

**CORPORATE WELLNESS**

LOGO DE SU  
EMPRESA

on site



By

**HOMEWELLNESS**  
MADRID

*“Creating healthy lifestyle”*

## WELLNESS CORPORATIVO

Home Wellness Madrid tiene el gusto de presentar WELLNESS CORPORATIVO.

Nuestro programa de SALUD Y ACTIVIDAD FÍSICA para los empleados de **SU EMPRESA**.

Los servicios que ofrecemos on site son:

- Clases de Pilates en grupo
- Entrenamiento personal (individual o 2/3 personas)
- Fisioterapeuta
- Charlas y seminarios de salud



Nuestro lema es *“creating healthy lifestyle”*



## PILATES EN GRUPO

El Método Pilates es una disciplina orientada a mejorar la postura fortaleciendo la musculatura del core o powerhouse y mejorando la flexibilidad a través de ejercicios que permiten el alargamiento muscular.

Las clases en grupo son:

- Martes y Jueves de 14,00 a 15,00 (ejemplo)
- En las oficinas de SU EMPRESA

IDEAL PARA TU FIGURA Y PROBLEMAS DE  
ESPALDA



## ENTRENAMIENTO PERSONAL

Ponte en forma, pierde esos kilos que te sobran, mejora tu “golf swing”, etc

En TU EMPRESA podrás conseguir estos objetivos o cualquier otro que te propongas con la ayuda de los entrenadores personales de HWM.

Puedes entrenar de forma individual, en parejas o tríos.

Tu eliges el horario.

PRUEBA UNA SESION DE FORMA GRATUITA

## FISIOTERAPEUTA

Desde Home Wellness Madrid ponemos a su disposición el servicio de fisioterapia on site.

Si tienes molestias en la espalda, cervicales, tendinitis o simplemente buscas un momento de relax, nuestros fisioterapeutas podrán tratarte en las oficinas de TU EMPRESA.

Los jueves por la mañana con cita previa podrás optar por tratamientos de 30 minutos o de una hora.



## NUESTROS PROFESIONALES



Angel Merchán dirige el mejor equipo de entrenadores personales de la Capital.

Nuestros profesionales son Licenciados en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, la más alta **cualificación** que se puede obtener en Europa en el ámbito del entrenamiento personal.

Todos nuestros entrenadores tienen la certificación de NSCA Certified Personal Trainer en Estados Unidos.

Nuestros profesionales, todos expertos en el método **HWM**, reciben formación continua en las disciplinas de **pilates**, **functional training** y nutrición.

# WELLNESS CORPORATIVO

LOGO DE SU  
EMPRESA

**HOMEWELLNESS**  
MADRID

*"Creating healthy lifestyle"*



## CONTRATACIÓN DE SERVICIOS

info@homewellnessmadrid.com

www.homewellnessmadrid.com

## MANAGING DIRECTOR:

Angel Merchán

654 925 979

amerchan@homewellnessmadrid.com

## CUSTOMER MANAGER:

Beatriz Merchán

677 792 306

bea@homewellnessmadrid.com

## STUDIO Y OFICINA

Paseo de la Habana 56

Madrid 28036

910 221 782

info@homewellnessmadrid.com