



The Wellness Company

DE LA VALORACIÓN HOLÍSTICA A LA MEJORA DEL RENDIMIENTO

CLINIC ORIENTADO A: Centros de valoración funcional, centro de rendimiento, centros de fisioterapia y readaptación, clubes con unidad de valoración, entrenadores personales

FECHAS Y HORARIOS

- Jueves 14 noviembre de 11 a 12h
- Viernes 15 noviembre de 12.30 a 13.30h

DESCRIPCIÓN

Una valoración holística es clave para mejorar tanto el rendimiento deportivo como la calidad de vida de las personas. Es fundamental analizar en conjunto capacidades como la movilidad, el equilibrio y el estado cognitivo, además de la fuerza y la capacidad cardiovascular. Este enfoque integral debe ir acompañado de una gestión unificada de los datos, que facilite la comprensión y gestión de los resultados, permitiendo optimizar los entrenamientos de manera más efectiva y personalizada.

En esta sesión se realizará una puesta en común sobre métodos de valoración más comunes, sus ventajas e inconvenientes. Se expondrán las innovaciones sobre valoración holística con especial atención a Technogym Check Up, y sus aplicaciones a casos prácticos.

TECNOLOGÍA UTILIZADA

- Technogym Check Up
- Biostrength REV – Leg Press
- Skillrun
- Licencia Boost - Prescripción

PONENTE



Isaac Rojas Rivero

Ldo. Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (ULPGC).

Especialista en Ergonomía y Psicología Aplicada (ULL).

Especialista Universitario en Traumatología Deportiva (ULPGC).

CEO y Entrenador Personal en Health Space.

Profesor de diferentes Máster Universitarios de especialización.

Colegiado COLEF número 54452.

INSCRIPCIONES

La inscripción es gratuita hasta completar el aforo y abre 2 semanas antes del evento en Technogym App / Technogym Community / Eventos.

[DESCARGA TECHNOGYM APP](#)





The Wellness Company

CONTENIDOS

INTRODUCCION – 15 MIN

- Puesta en común sobre innovación en valoración
- Descripción general de la propuesta de circuito de valoración:
 - Edad Wellness
 - Valoración dinámica e isométrica de la fuerza
 - Valoración cardiovascular
 - Valoración de la mecánica de ejercicios concretos

CIRCUITO DE VALORACIÓN – 45 MIN

A continuación, se iniciará un recorrido simulando un CIRCUITO DE VALORACIÓN DE UN ATLETA / PACIENTE y profundizando en cada una de las estaciones:

- VALORACIÓN DE LA EDAD WELLNESS EN BASE A 6 CAPACIDADES
 - Valoración de equilibrio
 - Valoración de movilidad
 - Valoración de capacidad cognitiva
 - Valoración de composición corporal
- VALORACIÓN FUNCIONAL DE LA FUERZA
 - Valoración ROM y percepción de dolor
 - Valoración de fuerza dinámica (test isocinético)
 - Valoración fuerza isométrica y RFD y entrenamiento isométrico
 - Valoración potencia y entrenamiento de potencia
- VALORACIÓN CARDIOVASCULAR
 - Test submaximales
 - Tests maximales
- VALORACIÓN MECÁNICA DE MOVIMIENTOS ESPECÍFICOS
 - Evaluación de la mecánica de Carrera – Biofeedback
 - Valoración de la potencia en el trineo de empuje
- Prescripción individual de entrenamiento con Technogym Ecosystem

RECUERDA....

- Todos los participantes en las experiencias Technogym recibirán un obsequio.
- ¡Trae ropa cómoda! Sin duda disfrutarás mucho más de la jornada.
- Para más información contacta con [wellnessinstitute iberia@technogym.com](mailto:iberia@technogym.com).



The Wellness Company

MEJORA DE LA ADHERENCIA A TRAVÉS DE LA TECNOLOGÍA

CLINIC ORIENTADO A: Gimnasios comerciales, centros boutique, gimnasios municipales, entidades de salud pública

FECHAS Y HORARIOS

- Jueves 14 noviembre de 12.30 a 13.30h
- Viernes 15 noviembre de 15.30 a 16.30h

DESCRIPCIÓN

Existen muchas barreras para lograr que las personas se adhieran a la actividad física de manera constante. A menudo, los usuarios no encuentran su lugar ni la motivación necesaria dentro de las instalaciones deportivas, lo que dificulta su compromiso con un estilo de vida activo.

Esta sesión está diseñada para abordar estos desafíos, enfocándose en la importancia de una valoración inicial adecuada. Este "momento de la verdad" debe ser inclusivo, no agresivo, y proporcionar resultados claros con acciones prácticas a implementar de inmediato. Exploraremos también cómo la creación de comunidades en torno a experiencias de entrenamiento fortalece el compromiso de los usuarios, promoviendo la fidelización de manera natural, y cómo la tecnología juega un rol clave en este proceso, facilitando la interacción y mejorando la experiencia de los participantes.

TECNOLOGÍA UTILIZADA

- Technogym Check Up
- Equipos cardio y fuerza conectados
- Team Beats
- Licencia Boost – Prescripción
- Journey automation

PONENTE



Alberto Ortégón

Licenciado en Ciencias de la actividad física y deporte (UGR).

Máster en actividad física y salud (UPO).

Doctor en Ciencias del Ejercicio (Universidad Ramon Llull - Blanquerna).

Especialidad en entrenamiento Interválico de Alta Intensidad (HIIT), ejercicio físico para la mejora del dolor lumbar, y entrenamiento para la estética femenina.

INSCRIPCIONES

La inscripción es gratuita hasta completar el aforo y abre 2 semanas antes del evento en Technogym App / Technogym Community /Eventos.

[DESCARGA TECHNOGYM APP](#)





The Wellness Company

CONTENIDOS

INTRODUCCION – 15 MIN

- Puesta en común sobre los problemas para crear adherencia a la actividad física en instalaciones deportivas
- Descripción general de la propuesta de experiencia de usuario
 - Valoración inicial
 - Entrenamiento de precisión
 - Experiencias inmersivas

CIRCUITO USUARIO – 45 MIN

A continuación, se iniciará un recorrido simulando un CIRCUITO DE USUARIO en una instalación deportiva, profundizando en cada una de las experiencias:

- VALORACIÓN INICIAL DE LA EDAD WELLNESS Y ADMINISTRACIÓN DE ESTA
 - Valoración de equilibrio
 - Valoración de movilidad
 - Valoración de capacidad cognitiva
 - Valoración de composición corporal
 - Valoración de la fuerza
 - Valoración cardiovascular
- ENTRENAMIENTO DE PRECISIÓN
 - Programa de precisión (IA) después de la valoración y desde Technogym App
 - Sesiones y rutinas en equipamiento cardio
 - Programas predeterminados en equipamiento fuerza conectado
- EXPERIENCIAS INMERSIVAS
 - Concepto de formato
 - Solución Team Beats
 - Ejemplos de experiencias inmersivas: Entrenamiento Híbrido, Endurance, ...
- Prescripción individual de entrenamiento con Technogym Ecosystem
- Campañas de fidelización – Journey Automation

RECUERDA....

- Todos los participantes en las experiencias Technogym recibirán un obsequio.
- ¡Trae ropa cómoda! Sin duda disfrutarás mucho más de la jornada.
- Para más información contacta con [wellnessinstitute_iberia@technogym.com](mailto:iberia@technogym.com).



The Wellness Company

IDEAS BRILLANTES PARA CREAR ESTANCIAS ÚNICAS

CLINIC ORIENTADO A: Gestores de espacios wellness en hoteles, spa managers, clubes de campo, residenciales, y empresas que quieran crear experiencias únicas de corta duración

FECHAS Y HORARIOS

- Jueves 14 noviembre de 15.30 a 16.30
- Viernes 15 noviembre de 10 a 11h

DESCRIPCIÓN

El perfil del viajero recreacional ha evolucionado, con un creciente interés por el bienestar y la salud. Hoy en día, los viajeros no solo buscan destinos atractivos, sino también experiencias únicas que les permitan desconectar y cuidar de sí mismos.

En esta sesión, analizaremos las prioridades de este tipo de viajero y presentaremos ideas innovadoras para crear estancias de ensueño, alineadas con sus expectativas.

Además, se simulará la experiencia que el huésped vivirá durante su estancia, permitiendo a los participantes experimentarlo en primera persona.

TECNOLOGÍA UTILIZADA

- Technogym Check Up
- Technogym Bench
- Licencia Stream
- Team Beats + Kiosko

PONENTE



Carolina Spaccesi

Sales Account Manager Islas Canarias, Technogym Iberia

Licenciada en Ciencias de la actividad física y deporte.

Especialista en gestión de proyectos Hospitality

Embajadora Wellness en Technogym

INSCRIPCIONES

La inscripción es gratuita hasta completar el aforo y abre 2 semanas antes del evento en Technogym App / Technogym Community /Eventos.

[DESCARGA TECHNOGYM APP](#)





The Wellness Company

CONTENIDOS

INTRODUCCION – 30 MIN

- Puesta en común sobre el perfil de viajero recreacional, sus prioridades al valorar destinos y el tipo de experiencia que esperan encontrar.
- LONGEVITY STAY: recorrido a través de las soluciones que podemos ofrecer a los viajeros para mejorar su estilo de vida .
- Análisis de Soluciones supervisadas y no supervisadas.

SIMULACIÓN EXPERIENCIA ESTANCIA – 30 MIN

A continuación, se iniciará un recorrido simulando la experiencia del huésped en una estancia, analizando cada una de las experiencias:

- EVALUACIÓN INICIAL DE WELLNESS AGE
- EL SECRETO ES LA EXPOSICIÓN CONTINUA
 - Prescripción de entrenamiento de precisión
 - In room solutions
 - Servicio virtual 24/7 – Visio + Stream
 - Master clases inmersivas
- EVALUACIÓN FINAL DE WELLNESS AGE
- CAMPAÑAS DE FIDELIZACIÓN Y PROMOCIÓN DEL RETORNO - JA

RECUERDA....

- Todos los participantes en las experiencias Technogym recibirán un obsequio.
- ¡Trae ropa cómoda! Sin duda disfrutarás mucho más de la jornada.
- Para más información contacta con wellnessinstitute_iberia@technogym.com.