

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 Cimera Training** 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
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.

**CIMERA GYM CLUB CHOLULA
REVOLUCIONA CONTIGO**