



Customer guide

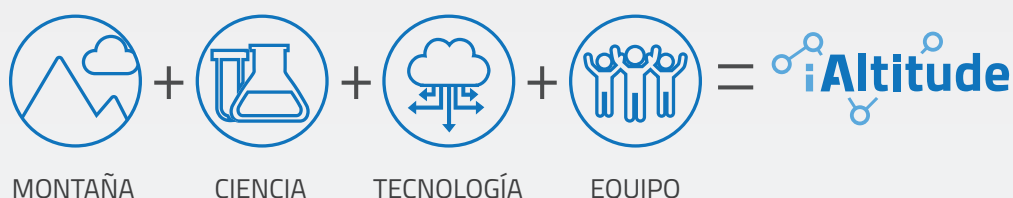
Qué es iAltitude.....	3
Para quién está indicado iAltitude	3
Cómo entrenar con iAltitude	4
Sistema de bonos	5
Precios bonos	5

Qué es iAltitude

iAltitude es un innovador entrenamiento en altura basado en la **hipoxia intermitente**.

En iAltitude contamos con **profesionales** de gran prestigio y talento dedicados desde hace más de una década al **entrenamiento en altitud**.

Gracias a la tecnología, seguridad y control que incorpora, iAltitude pondrá a tu alcance los enormes **beneficios** de la altitud, adaptándolos a tus necesidades de forma personalizada para que obtengas el máximo rendimiento y alcances tus **objetivos** en poco tiempo.



Para quién está indicado iAltitude



Para deportistas de cualquier nivel que quieran superarse a sí mismos, mejorar una marca, una meta o, simplemente, obtener magníficas sensaciones durante la práctica del ejercicio.



Para deportistas que padecen una lesión y necesitan un aporte extra de beneficios que compense la falta de entrenamiento.



Para opositores que necesitan alcanzar un excepcional estado físico y mantenerlo durante tiempo, con el objetivo de enfrentarse a las diferentes convocatorias.



Para las personas que desean reducir su estrés o mejorar su sensación de bienestar en general. Combinado con tratamientos psicológicos contra la ansiedad potencia los beneficios.



Para personas con problemas de sueño, asmáticos o con patologías pulmonares.



Para quienes siguen programas de adelgazamiento o de definición muscular y quieren acelerar y afianzar la pérdida de grasa.

Cómo entrenar con iAltitude

Para obtener el **máximo rendimiento** y beneficio del entrenamiento **iAltitude**, las sesiones se llevarán a cabo de la siguiente manera:



Duración de cada sesión:

entre 45' y 1h 30'.



Tiempo recomendado entre sesiones:

una sesión cada 24h o 48h o, como máximo, cada 72h.

El número de sesiones continuas es orientativo y varía para cada usuario, ya que el entrenamiento es personalizado. Por ello, en iAltitude hemos diseñado el sistema de bonos de sesiones, para que elijas el que mejor se adapta a tus necesidades.



Sistema de bonos

BONO 15

Para los que buscan un primer contacto con el entrenamiento en altitud y experimentar sus efectos, tanto a nivel deportivo como a nivel de bienestar y salud.

- **Bono 15:** contiene 15 sesiones continuas.

BONO 25

Para los que quieren mejorar notablemente, y afianzar y prolongar los efectos de la altitud sobre su organismo con una excelente oferta.

- **Bono 25 (Opción 1):** 25 sesiones continuas.
- **Bono 25 (Opción 2):** 10 sesiones continuas + 5 de mantenimiento (1 a la semana) + 10 continuas.

BONO 40

Para los que preparan duras pruebas, largas temporadas deportivas o, sencillamente, desean disfrutar de los beneficios para la salud que proporciona el entrenamiento en altitud al mejor precio.

- **Bono 40 (Opción 1):** 40 sesiones continuas.
- **Bono 40 (Opción 2):** 10 sesiones continuas + 5 de mantenimiento (1 a la semana) + 10 continuas + 5 de mantenimiento (1 a la semana) + 10 continuas.
- **Bono 40 (Opción 3):** 15 sesiones continuas + 5 de mantenimiento (1 a la semana) + 20 continuas.
- **Bono 40 (Opción 4):** 20 sesiones continuas + 20 continuas.

Precios bonos

Sesiones	Precio individual	Precio tarifa grupo
Bono 15	215€	190€
Bono 25	299€	260€
Bono 40	385€	330€

IVA incluido en todos nuestros precios

EL MÁS AVANZADO ENTRENAMIENTO EN ALTITUD



www.ialtitude.es

info@ialtitude.es