

A man in athletic wear is running on a treadmill in a gym. He is wearing a black tank top, black shorts with white stripes, and white sneakers. The background is a dark brick wall with some white panels. The text 'TOP TRAINING BY ALTO BOXING CLUB' is overlaid on the right side of the image.

TOP TRAINING

BY

ALTO

BOXING CLUB

ETE
WWW.EXTREME TRAINING EQUIPMENT.COM

TOMA LAS RIENDAS DE TU VIDA E INCREMENTA TU PRODUCTIVIDAD

Alto Boxing Club es un club deportivo enfocado en acompañarte en el proceso de mantener tu **estilo de vida saludable**.

Creamos el espacio que necesitas para **entrenar, crecer personalmente, conectar** contigo mismo y ver de lo que eres **capaz** de hacer con **disciplina, compromiso, enfoque y motivación**.

A pesar de la carga de trabajo es importante considerar tiempo para realizar actividades que ayuden a mejorar tu salud y que te mantengan activo.



ALTO
BOXING CLUB

DISCIPLINAS



BOX

BENEFICIOS

- Aumento de tu resistencia física
- Bueno para el corazón
- Mejora la agilidad
- Reduce el estrés
- Mejora la concentración
- Aumenta la confianza en uno mismo.

ACOND. FÍSICO

BENEFICIOS

- Fortalecimiento de los músculos
- Aumento de la velocidad
- Prevención de lesiones
- Mejora de la coordinación y equilibrio
- Pérdida de peso y tonificación



YOGA

BENEFICIOS

- Ayuda a la relajación
- Reduce el estrés
- Mejora la concentración
- Ayuda a la digestión
- Dormirás mejor
- Reduce dolor de espalda
- Mejora presión arterial y frecuencia cardíaca

PESAS

BENEFICIOS

- Fuerza en la musculatura
- Mejora la postura y problemas de espalda
- Fortalece los huesos
- Baja el porcentaje de grasa en el cuerpo
- Equilibrio y flexibilidad





WORLD CLASS

Asesoría Personalizada | World Class Boxing Training Program
Acondicionamiento Físico | Pesas | Yoga | Cardio
Eval. Biomecánica Deportiva | Dieta Personalizada | Sauna Ilimitado

1 MES

\$3,600

ALTO FAMILY & FRIENDS

World Class Boxing Training Program | Acondicionamiento Físico | Pesas | Yoga | Cardio

GRUPO DE 3 PERSONAS O MÁS

1 MES

\$3,000

PAQUETE X DÍA

Acondicionamiento Físico | Pesas | Yoga
Cardio | Core Training | Calistenia | Box

1 DÍA

\$249

6 DÍAS

\$1,499

12 DÍAS

\$2,500

UNA DISCIPLINA

1 MES

\$1,900

TOP TRAINING BY ALTO

Dirigido a Directivos y
Gerentes de empresas

20%
DE DESCUENTO
EN CUALQUIER
MEMBRESÍA

