

Bienvenido al mundo del Bienestar

O₂

Centro Wellness

Bienvenido al mundo del bienestar

ÍNDICE

1. O2 Centro Wellness

I. 10 Clubs con una propuesta integral de servicios

II. Instalaciones con espacios de ocio y salud

A. Zona de Aguas

B. Sala de Fitness y Actividades Dirigidas

C. Área de salud:

Beauty Center

Wellness Balance

Nutrición

2. Corporate Wellness: El Bienestar al servicio de las empresas

I. Wellness Balance On Site

II. Programas Wellness

III. Packs Regalo

IV. Space to Share

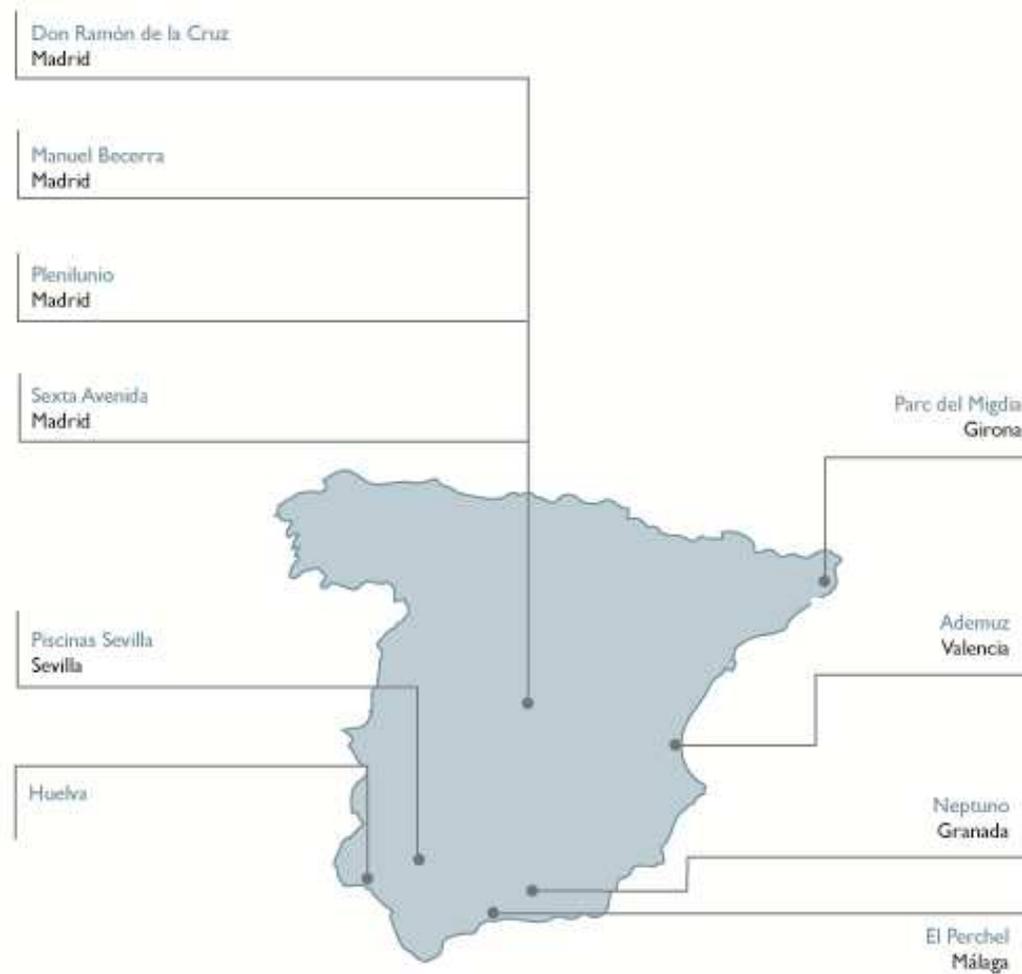
V. Talleres de Salud

VI. Más servicios de bienestar

3. Propuesta Corporate para FEDERACION DE SERVICIOS de CC.OO

I. 10 Clubs

Con una marca única, O2 Centro Wellness simboliza una gestión de calidad, precursora en el segmento del Bienestar con balnearios urbanos y centros donde se potencian hábitos de vida saludable. Actualmente, la compañía lidera el mercado nacional con 10 instalaciones funcionando en las principales ciudades de la península: Girona, Valencia, Madrid (Don Ramón de la Cruz, Sexta Avenida, Plenilunio y Manuel Becerra), Sevilla, Málaga, Granada y Huelva.



II. Instalaciones con espacios de ocio y salud

A. Zona de Aguas

PISCINA

- Actividades colectivas de Aqua Fitness, Aquagym, Natación para adultos y pequeños, Escuela de Espalda.
- Vaso de nado libre.
- Entrenamientos Personales adultos e infantil.



SPA

Circuito de hidromasaje, cascadas, sauna y baño de vapor... conforman un completo SPA a disposición de todos nuestros usuarios.



II. Instalaciones con espacios de ocio y salud

B. Sala de Fitness y Actividades Dirigidas

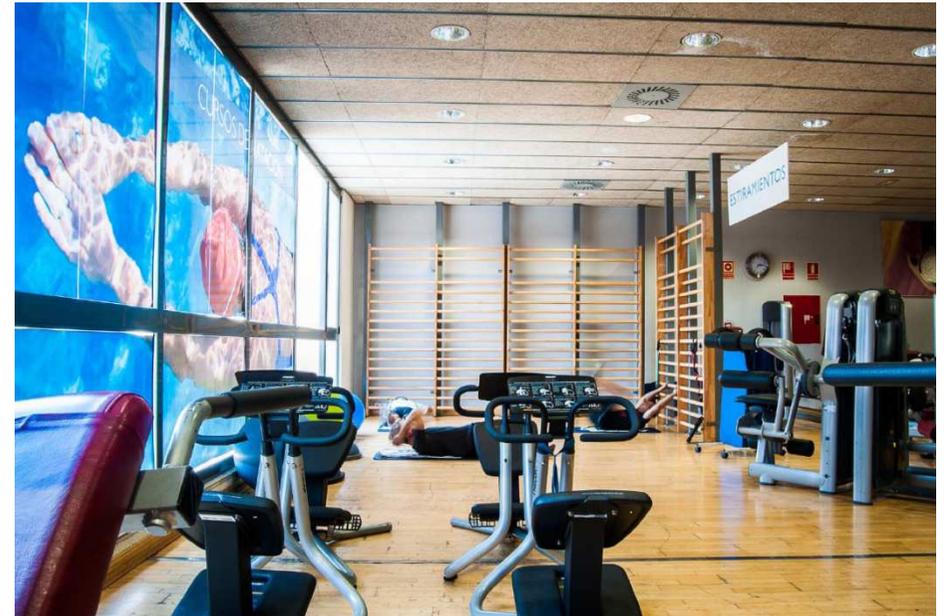
SALA DE FITNESS

- Equipamiento de última generación.
- Programas monitorizados.
- Entrenamientos Personales según el sistema exclusivo de O2 Centro Wellness, Personal Training System®
- Sesiones individuales de Pilates en estudio privado.
- Últimas tendencias en entrenamientos: TRX, Gravity, Plataforma Vibratoria.

ACTIVIDADES DIRIGIDAS

Más de 140 sesiones semanales:

Yoga, Estiramientos, BodyBalance, AquaWellness, Pilates, Body Pump, Body Combat, Ciclismo Indoor, Aerolatino, Step, Body Tonic, Fitbox.



II. Instalaciones con espacios de ocio y salud

C. Área de Salud: Beauty Center, Wellness Balance y Nutrición

Un cuidado espacio que da cobertura a las necesidades de fisioterapia y de estética de nuestros clientes con tratamientos individualizados, programas de salud y un permanente asesoramiento en alimentación.

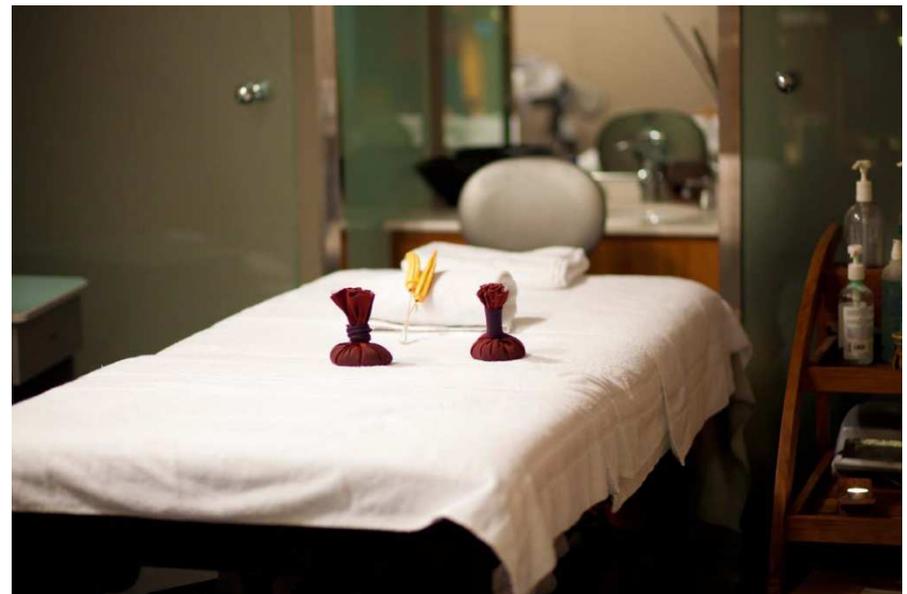
PACKS ESPECIALES

Pack Regalo Belleza: Para vivir la belleza. Circuito de aguas termales, masaje relajante de espalda y manicura.

Pack Regalo Relax: Circuito de aguas termales, masaje corporal e hidratación facial.

Programa Respiratorio: circuito que consta de una relajante sesión de hamman, inhalador con esencias activadoras, ejercicios respiratorios y un masaje localizado.

Programa Circulatorio: sesión curativa con baños de contraste, cama de agua, masaje circulatorio o drenaje linfático, con envoltura en algas terapéuticas.



I. Wellness Balance On Site

En O2 Centro Wellness apostamos por la salud y el bienestar de los profesionales, por ello, ponemos a disposición de su empresa el servicio Wellness Balance On Site.

Nuestra unidad de **fisioterapia** cuenta con un equipo de profesionales colegiados y altamente cualificados, que se desplazará a su lugar de trabajo, garantizando así los mejores resultados de una manera más fácil.

Le ayudamos a cuidar de su equipo, mediante la contratación de horas o módulos de servicio de fisioterapia que podrá distribuir en función de necesidades.

Masaje Deportivo

Rehabilitación

Programa Circulatorio

Mejora Locomotora

Wellness Terapia

Programa Reumatológico

Wellness Balance Sport

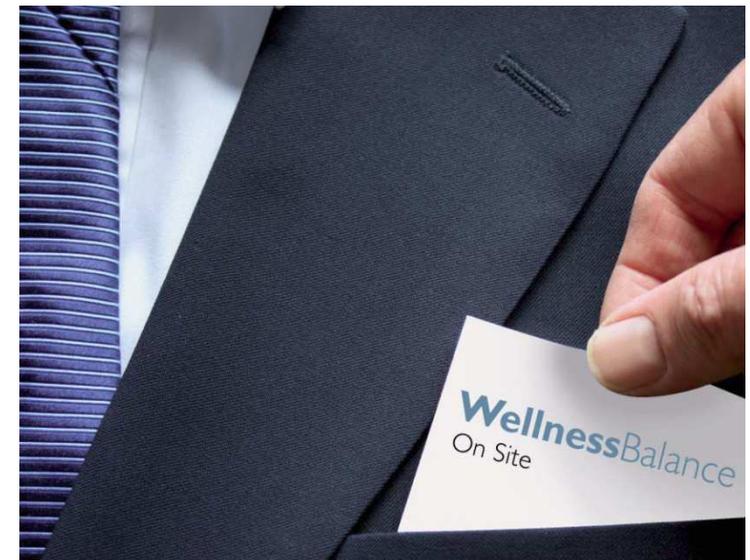
Hidrobalance

Escuela de Espalda

Fisioterapia Infantil

Asesoramiento Nutricional

Homeopatía

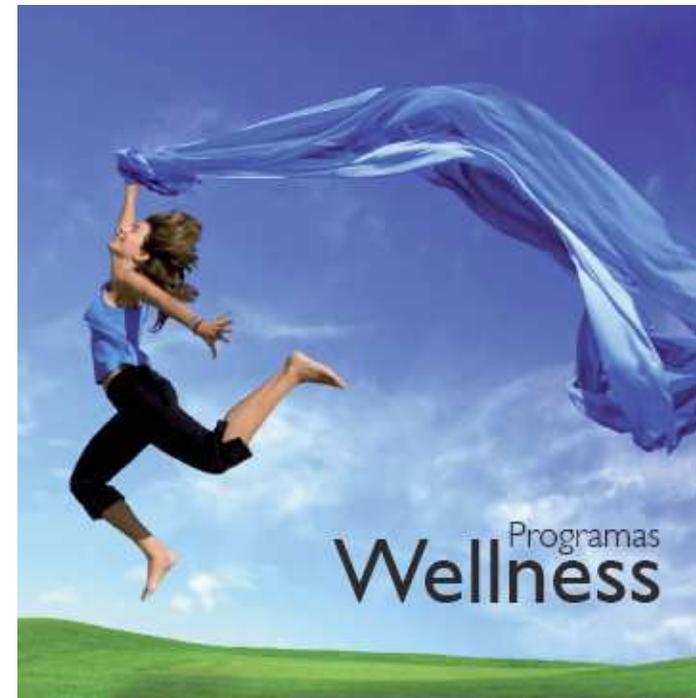


II. Programas Wellness

Ofrezca un plan de salud individualizado a sus empleados. Cada persona es diferente y cada Programa también. Ésta es la esencia de nuestra metodología: adaptar todos los servicios de nuestro Centro a necesidades y objetivos concretos.

El asesoramiento y control permanente en cada sesión y tratamiento garantiza la eficacia de los Programas Wellness:

- Antiestrés
- Puesta en forma
- Control de peso
- Pre parto
- Post parto



III. Talleres de Salud

Cada vez son más las empresas que ofrecen a sus trabajadores la posibilidad de recibir Talleres de Salud en sus instalaciones. El objetivo es sensibilizar acerca de la prevención y el bienestar y crear ambientes de trabajo donde la motivación y el cuidado personal se premien.

Todos nuestros talleres son teórico-prácticos con entrega de ejercicios para realizar en el domicilio y con plena disposición de de nuestros mejores profesionales:

- Dietética y alimentación
- Ergonomía y educación muscular
- Control del estrés y la energía
- Técnicas de automasaje
- Senderismo urbano

WellnessBalance

Taller de Control del Estrés y la Energía



IV. Packs Regalo

Una combinación exclusiva de servicios Wellness diseñados especialmente para cada situación.

Un atractivo incentivo para premiar a sus equipos y también para sus clientes.

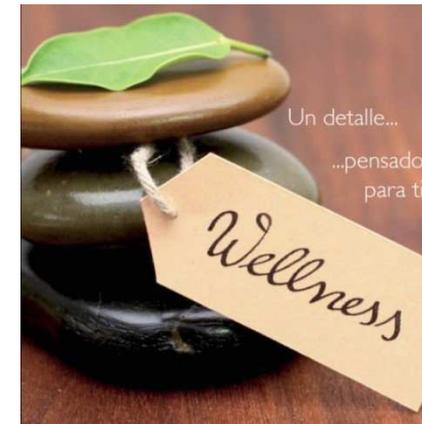


Emotion

Alguien desea que disfrutes de las sensaciones wellness y te regala...

Personal Training System EMOTION, Concentración y Desarrollo físico. Descubre el Trabajo Funcional y el Stretching, la combinación perfecta para recuperar el tono muscular de tu cuerpo y el equilibrio emocional para tu mente. Resultados que se sienten desde el primer día: Anti-estrés y mejora física, eliminación de dolores musculares, dolor cervical y espalda y corrección de posturas incorrectas, así como una mejora general de la coordinación y la fuerza muscular mediante la realización de ejercicios de fuerza en superficies inestables.

C.C. Sexta Avenida • Avenida de la Victoria, 2 • Madrid
Telf. 917 080 740 • www.o2centrowellness.com



V. Space to Share

Descubra un nuevo espacio para exponer sus productos con la garantía de impacto ante un público exclusivo.

- Vitrinas, stands, etc.
- Web
- Revista digital Wellnessclass



VI. Más servicios de Bienestar

Un sinfín de propuestas adaptadas a las necesidades e intereses de todos...

Weekend Experience

Club del Corredor

Cursos de Buceo

Campus Infantiles

Wellness Yoga Academy

Programa Sport Wellness Golf

Escuela de baile

Cursos de natación

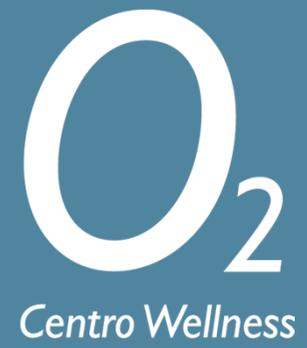
Test de Esfuerzo



Propuesta Corporate para Federación de Servicios de CC.OO

CENTROS	Cuota General		Cuota Promocional	
	MATRÍCULA	MENSUALIDAD	MATRÍCULA	MENSUALIDAD
Gerona – Parc del Migdia – C/Pau Vila i Dinares 20-Telf.- 972.210268	40 €	62,00 €	30 €	56,99 €
Granada – Neptuno – C/Neptuno s/n – 95.8260726	40 €	59,95 €	20 €	55,95 €
Huelva – Av. San Sebastián s/n-Telf.-95.9246276	40 €	52,50 €	20 €	47,99 €
Madrid – C/Don Ramón de la Cruz 33 (femenino) -Telf.-91.4314043	80 €	173,00 €	40 €	109,00 €
Madrid – Avda. de la Victoria 2-CC. Sexta Avenida – Telf.-91.7080740	90 €	80,00 €	25 €	76,00 €
Madrid – C/Aracne s/n – CC Plenilunio – Telf.-91.7481192	60 €	75,00 €	30 €	62,00 €
Madrid – Plza. Manuel Becerra 17 – Telf. – 91.4449760	50 €	78,00 €	25 €	71,00 €
Málaga – El Perchel – C/Plaza de Toros Vieja- Telf.-95.2363900	20 €	49,60 €	10 €	44,70 €
Sevilla – Piscinas Sevilla – Av. Ciudad Jardín s/n - Telf.-95.4920403	25 €	62,99 €	15 €	53,00 €
Valencia – Ademuz Av. de las Corts Valencianas 18-20 - Telf.-96.3173600	30 €	67,00 €	15 €	57,00 €

- *Extensible a familiares directos previa presentación de acreditación y libro de familia ** Válido hasta 31 de diciembre de 2015,*
- **** 20% de descuento en servicios de estética, fisioterapia y entrenamiento personal sobre precio no socio (consulta disponibilidad en el centro de interés)*



www.o2centrowellness.com