



DESCARGA APP "CLUB ALPHA"

El servicio de la aplicación es un complemento de la membresía y no genera ninguna obligación para Club Alpha, la gerencia tiene la facultad de cambiar o cancelar a su conveniencia y sin previo aviso el servicio.

Los miembros del club pagan por hacer uso de las instalaciones del club y la App solo es un apoyo para los mismos siempre y cuando estén al corriente en pagos y sean mayores de 18 años .

club
alpha

MANUAL DE INICIO
REVOLUCIONA TU FORMA DE ENTRENAR

APP "CLUB ALPHA"

USUARIO:

CONTRASEÑA:



3 SENCILLOS PASOS

1 DESCARGA LA APLICACIÓN

- INGRESA A LA TIENDA DE APLICACIONES DE TU SMARTPHONE.
- BUSCA Y DESCARGA LA APLICACIÓN: "CLUB ALPHA"
- LA APLICACIÓN ES GRATUITA.
- LA DESCARGA CONSUMIRÁ TUS DATOS, O BIEN, PUEDES HACERLO CON TU CONEXIÓN WI-FI.



2 AGENDA UNA CITA

ACUDE A LA OFICINA DE ALPHATRaining Y AGENDA UNA CITA CON TU ASESOR DEPORTIVO.

3 ACTIVA TU PERFIL

ACUDE A TU CITA Y EL ASESOR DEPORTIVO:

- TE REALIZARÁ UNA VALORACIÓN INICIAL.
- TE AYUDARÁ A DEFINIR TU OBJETIVO DEPORTIVO.
- PLANIFICARÁ TU ENTRENAMIENTO.
- TE ORIENTARÁ EN TU ALIMENTACIÓN.
- GENERARÁ TU USUARIO Y CONTRASEÑA.
- DARÁ SEGUIMIENTO A TU OBJETIVO.
- RESPONDERÁ TODAS TUS DUDAS.

¡LISTO!

TODO EL CLUB EN TU SMARTPHONE AVANCE, RUTINA, HORARIOS, RECOMPENSAS Y AVISOS

¿ESTÁS ALCANZANDO TUS OBJETIVOS?

MIDE TU EVOLUCIÓN A TRAVÉS DE UN ANÁLISIS MORFOLÓGICO DETALLADO:

- PORCENTAJE DE GRASA.
- MASA MUSCULAR.
- EDAD METABÓLICA (LA EDAD QUE TIENE TU CUERPO DE ACUERDO A TU COMPOSICIÓN CORPORAL).
- GRASA VISCERAL.
- COMPLEXIÓN FÍSICA.
- CALORÍAS (DETERMINA LA NECESIDAD ENERGÉTICA REAL DE TU CUERPO).

EL ENTRENAMIENTO EN LA PALMA DE TU MANO

- SIGUE FÁCILMENTE TU RUTINA EN EL CELULAR.
- VISUALIZA LA EJECUCIÓN CON LOS VIDEOS.

RECIBE NOTIFICACIONES CON INFORMACIÓN DE TU CLUB EN TIEMPO REAL

LA ACTIVIDAD DE TU CLUB ESTÉS DONDE ESTÉS Y EN TIEMPO REAL

- CONSULTA EL HORARIO DE LAS ACTIVIDADES DIRIGIDAS.
- DESCUBRE QUÉ SE HACE EN CADA UNA DE LAS CLASES.
- CONOCE AL INSTRUCTOR QUE LA IMPARTE.

CUANDO EL DEPORTE ES NUESTRO MUNDO