

¡CUMPLE TUS PROPÓSITOS!

Enero es un buen mes para empezar a trabajar el cuerpo si se quiere llegar a los meses de verano en plena forma y con un aspecto saludable. Con ejercicio físico y profesionales que te asesoren será mucho más fácil.

Ocio y salud | PARA EMPEZAR EL AÑO DE FORMA SALUDABLE

Body Factory te garantiza cumplir tu propósito saludable

Este centro deportivo, con una afianzada trayectoria en Castellón, es puntero en la puesta en marcha de entrenamientos personales y funcionales, adaptados a las necesidades de cada uno de sus clientes

S.C.
castellon@que.es

Su objetivo es ofrecer salud y bienestar a cada uno de sus clientes. Las instalaciones de Body Factory, en Castellón, disponen de 1.600 metros cuadrados dedicados al ejercicio físico. Este gimnasio, ubicado en la calle Cronista Revest, 24 se ha propuesto contigo el reto de ponerte en forma. Y para ello, lanza su promoción durante esta semana del 7 + 5, es decir, pagando siete meses, el centro te regala otros cinco.

El entrenamiento funcional, es la gran apuesta del centro, junto con los entrenamientos personalizados.

Body Factory cuenta con tutores personalizados, que asesoran y supervisan desde las rutinas de trabajo, hasta los entrenamientos básicos. También ofrecen asesoramiento en suplementación deportiva, siempre de productos homologados por Sanidad, como los de la marca Weider, líder en el mercado.

En actividades colectivas cuentan con más de 75 clases a la semana, algunas de ellas en la piscina como el aquafitness, además de los cursos de natación que ofrecen durante todo el año. ¡Aprovecha! sólo por visitarles te invitan a disfrutar de un día en el centro.



Las clases de Ciclo Indoor tienen una duración de 55 minutos de trabajo cardiovascular.



La piscina de Body Factory acoge actividades como la natación, aquafitness o matronatación.

LAS POSIBILIDADES DE BODY FACTORY

ACTIVIDADES COLECTIVAS

- ⇒ Natación para Embarazadas
- ⇒ Matronación
- ⇒ Natación Colectiva
- ⇒ Gap
- ⇒ Cursos Natación
- ⇒ Body Step
- ⇒ Body Pump
- ⇒ Tonificación
- ⇒ Natación Terapéutica
- ⇒ Mejoramiento Físico
- ⇒ Gimnasia Suave
- ⇒ Ciclo Indoor
- ⇒ Pilates
- ⇒ Abdomen
- ⇒ Bailes de Salón
- ⇒ Aquaerobic
- ⇒ Aqua Gym
- ⇒ Aerobic
- ⇒ Stretching
- ⇒ Formación de Monitores



ACTIVIDADES INDIVIDUALES

- ⇒ Sala de Musculación
- ⇒ Personal Trainer
- ⇒ Sala Ciclo Indoor
- ⇒ Sala Cardiovascular
- ⇒ Ent. Personal en Piscina
- ⇒ Personal Trainer Pilates

SERVICIOS

- ⇒ Piscina
- ⇒ Taquilla
- ⇒ Termas
- ⇒ Solarium UVA
- ⇒ Gabinete de Fisioterapia
- ⇒ Gabinete de Masaje
- ⇒ + de 1.500m2
- ⇒ Tienda de Suplementación
- ⇒ Gabinete de Estética

ENTRENAMIENTO FUNCIONAL

Recomendado para el público adulto y con limitaciones

El entrenamiento funcional consiste en la realización de ejercicios que imitan los movimientos y trabajos físicos realizados en la vida cotidiana, de acuerdo a las necesidades específicas de cada persona. En este tipo de entrenamientos, la utilización de materiales como gomas, balón medicinal, feedball, etc. permiten un trabajo físico más completo. Una correcta utilización del material por parte del personal cualificado, hará que tu entrenamiento sea seguro, específico, motivante y progresivo. Este entrenamiento te aporta mejoras en hábitos posturales, por eso también está indicado para personas en periodo de rehabilitación o con problemas articulares

Mi primer propósito...

Empezar el año entrenando

contrata 7 meses y te regalamos 5



ENTRENAMIENTOS PERSONALES · FITNESS · CARDIO
PILATES · CICLO · PISCINA · JACUZZI · TERMAS
ESTETICA... Y MÁS DE 75 ACTIVIDADES A LA SEMANA



Cronista Revest, 24
12005 Castellón
Tlf.: 964 237 512

visítanos
en www.bodyfactory.es