
Al frente de este centro están Enrique Muñoz y Miguel Sánchez. Tras años trabajando juntos se han unido combinando una amplia experiencia en el sector y una constante formación para estar siempre actualizados. Utilizan la evidencia científica como base para mejorar la salud y el físico de sus usuarios, tratando patologías y readaptando ejercicios para las lesiones deportivas.



Tiene una sala para trabajo de fuerza y los entrenamientos personales.

Situado en el corazón de Elda, en la Plaza Mayor, frente a la entrada principal, el centro cuenta con diferentes salas para desarrollar su actividad. Una de 140 m2 para los entrenamientos grupales, una amplia sala para el trabajo de fuerza y los entrenamientos personales, además de otra para el entrenamiento cardiovascular, con un total de casi 600 m2 de superficie.

La esencia de RESET Personal Fitness es el trabajo personalizado en un ambiente familiar, conociendo a cada persona y pautando entrenamientos adaptados a sus características y necesidades.



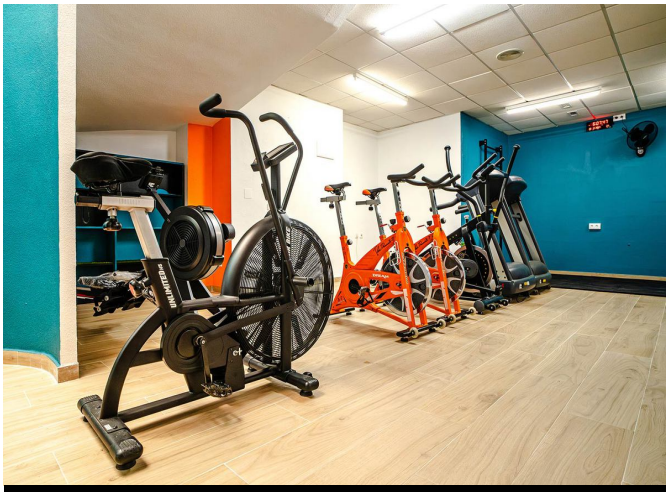
Cuenta con un espacio de 140 m2 para los entrenamientos grupales.

Los entrenamientos grupales se confeccionan a diario siguiendo una programación que evoluciona durante todo el año, asegurando así un proceso de mejora. Su propuesta de entrenamiento individual, alejado de proponer lo mismo para todo el mundo, busca ofrecer planes personalizados en base a las características de cada individuo. Esto precisamente es lo que les diferencia de otros centros, donde existe una hoja de entrenamiento y todo el mundo realiza los mismos ejercicios.

De la misma forma, también ofrecen entrenamientos personales, individuales o en pareja, donde el usuario dispone de total atención del entrenador durante toda la sesión.

Por último, los viernes por la tarde ofrecen clases de esgrima tradicional en colaboración con la sala de armas de Elda y también tienen clases de danza oriental y tribal.

Más información en el 688793078.



Se encuentran en la Plaza Mayor.