

# 4EVERFITstudio

## Centro de entrenamiento personal especializado

**"4everfit studio ha llegado para quedarse y ser un referente en el ámbito de la salud y actividad física".**

Con un inicio de actividad exitoso, ha nacido **4everfit studio**. Un espacio dedicado en exclusividad al entrenamiento personal individual o bien en pareja, con el objetivo de acompañar a sus clientes hacia su meta final de una forma segura, dinámica, eficaz y divertida, y con la prioridad de proporcionar las herramientas necesarias de aprendizaje, tanto en el entrenamiento físico como en el ámbito de la nutrición, para que una vez aprendidos estos conceptos el propio cliente pueda llevarlos a la práctica de una forma completamente autónoma.

Dentro de un concepto innovador y único, **4everfit studio** busca ser un referente en el ámbito del entrenamiento personal saliéndose fuera de lo que son los gimnasios al uso donde muchas personas pueden sentirse desubicadas.

Un estudio completamente equipado para satisfacer las necesidades de los clientes: Música durante el entrenamiento al gusto del cliente, vestuarios adaptados a personas con movilidad reducida, con ducha, secador de pelo y diferentes amenities, también con una zona de relax pre o post entreno donde poder tomarse una bebida, comer una pieza de fruta o simplemente leer una revista mientras se hace uso del servicio wifi completamente gratuito.



La empatía, la privacidad del estudio y el seguimiento personalizado son algunos de sus puntos fuertes: Todos sus entrenamientos son monitorizados en directo mediante frecuencia cardiaca en pantallas de TV y enviados al cliente una vez finalizado el mismo, facilitándoles un estudio antropométrico completo, junto con sus niveles de tensión, de glucosa y de oximetría.

Otro importante ejemplo de personalización del servicio es que

una vez el cliente es dado de alta, se le hace una entrevista previa donde poder escuchar cuáles son sus objetivos y necesidades y también sus limitaciones si las tuviese, para al mismo tiempo rellenar unos sencillos cuestionarios de salud para valorar si es apto para la actividad física y, en caso contrario, poder derivarlo a algún especialista en la materia de la salud para que le realice las pruebas pertinentes y así determinar de una

forma segura cuando es el momento de comenzar la actividad. Un estudio con entrenadores titulados y altamente cualificados en materia de actividad física y salud, que desarrollan un concepto innovador llamado "pre habilitate", una herramienta que busca la completa adaptación de los ejercicios a la morfología del cliente, porque no todos somos iguales estructuralmente.

### ESTUDIO DE ENTRENAMIENTO PERSONAL EN MADRID RÍO

Juan Duque 4, Madrid Río  
Info@4everfit.es  
Teléfono: 919 402 737  
[www.4everfit.es](http://www.4everfit.es)

#4everfit\_studio

Metro: Puerta del Ángel (L6) ó Príncipe Pio (L10) y Renfe. Autobuses: 36,50,31,65,62,25,138,41,C2,C1 y CM500



- ◆ ENTRENAMIENTO PERSONAL
- ◆ ENTRENAMIENTO FUNCIONAL
- ◆ NUTRICIÓN
- ◆ PESO IDEAL
- ◆ OPOSICIONES
- ◆ TERCERA EDAD
- ◆ READAPTACIÓN LESIONES
- ◆ RENDIMIENTO DEPORTIVO
- ◆ INICIACIÓN ACTIVIDAD FÍSICA
- ◆ CROSS TRAINING