

**SECTOR****FITNESS**  
EUROPEAN ACADEMY

**4x4**



18 de Marzo - Benidorm  
[hola@sectorfitness.com](mailto:hola@sectorfitness.com)



# 4 Talleres en 1

En los últimos años hemos vivido la aparición de innumerables sesiones con formatos “express” basadas en las últimas tendencias de entrenamiento: Suspensión, CORE, Movilidad y Circuitos Metabólicos que se Imparten directamente en las salas de Fitness, fuera del espacio convencional de Actividades Dirigidas.

En esta situación, tanto instructores de sala como de AADD necesitan mejorar o complementar sus formaciones de base de manera específica y precisamente esta formación incluye herramientas prácticas para conseguir el máximo rendimiento posible de nuestros clientes.

*José Vidal & Santi Liébana*





# HORARIOS

9.00 – Acreditaciones y Presentación.

(Los talleres tienen una duración de 1'45 horas y ofrecen presentación, diferente material didáctico y MasterClass)

*9.30 – Entrenamiento Metabólico y HIIT aplicado.*

*11.30 – Actualización Entrenamiento en Suspensión*

*13.30 – Pausa/Comida*

*15.30 – Sesiones CORE Training*

*17.30 – Flexibilidad y Amplitud de Movimiento*

*Los 4 talleres consisten básicamente en la presentación de los últimos hallazgos y evidencias al respecto así como una serie de herramientas y recursos prácticos para el día a día.*

*Además, ofrecemos un gran contenido en formato de material de apoyo con el que podrás complementar tu formación.*



## José Vidal Vidal

*Fitness Manager Sha Wellness  
Director "Jose Vidal Health Studio"*

*Con una experiencia de más de 20 años en el sector tanto como Instructor de Actividades Colectivas, como Entrenador Personal y también en tareas de Gestión, José ha impartido cursos, seminarios y ha participado en Convenciones y Congresos en más de 15 países europeos y latinoamericanos.*

*Es Director de Operaciones de SectorFitness European Academy, además de delegado y profesor en la zona de Levante.*

*"Nuestro principal objetivo como formadores es aplicar todos los avances en materia de entrenamiento de forma coherente y válida para el instructor en sus diferentes facetas, trabajo que seguimos realizando y disfrutando a diario".*

## Santi Liébana Rado

*LifeStudio Health Company  
Gimnàs Olímpic*



*Formador tanto en el área de Actividades Colectivas como en el de Entrenamiento Personal desde 2004, Santi se ha convertido en uno de los profesores más solicitados a nivel nacional por su polivalencia y aplicación práctica de sus formaciones al día a día, así como en diferentes Congresos y eventos.*

*Es Director Técnico de SectorFitness European Academy, además de delegado y profesor en las Islas Baleares.*

# Inscripciones

Alumnos SEA, TAFAD y CCAFD:

59€ antes del 15/02

79€ desde el 16/02 y en puerta.

Inscripción individual:

69€ antes del 15/02

89€ desde el 16/02 y en puerta.

Talleres sueltos:

25€ antes del 15/02

30€ desde el 16/02 y en puerta.

Más información:

618.10.06.91 (Jose) – 605.45.42.15 (Santi)

[hola@sectorfitness.com](mailto:hola@sectorfitness.com)

o en la web: [www.SectorFitness.com](http://www.SectorFitness.com)



PLAZAS LIMITADAS