

PROPOSTA CORSO MASTER

COSA OFFRIAMO

- Allenamenti guidati in pista con coach qualificati
- Lavoro su tecnica di corsa, forza, mobilità e condizionamento.
- Programmi personalizzati per obiettivi di benessere, forma o competizione.
- Gruppo Master dinamico, motivante e multidisciplinare.
- Supporto tecnico continuo da parte del team Jacobs Academy + **Endurance Explorers**.

PROGRAMMA ALLENAMENTI 2026

1° INCONTRO DI CONSULENZA CON UN NOSTRO ALLENATORE

GRATUITO

ABBONAMENTO 10 MESI CON FREQUENZA MONOSETTIMANALE

Martedì o Giovedì dalle 18,30 alle 20,00

pagabile anche in due rate: metà all'iscrizione saldo a 30gg

€ 500,00

ABBONAMENTO 10 MESI CON FREQUENZA BISETTIMANALE

Martedì E Giovedì dalle 18,30 alle 20,00

pagabile anche in 3 rate: metà all'iscrizione saldo a 30/60gg

€ 780,00

L'ABBONAMENTO INCLUDE:

- Tesseramento Libertas E Assicurazione
- Ammissione A Soci Atletica Jacobs Academy
- Tessera Convenzione Sconto 15% Sui Servizi Proposti Nel Jacobs Center

SERVIZI AGGIUNTIVI NON INCLUSI

START CHECK (non obbligatorio ma suggerito durata 75min.)

€ 90,00 (prezzo già in promo)

- Colloquio sulle abitudini alimentari e valutazione corporea tramite BIA
- Test fisico su postura, forza e mobilità
- Sessione di consulenza con Life Coach per fare chiarezza, risvegliare il potenziale, ridurre lo stress per camminare con maggiore consapevolezza verso i propri obiettivi

NOTE

Le lezioni si svolgeranno all'aperto in pista 3 Stelle a Desenzano ed eventualmente se concordato anche nello studio personal del Jacobs Center

DOCUMENTI DA PRESENTARE:

- Modulo CNLS2: Necessario per l'accesso in pista, include un'assicurazione base per infortuni durante gli allenamenti o eventuali danni a terzi.
- Modulo di iscrizione
- Copia di un documento di identità
- Copia del certificato medico uso agonistico
- Copia del boco effettuato
- Modalità di pagamento: con Bonifico bancario sul conto intestato a Atletica Jacobs Academy
IBAN IT03F0867654460000000224026