

Pack de lanzamiento Entren@ADM Media Maratón de Madrid 2012

Coste: 75 € (65 € para socios AD Marathon). **Promoción hasta 31 de enero de 2012.**

Pago: Pasarela de pago (www.deporticket.com) o transferencia bancaria indicando tu nombre, apellidos y teléfono al nº de cuenta de la AD Marathon: 2085 9969 59 0300002507

Descuento: 15€ de descuento sobre pack trimestral de entrenamiento y dorsal (90 € de coste)

Ampliaciones: Si quieres preparar tu maratón de primavera amplía el pack con un mes más de entrenamiento por 25€.

Incluye:

- 3 meses de entrenamiento personalizado:

- Entrevista inicial por teléfono con Pablo Villalobos (Campeón de España de maratón 2011 y director técnico de la escuela): <http://isis.rfea.es/sirfea/ficheros/personas/almacen/villalobospablo.pdf>
- Definición y Planificación del programa de entrenamientos.
- Programación del entrenamiento cada 2/4 semanas.
- Seguimiento y control del desarrollo del programa por correo electrónico o mensajería instantánea.
- Asesoramiento de aspectos relacionados con el entrenamiento, competición, nutrición, material..., por correo electrónico o mensajería instantánea.
- Resumen final de desarrollo y cumplimiento del programa.

- Inscripción para la media maratón de Madrid o carrera de 5km.

Pack Entren@ADM Trimestral

Coste: 90 €

Pago: Pasarela de pago (www.deporticket.com) o transferencia bancaria indicando tu nombre, apellidos y teléfono al nº de cuenta de la AD Marathon: 2085 9969 59 0300002507

Incluye:

- 3 meses de entrenamiento personalizado:

- Entrevista inicial por teléfono con Pablo Villalobos (Campeón de España de maratón 2011 y director técnico de la escuela): <http://isis.rfea.es/sirfea/ficheros/personas/almacen/villalobospablo.pdf>
- Definición y Planificación del programa de entrenamientos.
- Programación del entrenamiento cada 2/4 semanas.
- Seguimiento y control del desarrollo del programa por correo electrónico o mensajería instantánea.
- Asesoramiento de aspectos relacionados con el entrenamiento, competición, nutrición, material, ... por correo electrónico o mensajería instantánea.
- Resumen final de desarrollo y cumplimiento del programa.

Pack Entren@ADM Anual

Coste: 300 € por 25 €/mes (240 € para socios AD Marathon 20€/mes)

Pago: Domiciliación bancaria o transferencia bancaria indicando tu nombre, apellidos y teléfono al nº de cuenta de la AD Marathon: 2085 9969 59 0300002507

Descuento: 2 meses de entrenamiento gratis sobre el pack trimestral (4xtrimestre = 360 €)

Incluye:

- 12 meses de entrenamiento personalizado:

- Entrevista inicial por teléfono con Pablo Villalobos (Campeón de España de maratón 2011 y director técnico de la escuela): <http://isis.rfea.es/sirfea/ficheros/personas/almacen/villalobospablo.pdf>
 - Definición y Planificación del programa de entrenamientos.
 - Programación del entrenamiento cada 2/4 semanas.
 - Seguimiento y control del desarrollo del programa por correo electrónico o mensajería instantánea.
 - Asesoramiento de aspectos relacionados con el entrenamiento, competición, nutrición, material, ... por correo electrónico o mensajería instantánea.
 - Seguimiento telefónico cada dos semanas.
 - Resumen final de desarrollo y cumplimiento del programa.
- **Inscripción para las pruebas organizadas por la AD Marathon:** Media Maratón de Madrid, Carrera de 5km, 10km de Tetuán, Media Maratón de Villaverde,
- **Carnet de socio AD Marathon:** Descuentos en tiendas de running, servicios de fisioterapia, servicios de medicina deportiva, servicios de podología y otros.
- **Camiseta técnica ASICS** con el logotipo de la Escuela del Corredor AD Marathon.

Datos de contacto: escueladelcorredoradm@gmail.com o en el móvil: 622265730

Página en facebook: <http://facebook.com/entrenaADM> y en www.admarathon.es



ESCUELA DEL CORREDOR

¡Nuevo servicio a los corredores!
Entren@ADM, la escuela del corredor de la A.D. Marathon.
Entrenamientos personales adaptados a cualquier nivel y características. Con el mejor equipo de profesionales capitaneados por el Campeón de España de Maratón 2011, Pablo Villalobos y el respaldo de la A.D. Marathon, uno de los clubs de atletismo de referencia a nivel nacional.
El programa de entrenamiento, de tres meses de duración en principio, pero ampliable, te ayudará a preparar seriamente el Medio Maratón ASICS Villa de Madrid o cualquier otra prueba que tengas como objetivo, sea cual sea tu nivel atlético, pues nuestros entrenadores se adaptarán a tu nivel y disponibilidad de tiempo. El contacto será directo, vía email o teléfono.
El precio de lanzamiento es de 75€* los tres meses (90€ precio tarifa), e incluye la inscripción al Medio Maratón ASICS Villa de Madrid 2012 o a los 5 km Madrid-MMT.

*Oferta limitada en tiempo (consultar en www.admarathon.es)

Mail: escueladelcorredorADM@gmail.com
Facebook: <http://www.facebook.com/entrenaADM>
Twitter: @EntrenaADM
Tel: 622 265 730

