



TARIFAS

ENTRENAMIENTOS PERSONALIZADOS DE NATACIÓN

Elaboramos planes de entrenamientos personalizados de natación a corto, medio y largo plazo. Dependiendo del presupuesto que tengas, del tiempo que le dedicas a los entrenamientos durante la semana y a tus capacidades, puedes escoger entre el plan basic, pensado para aquellos nadadores que entrenan dos veces en semana, el plan medium pensado para aquellos nadadores que entrenan 3-4 veces en semana y el plan premium, el más completo y pensado para aquellos nadadores que entrenan 5 veces en semana. Los planes están disponibles en formato individual.

PLAN INDIVIDUAL MENSUAL

PLAN BASIC.....25,00€

- CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN
- 8 SESIONES DE ENTRENAMIENTO

PLAN MEDIUM.....50,00€

- CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN
- PLANIFICACIÓN MENSUAL
- 18 SESIONES DE ENTRENAMIENTO
- TABLA DE RITMOS DE NADO
- FEEDBACK CADA 15 DIAS

PLAN PREMIUM.....65,00€

- CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN
- PLANIFICACIÓN MENSUAL
- 24 SESIONES DE ENTRENAMIENTO
- TABLA DE RITMOS DE NADO
- FEEDBACK CADA 15 DIAS

PLAN INDIVIDUAL TRIMESTRAL

PLAN BASIC.....65,00€

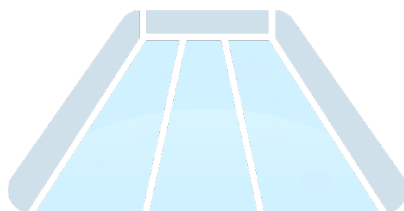
- CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN
- 24 SESIONES DE ENTRENAMIENTO

PLAN MEDIUM.....135,00€

- CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN
- PLANIFICACIÓN TRIMESTRAL
- 48 SESIONES DE ENTRENAMIENTO
- TABLA DE RITMOS DE NADO
- FEEDBACK CADA 15 DIAS

PLAN PREMIUM.....175,00€

- CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN
- PLANIFICACIÓN TRIMESTRAL
- 72 SESIONES DE ENTRENAMIENTO
- TABLA DE RITMOS DE NADO
- FEEDBACK CADA 15 DIAS



SWIMMINGGOALS
— ALCANZA TUS OBJETIVOS —

SERVICIO DE NUTRICIÓN

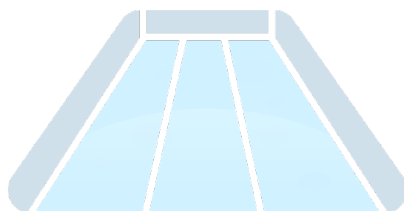
El servicio de nutrición está diseñado y dirigido hacia aquellos nadadores que quieren optimizar su rendimiento, así como mejorar su composición corporal a través de la mejora de hábitos alimenticios. Ajustamos la nutrición al deportista de manera individual y personalizada con 2 tarifas: mensual y trimestral, dependiendo de las necesidades y tiempo de compromiso.

PLAN MENSUAL.....55,00€

- CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN NUTRICIONAL
- CONSULTA INICIAL POR VIDEOLLAMADA
- PLAN NUTRICIONAL PERSONALIZADO
- CONSULTA POR VIDEOLLAMADA Y FEEDBACK CADA 15 DIAS

PLAN TRIMESTRAL.....135,00€

- CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN NUTRICIONAL
- CONSULTA INICIAL POR VIDEOLLAMADA
- PLAN NUTRICIONAL PERSONALIZADO
- CONSULTA POR VIDEOLLAMADA Y FEEDBACK CADA 15 DIAS HASTA COMPLETAR LOS 3 MESES.



SWIMMINGGOALS
— ALCANZA TUS OBJETIVOS —

SERVICIO DE FISIOTERAPIA A DOMICILIO (Disponible para Sevilla y alrededores)

En Swimmigoals ofrecemos el servicio de fisioterapia a domicilio para los clientes de Sevilla y alrededores con la intención de ayudar cualquier deportista necesite tratamiento terapéutico para la recuperación de una lesión.

TRATAMIENTO PRESENCIAL 1H APROX (1 CITA)50,00€

- EVALUACIÓN CLINICA
- TRATAMIENTO DEL DOLOR
- EVENTUAL ELABORACIÓN DE UN PLAN DE RECUPERACIÓN

BONO DE 4 CITAS.....180,00€

- EVALUACIÓN CLINICA
- TRATAMIENTO DEL DOLOR
- EVENTUAL ELABORACIÓN DE UN PLAN DE RECUPERACIÓN



SERVICIO DE PSICOLOGÍA

Con nuestro servicio de psicología nos preocupamos por ti como persona y como deportista. Te escuchamos, te aconsejamos, revolucionamos tu mente, potenciamos tu cuerpo y encontramos esa motivación que necesitas.

PRIMERA CONSULTA TELEFONICA.....GRATUITA

- CONOCIMIENTO Y EVALUACIÓN DEL DEPORTISTA
- GENERACIÓN DE UN DIAGNOSTICO
- DESARROLLO DE UN PLAN DE ACTUACIÓN

PLAN MENSUAL.....75,00€

- DOS CONSULTAS TELEFONICAS (UNA CADA 15 DIAS)
- DESARROLLO DEL PLAN DE ACTUACIÓN
- ESTRATEGIAS MENTALES, RUTINAS, COACHING EMOCIONAL

PLAN TRIMESTRAL.....200,00€

- SEIS CONSULTAS TELEFONICAS (UNA CADA 15 DIAS)
- DESARROLLO DEL PLAN DE ACTUACIÓN
- ESTRATEGIAS MENTALES, RUTINAS, COACHING EMOCIONAL
- SESIÓN CON LA FAMILIA
- SESIÓN CON EL ENTRENADOR
- CONCLUSIONES Y CONSEJOS
- SEGUIMIENTO

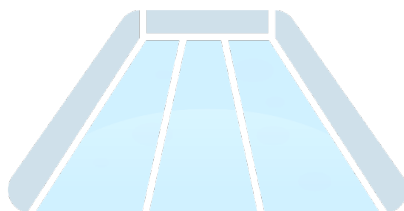
SESIÓN GRUPAL.....75,00€

- DINÁMICAS DE GRUPO
- APROVECHAR EL DEPORTE COMO DESARROLLO Y PROGRESO
- MEJORAR EL RENDIMIENTO DEPORTIVO DEL EQUIPO
- EVITAR FRACASOS INNECESARIOS

CLASES DE NATACIÓN A DOMICILIO PARA NIÑOS DE 5 A 10 AÑOS

Nuestras clases de natación a son para niños de todos los niveles. Si dispones de una piscina privada o utilizas la de la urbanización, nos desplazamos hasta tu domicilio para dar las clases para tu comodidad. Clases de adaptación al agua, iniciación al nado, mejora de la técnica de nado y juegos.

CLASE INDIVIDUAL.....	30,00€
CLASE COLECTIVA 2 NIÑOS.....	50,00€
CLASE COLECTIVA 3 NIÑOS.....	70,00€
CLASE COLECTIVA 4 NIÑOS.....	90,00€
CLASE COLECTIVA 5 NIÑOS.....	110,00€
CLASE COLECTIVA 6 NIÑOS.....	130,00€
CLASE COLECTIVA 7 NIÑOS.....	150,00€
CLASE COLECTIVA 8 NIÑOS.....	170,00€
CLASE COLECTIVA 9 NIÑOS.....	190,00€
CLASE COLECTIVA 10 NIÑOS.....	210,00€



SWIMMINGGOALS
— ALCANZA TUS OBJETIVOS —