

# DOSSIER INFORMATIVO

## RECOVERY

- Sistema de entrenamiento.
- Bases y condiciones.
- Tarifas de servicios.

## RECOVERY:

“RECUPERACIÓN NO ES DESCANSO. ES PREPARACIÓN”

El objetivo es que el jugador podrá optimizar su capacidad de recuperación y mejorar su estado de disponibilidad en el equipo gracias a sistemas que favorezcan la restauración muscular y biológica de una forma autónoma, puesto que el jugador solamente tendrá que reservar una cita de 45 minutos para que se le asigne una sala en la que podrá realizar un entrenamiento de recuperación pautado pero no supervisado.

Existen 2 paquetes diferenciados en función a los servicios:



PAQUETE 1:

Paquete 1: rutina de movilidad, presoterapia, relajación miofascial, restricción del flujo sanguíneo y vibración.



PAQUETE 2:

**Paquete 2:** rutina de movilidad, presoterapia, relajación miofascial, restricción del flujo sanguíneo, vibración y luz infrarroja.



TARIFAS:

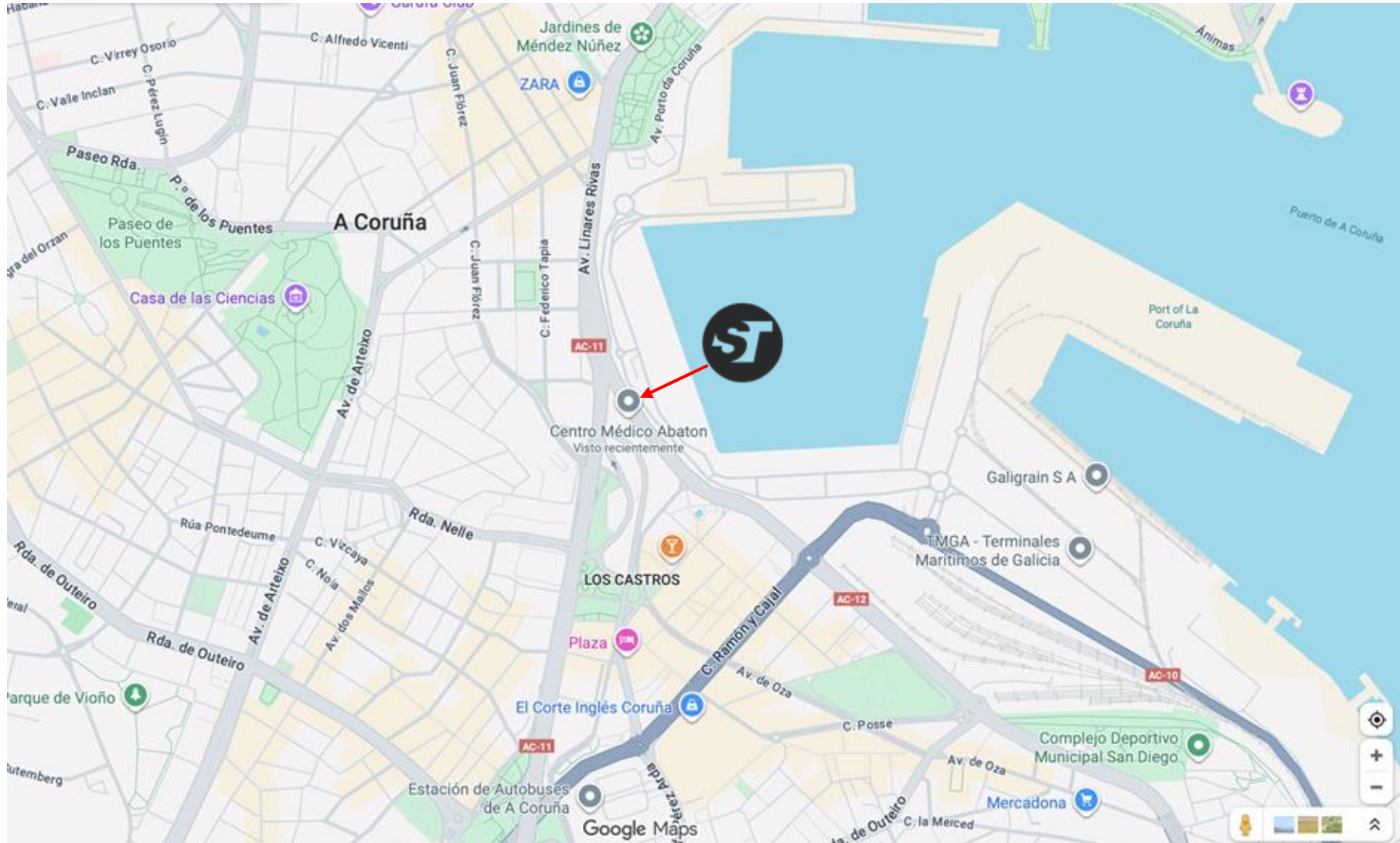
Sesion Recovery PAQUETE 1

- 15€/sesión.

Sesión Recovery PAQUETE 2

- 20€/sesión.

UBICACIÓN:



Avenida Primo de Rivera 2-1º, 15006. A Coruña