

RX Entrenamiento, único centro de entrenamiento especializado en Readaptación Física en Elda

01/06/2018



Supervisión en los entrenamientos de grupos reducidos | Jesús Cruces.

El pasado mes de abril abrió sus puertas RX Entrenamiento en sus nuevas instalaciones situadas en pleno centro de Elda. Se trata de un nuevo centro de entrenamiento interdisciplinar especializado en Readaptación Física, compuesto por dos Entrenadores, Fisioterapeuta y Nutricionista, todos ellos con titulación oficial reglada y colegiación profesional.

La readaptación física es el proceso a través del cual una persona lesionada o en riesgo de lesión, se adapta progresivamente a estímulos de entrenamiento para poder volver a realizar la actividad habitual en un mejor estado de forma y con menor riesgo de sufrir una lesión.

"Estaba cansado de observar cómo el limitante a la hora de conseguir resultados tanto a nivel estético, saludable o de rendimiento siempre era el mismo: la lesión. Esa percepción me llevó a formarme en un punto de vista del entrenamiento distinto, basado en la calidad del entrenamiento frente a la cantidad del mismo. Creemos firmemente en el *No pain more gain*, muy contrario a lo que se realiza habitualmente, donde la intensidad prima ante todo lo demás, ya que **no es mejor entrenador el que más caña da, sino el que mejor caña da**", asegura Óscar Miguel Álvarez, gerente de RX Entrenamiento.

De esta filosofía nace el significado de su nombre, RX, que es el símbolo de la receta médica, a través del cual, buscan hacer un símil respecto al ejercicio y la medicación: **RX, tu dosis óptima de ejercicio físico.**



Servicio de recuperación deportiva | Jesús Cruces.

En sus novedosas instalaciones, ofrecen diferentes servicios que incluyen la readaptación, fisioterapia, recuperación, entrenamiento personal y en grupos reducidos y nutrición. Un espacio pensado para ofrecer la máxima calidad en sus servicios, con diferentes áreas destinadas al entrenamiento adaptadas a las necesidades de cada persona. Disponen de equipamiento de última generación combinado con la implementación de la tecnología más vanguardista para la evaluación, tratamiento, recuperación y control del trabajo realizado con sus clientes. Además, disponen de su propia App «RX Entrenamiento», que permite ampliar los servicios que se realizan en sus instalaciones al día a día de sus miembros.

En el servicio de Readaptación física y Fisioterapia se utilizan diferentes recursos tecnológicos orientados a evaluar y tratar el estado actual de la persona en relación a su dolor o problema, su control del movimiento y su rendimiento físico.

Mediante la Recuperación, aplican novedosos equipamientos ampliamente utilizados en ligas profesionales de USA como la presoterapia deportiva, herramientas de masaje por vibración, frío o calor, entre otros.



Óscar Miguel Álvarez | Jesús Cruces.

El servicio de Entrenamiento y Nutrición se combina para la óptima consecución de objetivos de mejora de la composición corporal o de rendimiento deportivo, **caracterizándose por evitar la masificación en los grupos de trabajo.** Además, poseen un sistema de trabajo propio que permite adaptar el entrenamiento al nivel, experiencia y necesidades de cada persona, por lo que no es necesario estar en forma o haber entrenado previamente.

Todos los meses realizan su Reto del Mes, donde invitan a sus clientes a superarse físicamente en reto de ejercicio físico, premiando sus esfuerzos con regalos adquiridos en comercios locales o de clientes del centro, para motivar y enganchar a la gente a realizar ejercicio físico de una manera más lúdica.

Puedes ir a conocerlos gratuitamente solicitando una sesión de prueba, donde te entrevistan y evalúan para saber de qué manera pueden ayudarte a conseguir tus objetivos, así podrás vivir en primera persona qué es formar parte de RX.

RX Entrenamiento está en la calle Príncipe de Asturias, 21. El teléfono el 722 588 866 y la web www.rxentrenamiento.es



Tienen novedosos equipamientos | Jesús Cruces.