

Dieta	Prima visita (durata 1h)	70,00 €	<ul style="list-style-type: none"> - anamnesi alimentare dettagliata del paziente - analisi antropometrica - analisi plicometrica - analisi impedenziometrica - dieta personalizzata ed eventuale piano d'integrazione
	Controllo (durata 30')	35,00 €	<ul style="list-style-type: none"> - analisi antropometrica - analisi plicometrica - analisi impedenziometrica - colloquio con il paziente
	Modifiche alla dieta	20,00 €	Si intendono tutte quelle modifiche che andranno a cambiare profondamente la dieta (le piccole modifiche rientreranno nel prezzo del controllo)
	Pacchetto da 3 sedute * (da utilizzare entro 6 mesi)	125,00 € (al posto di 140,00 €) 75,00 € verranno pagati durante la prima visita e 55,00 € durante l'ultima	<ul style="list-style-type: none"> - 1 prima visita - 2 controlli <p><i>NB: modifiche alla dieta escluse</i></p>
	Pacchetto da 6 sedute * (da utilizzare entro 12 mesi)	220,00 € (al posto di 245,00 €) 150,00 € verranno pagati durante la prima visita e 70,00 € durante la terza	<ul style="list-style-type: none"> - 1 prima visita - 5 controlli <p><i>NB: modifiche alla dieta escluse</i></p>
<i>Verranno inoltre fornite (incluse nel prezzo) le STRATEGIE SPECIFICHE sull'alimentazione ed integrazione da svolgere pre/durante/dopo le gare (che terranno quindi conto del tipo di gara, della durata, dell'orario di partenza ecc). Servizio fornito su richiesta con almeno 7 giorni d'anticipo dall'inizio della gara.</i>			
Tabelle	Triathlon	35,00 €/mese	<ul style="list-style-type: none"> - Tabelle d'allenamento personalizzate per il triathlon. - Analisi degli allenamenti su Garmin Connect, Strava o altri portali. - Possibilità di effettuare test di valutazione (soglia anaerobica, watt) in collaborazione con Cycling Passion (ad un prezzo convenzionato)
	Pacchetto Triathlon da 3 mesi	95,00 € (al posto che 105,00 €)	
	Pacchetto Triathlon da 6 mesi	190,00 € (al posto che 210,00 €)	
	Nuoto	15,00 €/mese	Tabelle d'allenamento personalizzate per il nuoto
Dieta + Tabelle	Pacchetto durata 3 mesi **	220,00 € (al posto di 245,00 €) 150,00 € verranno pagati durante la prima visita e 70,00 € durante l'ultima	<ul style="list-style-type: none"> - Il pacchetto da 3 mesi comprende: 1 prima visita + 2 controlli + 3 tabelle d'allenamento. - Il pacchetto da 6 mesi comprende: 1 prima visita + 5 controlli + 6 tabelle d'allenamento.
	Pacchetto durata 6 mesi **	410,00 € (al posto di 455,00 €) 200,00 € verranno pagati durante la prima visita, 110,00 € durante la terza e 100,00 € durante l'ultima	<ul style="list-style-type: none"> - Per ogni mese verrà rilasciata una tabella d'allenamento specifica e verrà effettuato un controllo (anamnesi con il paziente, antropometria, plicometria ed impedenziometria) per valutare l'andamento della dieta (che verrà fornita dopo qualche giorno dal primo incontro) e della preparazione. Nel prezzo sono comprese le STRATEGIE SPECIFICHE (alimentari e d'integrazione) per la gara e l'analisi degli allenamenti su Garmin Connect, Strava o altri portali. - NB: nel prezzo sono escluse eventuali modifiche alla dieta.
Corso di nuoto	Corsie per il nuoto a Moletolo	100,00 € (tutta la stagione)	2 corsie prenotate per la squadra ogni Lunedì e Mercoledì a partire dalle 21 (orario invernale). La quota comprende anche le tabelle di allenamento per i partecipanti.
	Pacchetto da 3 mesi per 2 persone (1 volta a settimana per un tot. di 12 lezioni)	360,00 € (escluso ingresso in piscina)	Analisi della tecnica di nuotata con video-riprese periodiche, esercizi specifici per il miglioramento e ottimizzazione della tecnica <i>Il prezzo è da suddividere a seconda del numero di persone che aderiranno al pacchetto</i>
	Pacchetto da 3 mesi per 3 persone (1 volta a settimana per un tot. di 12 lezioni)	385,00 € (escluso ingresso in piscina)	
	Pacchetto da 3 mesi per 4 persone (1 volta a settimana per un tot. di 12 lezioni)	410,00 € (escluso ingresso in piscina)	
	Pacchetto da 3 mesi per 5 persone (1 volta a settimana per un tot. di 12 lezioni)	435,00 € (escluso ingresso in piscina)	
	Pacchetto da 3 mesi per 6 persone (1 volta a settimana per un tot. di 12 lezioni)	460,00 € (escluso ingresso in piscina)	
In collaborazione con "Cyclin Passion" di Luca Dodi			
Servizi Aggiuntivi	Biomeccanica (durata 2h/2h30)	100,00 € (al posto di 115,00 €). Prezzo per 1 bici e 1 paio di scarpe).	Comprende Registrazione dei dati cliente su sito SOFTVELONLINE.IT (anagrafica, antropometrica, assetto, telaio); consegna credenziali di accesso al sito per l'eventuale visualizzazione dei dati <ul style="list-style-type: none"> - Misurazione antropometrica - Regolazione tacchette scarpe - Valutazione ed eventuale prova sella ideale con sistema MY OWN e possibilità di provare (per la durata di una sola seduta di allenamento, oppure un giorno) diversi marchi e modelli di selle e scegliere quella più appropriata - Osservazione dinamica della pedalata su bici propria attraverso il sistema di video-analisi KINEMATICS VELO' (ripresa sagittale, frontale e posteriore) - Valutazione ed eventuale correzione posizione in bicicletta • Rilevazione assetto e misure telaio bicicletta. - Valutazione eventuali dismetrie arti, valutazione piede varo/valgo e decisione su event. utilizzo spessori, cunei o distanziali
		140,00 € (al posto di 155,00 €). Prezzo per 2 bici e un paio di scarpe).	
	Test di valutazione (durata 1h30')	70,00 €	<ul style="list-style-type: none"> - Test incrementale - Consegna dei parametri d'allenamento

* al termine del pacchetto i controlli avranno il prezzo convenzionato di 35,00 €

** al termine del pacchetto i controlli avranno il prezzo convenzionato di 35,00 € mentre le tabelle di 35,00 €