

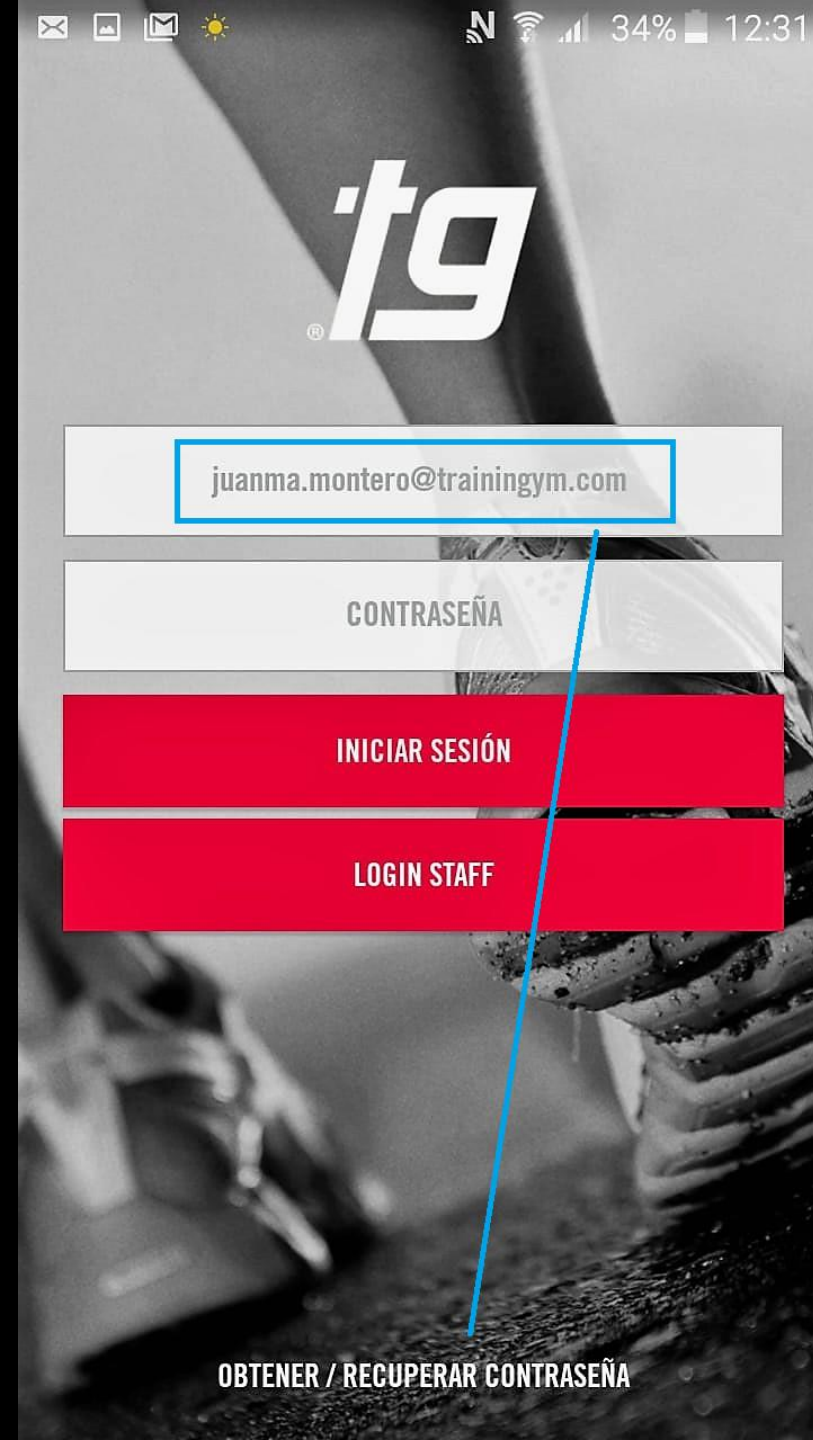
ENTRENA GRATIS EN AGOSTO 2020

DESCARGA NUESTRA APP TRAININGYM PODRÁS ENTRENAR GRATIS Y ESTAR INFORMADO DE LAS NOVEDADES



DESCARGA TRAININGYM

1. **DESCARGA LA APP (en tu móvil).** Si necesitas restablecer tu contraseña de acceso a la app de Trainingym debes hacerlo directamente desde la app.
2. **SOLICITAR CONTRASEÑA:** Para ello debes introducir tu correo electrónico (el email facilitado al darle de alta en el Centro Deportivo SMP) y pulsar sobre **OBTENER/RECUPERAR CONTRASEÑA**.
3. En unos minutos recibirás tu contraseña, mira la carpeta "SPAM", es un proceso automático.



DESCARGA NUESTRA APP TRAININGYM Y PODRAS:



ACCEDER A TODAS NUESTRAS CLASES VIRTUALES (yoga, pilates, tono, etc.).



ACCEDER A TODAS LAS RUTINAS DE ENTRENAMIENTOS.



GRATIS PARA USUARIOS DEL CENTRO DEPORTIVO SMP



A LA VUELTA ESTA APP TE SERVIRÁ PARA HACER RESERVAS de Gym, Nado libre.



TE INFORMAREMOS DE TODAS LAS NOVEDADES SMP.



PODRÁS ACCEDER A LOS RETOS SALUDABLES QUE TE PROPONGAMOS.



trainingym

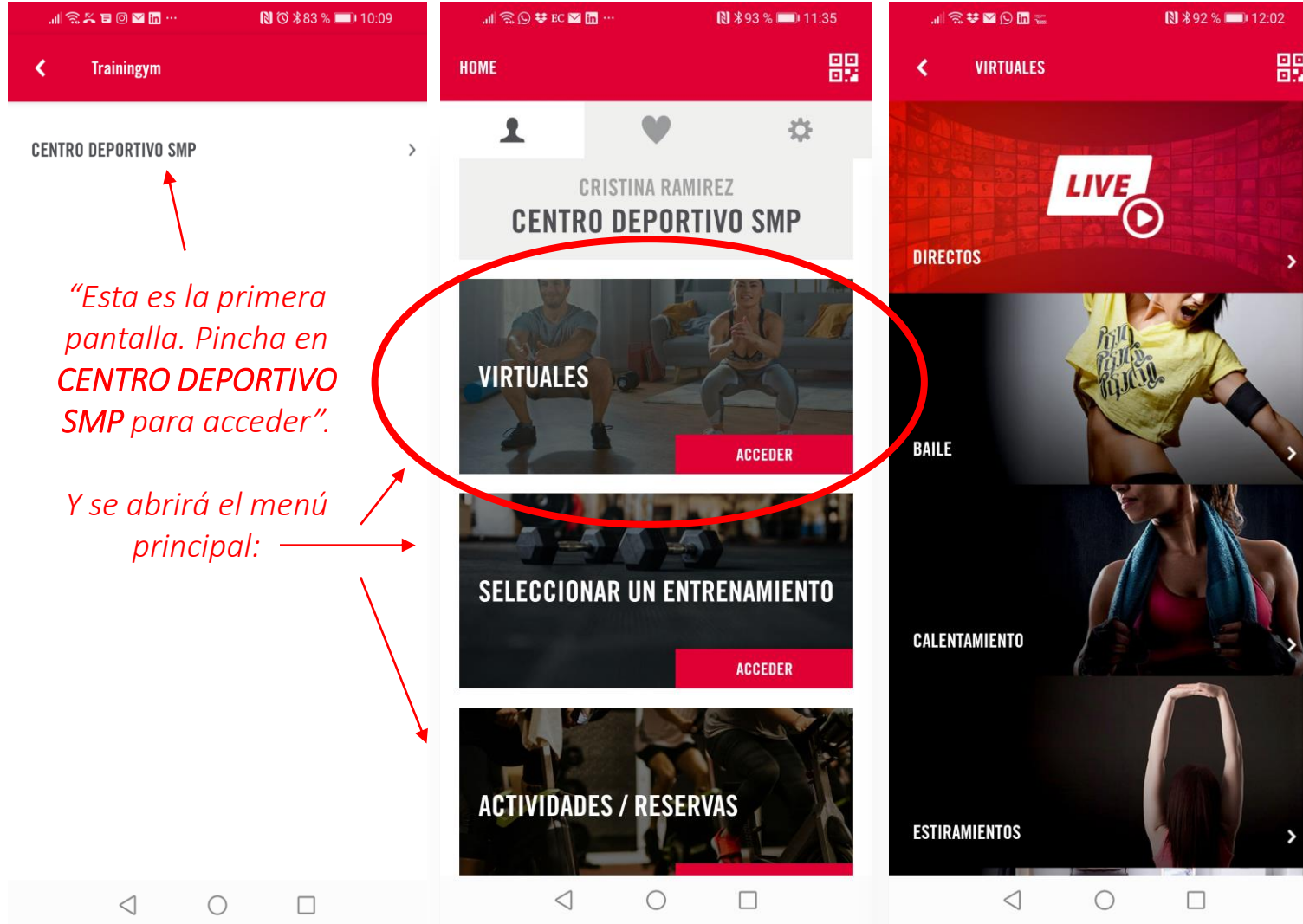
Gym Software

SMP

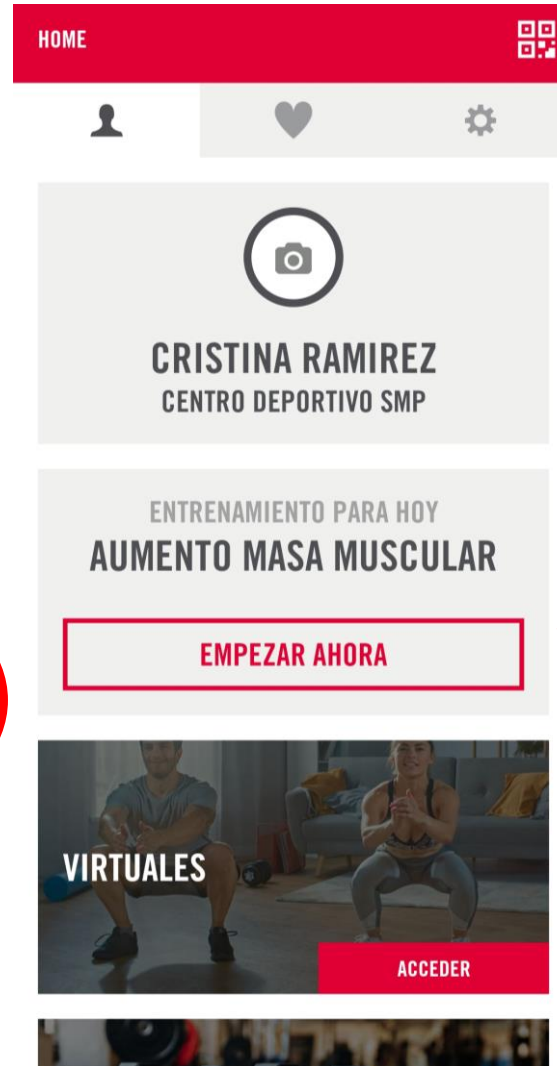
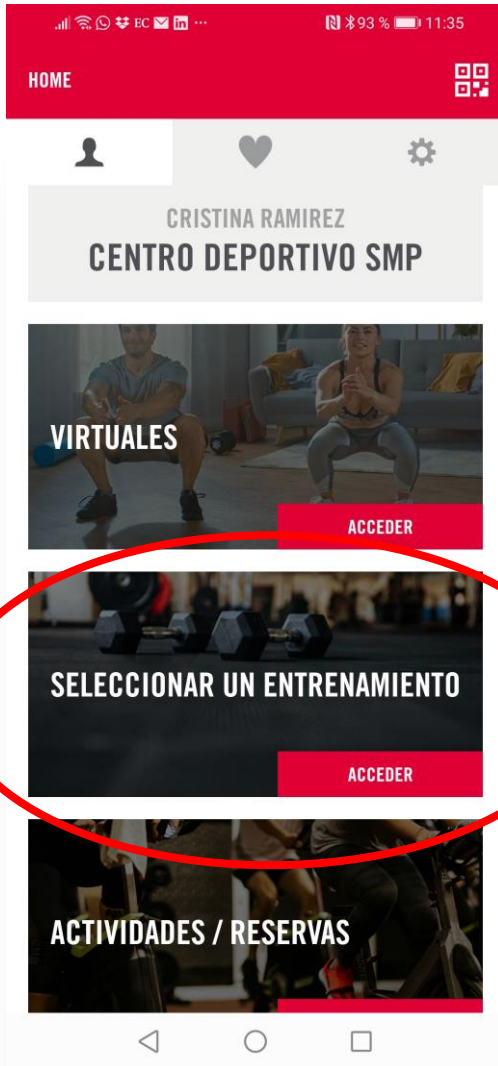
CENTRO DEPORTIVO

NATACIÓN | FITNESS | PÁDEL | SALUD

CLASES ONLINE



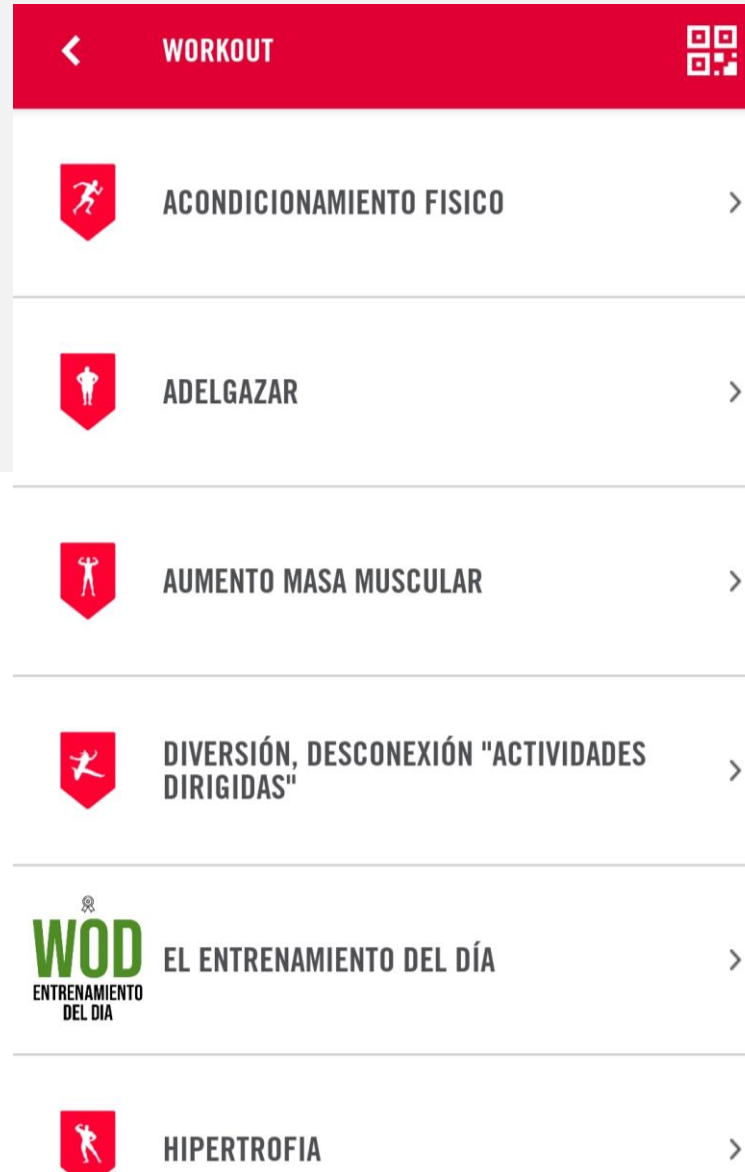
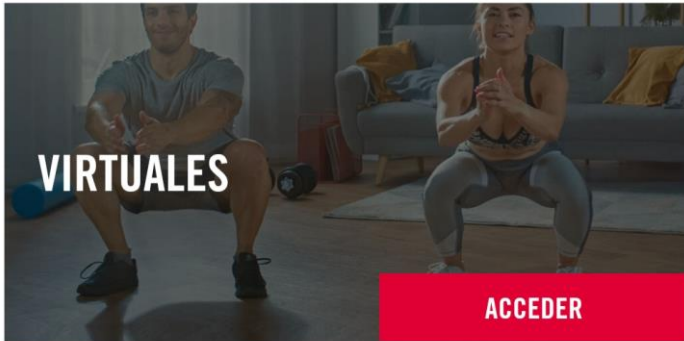
- **GRATIS** para todos los usuarios del Centro Deportivo.
- Accede a la app y selecciona **CENTRO DEPORTIVO SMP**.
- A través de la app podrás acceder a todas nuestras clases **VIRTUALES**.
- Entra en LIVE y podrás ver las clases grabadas por nuestros profesores.



ENTRENAMIENTO

- Accede a tu entrenamiento desde la pantalla principal.
- Pincha en **EMPEZAR AHORA** y verás el entrenamiento personalizado que tienes asignado.
- También puedes elegir tú mismo una rutina de entrenamiento. Para ello tienes que pinchar en SELECCIONAR UN ENTRENAMIENTO y elegir una rutina (te lo explicamos en la siguiente página).

CRISTINA RAMIREZ
CENTRO DEPORTIVO SMP



RUTINA ENTRENAMIENTO

- **GRATIS** para todos los usuarios del Centro Deportivo.
- Selecciona la rutina que mejor se adapte a tu nivel de entrenamiento.
- Recuerda que para verlo tienes que ir a la pantalla principal y seleccionar **EMPEZAR AHORA**

ESTAMOS DESEANDO VOLVER A VERTE

ESTAMOS AQUÍ PARA AYUDARTE Y HACERTE LA VUELTA MÁS FÁCIL Y SALUDABLE

