GIRONA NOTICIES.COM
+ Periodisme

¿Cuáles son los horarios de VivaGym?

Actualidad Empresarial | 09/09/2023 | 00:00

A la hora de escoger un gimnasio, uno de los factores más importantes son los horarios disponibles.

En este sentido, para alguien que trabaja y tiene familia, un local que abre tarde y cierra temprano es una mala opción. Además, no solo es importante el horario de funcionamiento, sino también qué servicios están disponibles mientras el establecimiento está abierto.

Con respecto a esto, la red de gimnasios VivaGym cuenta con un amplio horario de apertura que ofrece disponibilidad de mañana, por la tarde e incluso a última hora. Gracias a este VivaGym horario los usuarios de estos establecimientos pueden entrenar en el momento del día que les resulte conveniente.

Otros factores a considerar para escoger un gimnasio

Además del horario, es importante conocer qué opciones de entrenamiento ofrece un gimnasio. En este sentido, a algunas personas les basta con la elaboración de una rutina mientras que otras requieren de la orientación de un profesional. Por otra parte, hay quienes prefieren los entrenamientos en grupo y las actividades guiadas. Esto depende de los objetivos que tiene el usuario que asiste a un gimnasio.

Otro aspecto importante a analizar son los privilegios y beneficios que reciben los socios en cada establecimiento. Actualmente, existe una amplia oferta compuesta por gimnasios que disponen de distintos servicios. En todos los casos, el objetivo es obtener el mayor provecho posible por la cuota que se paga.

También es relevante la ubicación de los clubes, ya que cuando se encuentra cerca de casa o del trabajo es más fácil cumplir con varias jornadas de ejercicio a la semana. En este sentido, las redes de gimnasios como VivaGym ofrecen la ventaja de contar, en muchos casos, con varias sedes en una misma ciudad.

¿En qué consiste la experiencia VivaGym?

Esta empresa cuenta con una aplicación propia, VivaHut, que es recomendable descargar después de inscribirse. A través de esta herramienta es posible acceder a los locales con un código QR, reservar actividades dirigidas, participar de desafíos semanales o diseñar un

entrenamiento propio, entre otras opciones.

Además, todas las sedes de VivaGym disponen de taquillas para dejar los enseres personales y servicios de ducha. Otra de las ventajas de esta red de gimnasios es la variedad de actividades que es posible realizar. Por ejemplo, cada sede cuenta con zonas determinadas para la realización de ejercicios cardiovasculares, de fuerza, peso libre, funcional y cycling, entre otras opciones.

Por otra parte, en estos establecimientos los usuarios pueden desarrollar actividades dirigidas de relajación como yoga o pilates. También cuentan con sesiones de dance moves y zumba.

Gracias a la amplitud del VivaGym horario de apertura, los socios de esta red de gimnasios pueden disfrutar de una amplia variedad de servicios y actividades en distintos momentos del día. Los horarios específicos se pueden consultar en la página web de VivaGym.

Autor: Redacció

https://gironanoticies.com/empresarial/216472-cuales-son-los-horarios-de-vivagym.htm