

ELEVATE X BALANCE

WELLNESS CHALLENGE



GUIA DE
INFO & PRECIOS

ESTAS BUSCANDO MAS:

BIENESTAR



BALANCE



SEGURIDAD



EMPODERAMIENTO



ENERGIA



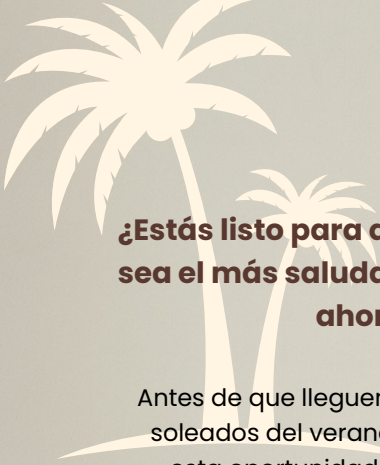
SUPERACION

UNETENOS..

¡Bienvenidas! Estamos encantadas de invitar a cada uno de ustedes a unirse a nosotras en nuestro próximo desafío de bienestar.

Al inscribirse en este desafío de bienestar, se comprometerán a ser una versión más feliz y saludable de ustedes mismas. Tendrán la oportunidad de explorar nuevas formas de cuidar su mente, cuerpo y espíritu. Ya sea a través del ejercicio, prácticas de atención plena, comer de forma saludable o rutinas de autocuidado, este desafío está diseñado para apoyarlas en cada paso del camino.

Juntas, nos motivaremos e inspiraremos en este viaje de bienestar. Celebremos nuestros éxitos, compartamos nuestros desafíos y animémonos mutuamente mientras luchamos por un estilo de vida más saludable.



¿Estás listo para que este VERANO sea el más saludable y feliz hasta ahora?

Antes de que lleguen los días cálidos y soleados del verano, aprovechemos esta oportunidad para invertir en nuestro bienestar y crear hábitos positivos. Este desafío de bienestar ahora te preparará para el éxito y asegurará que te veas y te sientas lo mejor posible cuando llegue el verano.

Oye Hermosa... Trabajemos juntas para alcanzar nuestros objetivos de salud, aumentar nuestra confianza y hacer de este verano uno inolvidable. No esperes al verano para que sea tu motivación, comienza ahora y ¡saquemos el máximo provecho de este desafío de bienestar juntas!

Summer





THE WELLNES CHALLENGE

The wellness challenge se trata de ofrecerte un programa de entrenamiento paso a paso de 6 semanas (48 días) diseñado para que aprietes, tonifiques, construyas músculo y aumentes tu confianza a través del entrenamiento con pesas, cardio, recetas de nutrición y apoyo de la comunidad. ¡Aprende, crece y alcanza tus metas de bienestar con nosotros!

DÍA DE INICIO: **APRIL 15**

DÍA FINAL: **MAY 31**

NECESITAS LOGRAR

1 HORA AL DÍA PARA EL CUIDADO PERSONAL:

Mover tu cuerpo ☆ Mantenerte hidratado/a ☆ Afirmaciones y Gratitud ☆ Alimentación saludable ☆ Momento de relajación nocturno

TE APOYAREMOS CON:

☆ La aplicación ELEVATE Fitness ☆ Ejercicios ☆ Videos de Cuidado Personal ☆ Grupo de Chat Comunitario ☆ Entrenador Personal disponible las 24 horas para preguntas ☆ Consulta Personal ☆ Dieta y recetas.

LA GUÍA

47 días para invertir en tu vida para que puedas **EQUILIBRARTE** y **ELEVARTE** al siguiente nivel. 3 pequeños pasos todos los días pueden cambiar tu vida.

CUERPO

40 minutos de movimiento (ejercicio, cardio, estiramiento) + 4 comidas saludables



MENTE

10 minutos de Práctica de la Mentalidad de Transformación para **ELEVAR** tu vida



ALMA

10 minutos de reflexión y meditación de tu día con afirmaciones y gratitud.

MENU PAQUETES

FOUNDATION

70\$

- Acceso a la aplicación de entrenamiento y videos de autocuidado
- Chat de grupo comunitario
- Apoyo de un entrenador personal.
- Dieta y recetas
- Acceso a clases en vivo
- Evento de inicio en vivo

BALANCE PACKET

100\$

- Acceso a la aplicación con videos de entrenamiento y autocuidado
- Chat de grupo comunitario
- Apoyo de entrenador personal
- Dieta y recetas
- Acceso a clases en vivo
- **Entrada para el evento KICK OF BALANCE EN CHICAGO**

ELEVATE PACKET

150\$

- Acceso a la aplicación para videos de entrenamiento y autocuidado
- Chat de grupo comunitario
- Apoyo de entrenador personal
- Acceso a clases en vivo
- **Entrada para el evento KICK OF BALANCE**
- **Consulta personalizada uno a uno con Andrea, entrenadora personal**
- **Cálculo de macros personalizado para dieta y recetas**



PUEDES HACER PAGOS

ELEVATE X BALANCE

WELLNESS CHALLENGE



KICK-OFF EVENT

CHICHAS!!! marquen sus calendarios para un fabuloso día lleno de diversión, ejercicio y amistad para dar inicio a nuestro emocionante desafío de bienestar. ¡Únete a nosotras en un encuentro exclusivo donde podrás conocer a personas con ideas afines, conectarte con nuevos amigos, platicar sobre la salud y el bienestar, y disfrutar de deliciosas bebidas y bocadillos con **Cesci West**, fundadora de BALANCE by Cw.

🍹 Bebidas refrescantes y deliciosos bocadillos

🏆 Introducción al desafío

💬 Sesión de preguntas y respuestas con **Andrea**, Entrenadora Personal

🎁 Regalos bonitos y premios de rifas

Ven a socializar, relajarte y prepárate para iniciar tu viaje de bienestar con un golpe de buena energía. Apoyémonos mutuamente, hagamos preguntas y aclaremos cualquier duda. Esta es tu oportunidad para comenzar tu transformación en un entorno vibrante y solidario.

¡Prepárate para sudar, sonreír y brillar! 💪🌟



GO VIP PACKAGE!

CHICAS !!! El exclusivo Paquete VIP que promete llevar tu transformación de bienestar al siguiente nivel. 🚀

Imagina tener a tu propio entrenador personal a tu lado en cada paso del camino, guiándote, animándote y personalizando tu viaje de fitness solo para ti. Con el Paquete VIP recibirás atención personalizada como nunca antes. Imagina esto: una llamada semanal uno a uno conmigo, dedicada exclusivamente a tu progreso, desafíos y victorias. Este nivel de apoyo personalizado está diseñado para ayudarte a alcanzar tus objetivos de manera más rápida y efectiva que nunca.

¡Pero eso no es todo! Con el Paquete VIP, también contarás con el lujo de que tus macros sean calculados y un plan de dieta diseñado específicamente para tus necesidades únicas. Di adiós a la suposición y da la bienvenida a un enfoque preciso y personalizado hacia la nutrición. Además, recibirás un tesoro de recetas deliciosas que no solo son nutritivas, sino también tentadoras para tu paladar.

¡Y espera, hay más! Por primera vez, experimenta el valor de una consulta en persona conmigo antes de empezar el reto. Este encuentro cara a cara no solo profundizará tu conexión, sino que también te brindará la oportunidad de hacer preguntas, buscar consejos y perfeccionar tu estrategia de fitness de una manera que resuene verdaderamente contigo.

Así que, hermosa, te insto a aprovechar esta oportunidad exclusiva para unirse al VIP.



INSCRIBETE

1. Elige tu paquete favorito.
2. Contacta a Andrea o Cesci por correo electrónico, mensaje de texto o mensaje directo antes del 14 de abril de 2024 para establecer tu acuerdo de inmediato.
3. Recibe un enlace de pago.
4. ¡Prepárate para empezar!



CONTACTANOS

ELEVATE.USA20@GMAIL.COM

@ANDREANDRADEFIT

404-426 7964

CONTACT@CESCIWESTHC.COM

@BALANCE.BYCW

312-863 9241

