



SERVICIOS

2° SEMESTRE 2026



ACADEMIA

ROBERTO CASTELLANO

ASESOR Y FORMADOR DEPORTIVO



ACADEMIA
ROBERTO CASTELLANO
ASESOR Y FORMADOR DEPORTIVO

www.academiarobertocastellano.com

PRESENTACIÓN

HOLA, antes de nada gracias por contactarme, es un honor que hayas decidido cambiar tu cuerpo, tu salud o tu autoestima y hayas pensado en mí para ello.

Léete todo esto por favor, es importante para que puedas decidir bien si te puedo ayudar, y para que puedas entender todo con claridad.

Ates de nada, te comentare un poco quien soy:

Nací en un pequeño pueblo el 11 junio de 1985, empecé a practicar deporte a la temprana edad de los 6 años, karate concretamente, y desde entonces se convirtió en mi día a día, hasta la actualidad.

Empecé por artes marciales, karate, taekwondo, hapkido, llegando a cinturón negro primer dan, bueno, cinturón rojo-negro ya que era menor de 14 años cuando lo conseguí. Esto lo alterne con atletismo 2 años, fútbol 4 años, ciclismo 4 años, y a los 15 años decidí pisar un gimnasio para complementar las artes marciales.

Entre con 65kg y 15 años, al cumplir 16 años ya pesaba 113kg, y en ese momento decidí dejar toda practica deportiva y me centre en el gimnasio, primero en la fuerza y luego en culturismo, pues el gran progreso inicial me hizo decantarme por ello.

Mi devoción por el deporte fue tal que hice ciencias de la actividad física y deporte, en Cáceres, especializándome en el prácticum de salud,

cosa que amplie a posteriori con el grado superior de técnico en dietética y nutrición, y el grado medio de farmacia.

Deportivamente empecé a competir como junior, con 20 años, ganado el campeonato de España y el Mr. Universo, en categoría junior.

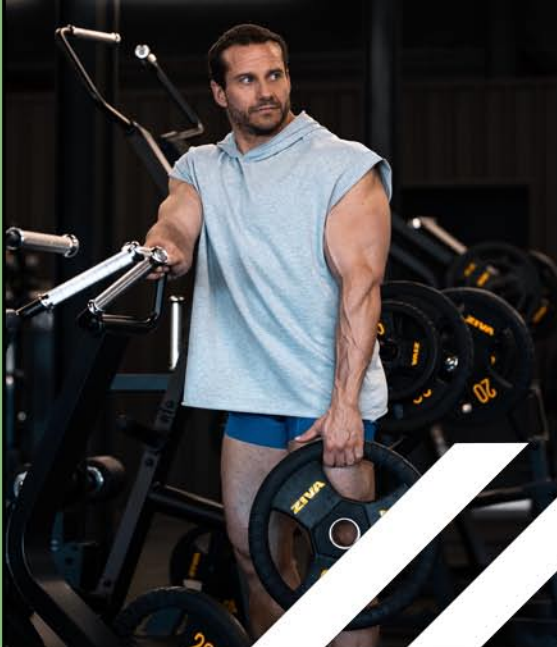
A partir de ahí, ya me metí de lleno en el culturismo, con ferias, más competiciones y demás, hasta el punto de convertirlo en mi estilo de vida y sustento.

A los 23, acabe la carrera, y comencé mi andadura como preparador y monitor en un gimnasio, y aunque lo de monitor lo deje hace tiempo, sigo como asesor deportivo.

Entre mis logros deportivos están 4 campeonatos de España, 17 open nacionales, Mr. Universo y un campeonato del mundo WABBA.

Puede parecer que solo estoy vinculado al culturismo, pero para nada, esa es mi afición, pero yo siempre me especialice en salud, en todas sus vertientes, cosa que además, debido a los problemas de mi deporte, me he visto obligado a tener que saber maximizar, ya que 25 años levantando pesas y comiendo en exceso, acaban pasando factura.





ACADEMIA
ROBERTO CASTELLANO
ASESOR Y FORMADOR DEPORTIVO

www.academiarobertocastellano.com

Actualmente me dedico al asesoramiento deportivo, sobre todo relacionado con la imagen y con el rendimiento físico, así como la salud. Otra de mis tareas laborales es la formación, con una **academia** y con la escritura de **libros**, lo cual me aportado mucho más de lo que pensaba, ya que formar y escribir me hace estar constantemente aprendiendo.

Mi empresa, RC TRAINING, se centra en el asesoramiento deportivo y la formación, especialmente en un nicho de población considerada normal, dejando solo para competidores de culturismo el 20% de las plazas, debido a las exigencia de este sector en cuanto a tiempo e implicación.

Además subo habitualmente contenido gratuito en YouTube y en Instagram, podrás encontrarme por mi nombre.

SABIENDO TODO ESTO DE MI, ¿QUE TE PUEDO APORTAR YO QUE OTROS NO?

Bueno, eso debes decidirlo tú, yo sé que puedo aportarte experiencia, conocimientos y devoción, ya que desde canijo mi visión fue para deporte, todo lo aposte al deporte, y sigo haciéndolo a día de hoy, casi 20 años después de acabar mis estudios universitarios.

Pero sobre todo puedo aportarte, el entender tu situación, verás:

Si eres competidor, amigo, te entiendo perfectamente, llevo cerca de 80 campeonatos

en mi vida, y ya van más de 100 competidores en mis manos, sé muy bien cómo te sientes.

Si eres una persona gordita, con baja autoestima, primero decirte que lo siento, pues yo fui tu misma imagen ¿por qué crees que empecé con el deporte?, pues porque era el típico niño gordito, con el que se metían en el colegio, de ahí que empezara por las artes marciales, y siguiera con un deporte que todo es estética e imagen, la vida me volvió alguien seguro y confiado, pero empecé desde el otro lado.

Y si tiene problemas de salud, siento decirte, que la mayoría de las veces nos lo merecemos, ya que la salud es algo que se nos da gratis a la mayoría, y por eso mismo ni lo valoramos, no al menos hasta que lo perdemos, y si... también te entiendo, e el COVID sufrí de una neumonía bilateral, que se complicó, y que 6 meses después acabó en un infarto cardiaco por un coágulo en arteria Coronaria derecha, con niveles de troponina mayores a 7000 (una locura, estoy vivo de milagro).

Esto me hizo evolucionar mucho como persona, y como preparador, la salud es 100% el motor de todo, lo más relevante, lástima que solo lo sepamos los que la perdimos en algún momento.

Pero aquí estoy, 100% recuperado tras 2 años de penuria.

Si eres de los que todo lo ha tenido fácil, y todo se te da bien, podre ayudarte solo desde la

oría, pue por desgracia, yo no tuve esa suerte y ya me a tocado pasar por muchas cosas, buenas y malas, siempre van ambas de las manos.

Mi estrategia de marketing, es, precisamente, odiar el marketing actual:

No te voy a prometer milagro sin esfuerzos, esto no existe, es meramente, máquetin.

No te voy a prometer precios bajos, pues si quieres profesionalidad, no puede ser regalada.

No te voy a prometer que serás un triunfador, pues depende de lo que tú te quieras implicar.

Pero si te prometo que no te regalare los oídos, te daré los feedback que vea reales, los cuales a veces no gustan, y no será nada personal, será lo que considero necesario para que mejores.

Te prometo seriedad, pero eso sí, no me trates como a tu colega el del barrio, te daré seriedad, y también te la pediré, este es un sector lleno de mamarrachos que lo hacen todo mal, ni quiero ser de esos, ni que me identifiquen con eso, yo vivo de esto, y es mi sustento, por lo que soy serio, por ello mismo también te pido lo mismo.

Yo me implico, como te digo, es mi trabajo y me gusta, si tu no te implicas, lo siento, pero notarás que por mi parte la implicación se va, exígeme lo que quieras, pregúntame lo que quieras, si no lo sé, lo busco (siempre que este en mi área de conocimiento), pero eso sí, si tu no hace lo tuyo, yo no podré ayudarte.

Para mí, trabajar juntos no es un favor, ni tuyo hacia mí, ni mío hacia ti, es mutuo, no seré yo quien te "riña" si te saltas la dieta, de hecho lo entiendo por que yo mismo lo hago, pero si te hare saber que así no llegarás a tus objetivo, o quizás sí, pero no es la mejor manera. No seré yo quien te obligue a competir aquí o allí, yo te apoyare decidas competir donde quieras, pero si tendré que decirte, si tiene el

nivel para ello o no, cosa que hoy en día, los preparadores con gran afán de publicidad, no hacen en muchos casos y sacan a competir a gente sin nivel, si ese llega a ser tu caso, yo tratare de que salgas lo mejor posible, pero te diré claramente, si ese evento es para ti, o no...

Es decir, trato de ser serio, real, decir la verdad (aunque duele) y realista, se lo que cuesta todo, tanto a nivel económico, como de tiempo, cono de esfuerzo, incluso a veces de salud (para los competidores), por ello, no mandare cosas irrealizables, tengo los pies en la tierra, pero si tu no te implicas, nada obtendrás, y esforzarse al 40%, es lo mismo que no hacer nada.

De hecho, estoy tan seguro de ser objetivo y realista, que si te preparas conmigo, y no quedas entre los 6 finalistas del evento, te devuelvo el dinero, pero eso sí, será porque yo te diga: estas para ese campeonato, no tengas miedo.

Si no te lo digo, evidentemente no te ofrezco esa garantía, me encantara ayudarte a salir a cualquier escenario que tu quieras, pero si no te veo para estar en los finalistas, te lo diré, y no te ofreceré esa garantía de devolución del dinero, pues como te digo, te ofreceré realismo, no marketing absurdo y barato.

En la época donde todo lo mueve el marketing, y la psicología esta a tope para venderte cosas, crearte necesidades que no tenías y no te des ni cuenta, yo no te ofrezco eso, te ofrezco realismo y sentido común.





ACADEMIA
ROBERTO CASTELLANO
ASESOR Y FORMADOR DEPORTIVO

www.academiarobertocastellano.com

FORMA DE TRABAJAR

Los planes, se realizan el día de mes que toque, independientemente de si es primero de mes o no, es decir, si empiezas un día 14 de mes, el cambio tocaría ese día de mes siguiente, cambio de dieta, entrenamiento... o las cosas que sean necesarias

Semanalmente se deberán de mandar los feedback, peso y sensaciones, por si fuera necesario corregir cosas antes. Lo ideal sería mandar los feedback los lunes en ayunas. Y fotos al concluir el mes.

Las dudas serán resueltas por Whatsapp, normalmente mediante mensaje de voz, siendo la dinámica general la siguiente:

LUNES: respondo los Whtasapp del fin de semana.

MIÉRCOLES: los mensajes del lunes y martes.

VIERNES: los mensajes del miércoles y jueves.

SÁBADOS: los mensajes del viernes.

Esto podrá ser modificado a la alza, o a la baja si algún motivo personal lo requiere, es decir, **puede ser que te responda un martes, o un domingo, pero no será lo estipulado previamente**, y algún festivo que coincida con algún día de trabajo, o evento personal, podrá hacer que desplace algún día.

Responderé los Whatsapp de los más antiguos a los más nuevos, de manera que no haya favoritismos para nadie, **se responderán por orden de envío**, de manera que si escribes un día, y no recibes respuesta, y escribes otro, y al siguiente... pasarás

tinuamente la conversación arriba en Whatsapp y tardare mas en responder, por lo que pido que todas las preguntas se hagan del tirón, y no poner mensajes del tipo "hola" para llamar mi atención para que responda, ya que de esa forma el mensaje pasará arriba y se retrasa todo.

Este sistema esta hecho para tratar a todos igual y no responder más a unas personas que a otras

Los competidores en épocas cercanas de competición, les daré un método alternativo para comunicarse conmigo, ya que en esta situación no sería bueno retrasar las respuestas.

Si alguien, sin ser competidor, quisiera este servicio de respuestas más rápidas, debería pagar la tarifa de competidor, aunque no compita.

Los pagos se harán mediante Paypal, transferencia, o según qué servicios podrá ser mediante Bizum.

Habrà pagos que también podrán ser por la pagina web, como los contratos anuales que se retiraran mes a mes de la cuenta domiciliada.

Las dietas son variadas, con una dieta de lunes a viernes, y otra el fin de semana, con 2 comidas libre por semana. Esto podrá ser modificado si las necesidades lo requieren.

Los entrenamientos siguen una dinámica de periodización, con meses de carga, sobrecarga, y descarga.

La dieta se cambia cada mes completamente, aunque todo puede depender de si la persona necesita otras características, trataré de adaptarme a las necesidades y objetivos de cada individuo.

ASESORAMIENTO GENERAL

EQUILIBRIO ENTRE FÍSICO, RENDIMIENTO Y SALUD

Imagina a Renato.

Renato es un chico normal que quiere estar en forma. Entrena en el gimnasio, intenta cuidar su alimentación y, como la mayoría de nosotros, quiere mejorar.

Quiere estar más fuerte, ganar masa muscular, tener menos grasa, verse mejor cuando se mira al espejo y conseguir que todo el esfuerzo que hace entrenando se traduzca en resultados.

Pero Renato no quiere competir.

No necesita llevar su cuerpo al límite ni pretende conseguir el máximo rendimiento posible a cualquier precio. Quiere progresar, quiere rendir y quiere conseguir un buen físico, pero también entiende que **la salud forma parte del resultado**.

Y aquí aparece algo importante: **salud y rendimiento no siempre van de la mano**.

Hasta cierto punto podemos mejorar ambas cosas simultáneamente (de eso va este plan). Entrenar, alimentarnos correctamente, mejorar nuestra composición corporal y mantenernos activos generalmente nos permite mejorar nuestro físico mientras cuidamos nuestra salud.

Sin embargo, cuanto más intentamos llevar el rendimiento hacia el extremo, más difícil puede resultar mantener ese equilibrio.

Renato no busca ninguno de los extremos.

Busca equilibrio.

Quiere un programa que le permita mejorar su físico y su rendimiento teniendo siempre presente su salud.

Y probablemente este sea el objetivo de la mayoría de las personas que entrenan.

Da igual que seas hombre o mujer, tengas 25 años o 55, quieras ganar músculo, perder grasa o simplemente volver a encontrarte bien con tu cuerpo.

Si te identificas con Renato, **este es tu programa**.



¿QUÉ INCLUYE ESTE SERVICIO?

- Dieta individualizada.
- Entrenamiento individualizado.
- Plan de suplementación individualizado.
- Lectura de analíticas.
- Adaptaciones periódicas según tu evolución.
- Seguimiento de composición corporal y rendimiento.
- Resolución de dudas vía WhatsApp o correo electrónico.

También puede ser tu programa si practicas otro deporte y quieres mejorar tu condición física y rendimiento sin buscar una preparación competitiva específica.

¿PARA QUIÉN NO ES?

Este programa **no está destinado a competidores** ni a personas cuyo objetivo sea llevar el rendimiento deportivo al máximo nivel.

Tampoco está pensado para quien quiera hacer de la salud y la longevidad su prioridad absoluta.

Para esos objetivos existen las modalidades específicas de **Rendimiento y Salud**.

TARIFAS

PRECIO MES	105 € + IVA
PRECIO TRIMESTRE · -10 %	283,50 € + IVA
PRECIO ANUAL · -20 %	1.008 € + IVA

¿Por qué esta tarifa es inferior a las modalidades de Salud y Rendimiento?

Porque aquí buscamos un equilibrio.

No necesitamos llevar al máximo ninguna de las dos variables ni realizar el grado de especialización y seguimiento que requiere una preparación orientada específicamente hacia la salud o hacia el máximo rendimiento.

Eso no significa que recibas una dieta o un entrenamiento genéricos.

Tu planificación seguirá siendo completamente individualizada.



La diferencia está en el objetivo: mejorar todo el conjunto sin llevar ninguna variable al extremo.

PRIMER MES

El primer mes se añadirán **20 € + IVA** debido al trabajo adicional que supone realizar la valoración inicial y desarrollar desde cero toda la planificación.

RESERVA DE PLAZA

Al comenzar se abonarán **60 € en concepto de reserva de plaza**.

Esta cantidad será devuelta cuando finalices el servicio siempre que comuniques la baja con un mínimo de **15 días de antelación**.

El objetivo es sencillo: poder gestionar correctamente las plazas disponibles y mantener un número de clientes que permita ofrecer un seguimiento adecuado.

Si quieres verte mejor, estar más fuerte, rendir más y progresar sin descuidar tu salud, eres Renato. Y este es tu programa.



PRIORIDAD SALUD

Renato ha decidido que quiere seguir mejorando su físico, pero tiene clara una cosa: **su prioridad es la salud.**

Quizá tenga alguna patología, unos parámetros analíticos que necesiten especial atención o simplemente haya llegado a un punto en el que **salud, prevención y longevidad están por encima de conseguir el máximo rendimiento posible.**

Porque estar sano no significa renunciar a estar fuerte, musculado o con un buen porcentaje de grasa. Significa que, cuando salud y rendimiento entren en conflicto, **sabremos cuál de los dos priorizar.**

Este programa está dirigido tanto a personas con patologías o factores de riesgo como a quienes, estando sanos, quieren mejorar su físico poniendo la salud en primer lugar.

¿QUÉ INCLUYE?

- Dieta individualizada.
- Entrenamiento individualizado.
- Plan de suplementación.
- Valoración y seguimiento de analíticas.
- Adaptación a patologías, lesiones o factores de riesgo.
- Seguimiento y modificaciones según evolución.

TARIFAS

PRECIO MES	125 € + IVA
PRECIO TRIMESTRE · -10 %	337,50 € + IVA
PRECIO ANUAL · -20 %	1.200 € + IVA

Primer mes: +20 € + IVA por la valoración inicial y elaboración de la planificación.

Reserva de plaza: 60 €, reembolsables al finalizar el servicio siempre que se comunique la baja con un mínimo de 15 días de antelación.

Si quieres mejorar tu físico, pero cuando haya que elegir entre rendimiento y salud tienes claro cuál va primero, este es tu programa.

Este servicio no sustituye el diagnóstico, tratamiento ni seguimiento de un profesional sanitario.



PRIORIDAD RENDIMIENTO (competición)

Renato quiere dar un paso más. Ya no busca simplemente estar en forma: quiere **sacar el máximo partido posible a su físico y a su rendimiento**. Ganar más masa muscular, mejorar su composición corporal, aumentar su fuerza o llevar sus capacidades deportivas a un nivel superior.

La salud seguirá siendo tenida en cuenta, pero aquí cambia la prioridad: **cuando rendimiento y salud no puedan maximizarse al mismo tiempo, el objetivo principal será el rendimiento**, siempre dentro de unos límites razonables. Esta modalidad está destinada a deportistas avanzados y personas que quieren llevar su preparación más lejos, aunque **no necesariamente quieran competir**.

¿QUÉ INCLUYE?

- Dieta individualizada orientada al rendimiento.
- Entrenamiento individualizado.
- Plan de suplementación.
- Valoración y seguimiento de analíticas.
- Seguimiento de composición corporal y rendimiento.
- Modificaciones según evolución y objetivos.

TARIFAS

PRECIO MES	125 € + IVA
PRECIO TRIMESTRE · -10 %	337,50 € + IVA
PRECIO ANUAL · -20 %	1.200 € + IVA

Primer mes: +20 € + IVA por la valoración inicial y elaboración de la planificación.

Reserva de plaza: 60 €, reembolsables al finalizar el servicio siempre que se comunique la baja con un mínimo de 15 días de antelación.

COMPETIDORES

Los competidores deberán contratar esta modalidad, y durante las **8 semanas previas a una competición**, debido al aumento de revisiones, ajustes y atención que requiere una puesta a punto, se añadirá un suplemento de: **+100 € + IVA / mes**.

Si no te conformas simplemente con estar en forma y quieres descubrir hasta dónde puedes llevar tu físico y tu rendimiento, este es tu programa.



ASESORAMIENTO LOW COST

No todo el mundo necesita un seguimiento completo.

Esta modalidad está pensada para quien quiere contar con una **planificación profesional e individualizada**, pero necesita menos seguimiento y atención durante el proceso.

Tendrás tu dieta, entrenamiento y suplementación adaptados a ti, pero con **revisiones y modificaciones menos frecuentes** que en las modalidades General, Salud o Rendimiento.

Una forma más económica de trabajar conmigo, manteniendo lo verdaderamente importante: **la individualización de tu planificación**.

¿QUÉ INCLUYE?

- Dieta individualizada.
- Entrenamiento individualizado.
- Plan de suplementación.
- Revisiones periódicas.
- Modificaciones de la planificación cuando sean necesarias.

TARIFAS

PRECIO MES	80 € + IVA
PRECIO TRIMESTRE · -10 %	216 € + IVA
PRECIO ANUAL · -20 %	768 € + IVA

Primer mes: +20 € + IVA por la valoración inicial y elaboración de la planificación.

Reserva de plaza: 60 €, reembolsables al finalizar el servicio siempre que se comunique la baja con un mínimo de 15 días de antelación.

Si buscas una planificación individualizada, pero no necesitas un seguimiento tan cercano, esta es tu modalidad.





ASESORAMIENTO NUTRICIONAL

Esta modalidad está destinada a quienes **ya tienen claro cómo entrenar** o siguen su entrenamiento con otro profesional, pero quieren que me encargue exclusivamente de su alimentación.

El objetivo puede ser perder grasa, ganar masa muscular, mejorar la composición corporal o simplemente aprender a alimentarse de una forma adaptada a tus necesidades y objetivos.

¿QUÉ INCLUYE?

- Dieta completamente individualizada.
- Plan de suplementación.
- Adaptación a horarios, preferencias y estilo de vida.
- Revisiones y modificaciones según evolución.
- Seguimiento de composición corporal.
- Resolución de dudas relacionadas con la planificación nutricional.

TARIFAS

PRECIO MES	60 € + IVA
PRECIO TRIMESTRE · -10 %	162 € + IVA
PRECIO ANUAL · -20 %	576 € + IVA

Primer mes: +20 € + IVA por la valoración inicial y elaboración de la planificación.

Reserva de plaza: 60 €, reembolsables al finalizar el servicio siempre que se comunique la baja con un mínimo de 15 días de antelación.

Si tú te encargas del entrenamiento, yo me encargo de que tu alimentación esté a la altura de tus objetivos.





ASESORAMIENTO DE ENTRENAMIENTO

Esta modalidad está destinada a quienes **ya tienen cubierta su alimentación**, pero quieren una planificación de entrenamiento completamente individualizada y adaptada a sus objetivos, nivel y disponibilidad.

El entrenamiento se estructura mediante **periodizaciones de 3 meses**, ya que considero que un mes aislado no permite desarrollar y valorar correctamente una planificación.

Por este motivo, aunque el precio se exprese de forma mensual, **la contratación mínima es trimestral y el pago se realiza por los 3 meses completos**.

¿QUÉ INCLUYE?

- Entrenamiento completamente individualizado.
- Periodización trimestral.
- Adaptación a nivel, objetivos y disponibilidad.
- Control de volumen, intensidad y progresión.
- Modificaciones según evolución.
- Resolución de dudas relacionadas con el entrenamiento.

TARIFAS

PRECIO MENSUAL

60 € + IVA

Contratación y pago mínimo trimestral: 180 € + IVA

PRECIO ANUAL · -10 %

648 € + IVA

No existe contratación por un único mes. **Todas las planificaciones se realizan en periodos mínimos de 3 meses, ya que sino no tendría sentido debido a la forma de programar la periodización.**

Si la nutrición ya la tienes controlada, yo me encargo de estructurar tu entrenamiento para que cada mes tenga un propósito dentro de una planificación a largo plazo.





ASESORAMIENTO PREMIUM

Para quienes buscan algo más que el seguimiento convencional.

Esta modalidad combina la planificación individualizada con un **contacto más cercano y directo**, incorporando videollamadas periódicas para analizar la evolución, resolver dudas y realizar los ajustes necesarios.

¿QUÉ INCLUYE?

- Dieta completamente individualizada.
- Entrenamiento individualizado.
- Plan de suplementación.
- Valoración y seguimiento de analíticas.
- Seguimiento y modificaciones según evolución.
- **Videollamadas periódicas de seguimiento.**
- Atención prioritaria para resolución de dudas.

TARIFAS

PRECIO MES	200 € + IVA
PRECIO TRIMESTRE · -10 %	540 € + IVA
PRECIO ANUAL · -20 %	1.920 € + IVA

Primer mes: +20 € + IVA por la valoración inicial y elaboración de la planificación.

Reserva de plaza: 60 €, reembolsables al finalizar el servicio siempre que se comunique la baja con un mínimo de 15 días de antelación.

Más seguimiento, más contacto y una atención más cercana durante todo el proceso.



ASESORAMIENTO ESTRELLA

La modalidad más exclusiva del asesoramiento.

Pensada para quien quiere **el máximo nivel de seguimiento y acceso directo**, con una comunicación mucho más frecuente y una supervisión constante de su evolución.

Aquí no solo planificamos. Analizamos, hablamos y ajustamos juntos el proceso con mucha mayor frecuencia.

¿QUÉ INCLUYE?

- Dieta completamente individualizada.
- Entrenamiento individualizado.
- Plan de suplementación.
- Valoración y seguimiento de analíticas.
- Seguimiento exhaustivo de composición corporal y rendimiento.
- Modificaciones siempre que sean necesarias.
- **Videollamadas frecuentes de seguimiento.**
- **Máxima prioridad en la atención y resolución de dudas.**

TARIFAS

PRECIO MES	300 € + IVA
PRECIO TRIMESTRE · -10 %	810 € + IVA
PRECIO ANUAL · -20 %	2.880 € + IVA

Primer mes: +20 € + IVA por la valoración inicial y elaboración de la planificación.

Reserva de plaza: 60 €, reembolsables al finalizar el servicio siempre que se comunique la baja con un mínimo de 15 días de antelación.

El máximo nivel de seguimiento para quien quiere que su preparación tenga la mayor atención posible.



CONSULTAS ONLINE

Si necesitas tener una consulta esporádica online este es el servicio que buscas.

¿QUÉ INCLUYE ESTE SERVICIO?

- Este servicio consta de 45' de videollamada vía meet para resolución de dudas
- En caso de querer un bono de 10 consultas, sería un precio de 400€ + IVA a consumir durante el periodo de 1 año, y pago único

PUEDES PAGAR Y RESERVAR TU CONSULTA DIRECTAMENTE AQUÍ

SEMINARIOS

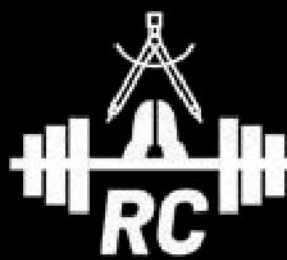
500€ por día + gastos de desplazamiento, con un máximo de 6 horas por día de seminario.

PLANIFICACIÓN DE ENTRENAMIENTO

Sería una periodización de entrenamiento, adaptada a las características requeridas, de 3 meses de duración, y un costo de 120€ + IVA.

Se entregaría toda la planificación de golpe, para efectuarla cuando el sujeto quiera, y dispondría de 2 semanas para resolver las dudas vía WhatsApp sobre dicha planificación.





ACADEMIA
ROBERTO CASTELLANO
ASESOR Y FORMADOR DEPORTIVO