

es empreses

Qui som



Espai Salut és el centre especialista en Fisioteràpia, Osteopatia, Activitat Física i Entrenament Personal on hi trobaràs un servei personalitzat i proper, que prioritza la qualitat a la quantitat.

**La nostra
missió és ser
el centre
referent en
fisioteràpia,
osteopatia,
activitat física i
entrenament
personal
experts en tu.**



A Espai Salut hi trobaràs un tracte molt proper, personalitzat, adaptat a les necessitats de cada servei i amb unes instal·lacions impecables.

Nosaltres, en Pere i l'Anna, som professionals experts en l'esport i l'activitat física, que treballem cada dia amb més motivació i esforç per a poder donar el millor a cada un dels nostres clients, estem en constant formació per adaptar les noves tendències a cada especialitat esportiva, aplicar les tècniques més innovadores i els programes actualitzats i desenvolupats a cada client.

El nostre centre procura sempre està a l'altura de les expectatives i necessitats de cada un.



Visió

Espai Salut es converteixi en el centre pioner en preparació d'esportistes, prevenció de lesions, readaptacions esportives, activitat física per a totes les edats, segmentar els nostres serveis per atendre a totes les persones que vulguin practicar activitat física sigui quin sigui el motiu i l'objectiu.

Dirigit a totes les edats i sexe, sigui per activitat física de manteniment, esportista amateur i/o professional.

El que ens mou és la salut i l'activitat física, sigui quin sigui l'objectiu (millora d'estat físic de treballadors, persones que volen treballar per a mantenir la salut, objectius focalitzats, preparacions físiques d'alt rendiment, grups d'esports col·lectius, correccions posturals, estiraments...)



Els Nostres Valors

PROXIMITAT
El tracte
proper,
individualitzat
ens
caracteritza



HUMILITAT

Tots som persones,
ningú és superior,
simplement treballem
per ajudar-te.



HONESTEDAT

No es pot avançar
sense honestedat, la
sinceritat fa progressar.



CONSTÀNCIA

La constància en el
nostre treball és clau per
a poder oferir garanties
de millora.

espai
salut

ESPAI SALUT

Així ens definim a Espai
Salut, sense aquests
valors, no seríem qui
som.



VISIÓ CLIENT

El nostre client és l'actiu
més important d'Espai
Salut, sempre enfocats
a vosaltres.



ESFORÇ

Amb esforç tot es pot
aconseguir.

El nostre Equip

L'equip d'Espai Salut està format per professionals especialistes en Fisioteràpia, Activitat Física i experts en l'esport.

Gerent



Pere Comet

En Pere Comet és llicenciat en Fisioteràpia i Osteopatia, Master d'Alt Rendiment Esportiu i Postgrau en Readaptació Esportiva. Professor de la Universitat de Vic i fisio del Club Patí Vic.

Gerent



Anna Farrés

L'Anna Farrés és llicenciada en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport, Diplomada en Magisteri d'Educació Física, Master d'Alt Rendiment en esports d'equip i Titulada amb tècnica de gimnàstica hipopressiva abdominal Hipopressiva nivell 1. Quiromassatgista i Entrenadora Superior de Bàsquet, Seleccionadora de la Federació Catalana de Bàsquet

Fisio



Ernest Peix

L'Ernest Peix, és graduat en Fisioteràpia per la UVic, i Titulat amb tècnica de gimnàstica abdominal Hipopressiva (Low Pressure), nivell 1.

Fisio



Guillem Serrabassa

En Guillem, és diplomad en fisioteràpia i és treballador d'Espai Salut.

Pilates



La Gemma Cabanes, està formada en Pilates.

Gemma Cabanes

Els nostres serveis

espai
salut

es fisio

Readaptacions a l'esport
Prevenió de lesions
Massatge Descàrrega
Massatges Descontracturants
Ecografies
Tractament EPI

Programes de preparació física ONLINE

es osteopatia

Tractaments personalitzats de
descontractura, posicionament,
recol·locació.

es entrenament personal

Programa Esportiu personalitzat
Programa Activitat física
personalitzat
Aconseguir més ràpid l'objectiu
marcat
Dedicació exclusiva
Motivació i fer disfrutar de
l'activitat física

Programes personalitzats esportius: Padel/Tennis Golf Esquí Ciclisme

es fitness

Activitat Física per a totes les
edats
Correcció i treball d'Esquena
Grups d'Estiraments
Preparació física
Treball de Core
Correcció Postural
Grups de manteniment

Els nostres serveis

espai
salut

esrendiment

Preparació Alt Rendiment
Entrenaments Funcionals
Programes Intensitat
Programes Personalitzats
Preparació física a clubs

esempreses

Molt aviat!

esrunning

Tècnica Córrer
Estiraments per Running
Running outdoor
Preparacions maratons,
duatlons...

Classes individuals i/o amb grup
Per esportistes
Regular
Personalitzat

Estiraments
Correcció Postural
Fisioteràpia
Hipopressius
Activitat Física

Classes individuals i/o amb grup
Tècnica gimnàstica abdominal
hipopressiva segons objectiu:

- Post Part
- Esportiu
- Regular

espilates

eshipopressius

Les Nostres Instal·lacions **espai** salut



El nostre ESPAI

Espai Salut disposem d'una sala fitness, on hi trobaràs fitballs, bossu, entrenament funcional, plataformes vibratòries, entrenament en suspensió, sistemes isosinercials com ara politja cònica, elíptiques, cinta córrer, bicicleta.. i una sala per activitats en grup on es treballen sessions d'hipopressius, pilates, estiraments, activitat per a gent gran...

Per altra banda tenim dos boxs per a tractaments de fisioteràpia i osteopatia, i un altre box per a tractaments de massatge relaxants, valoracions, ...

Volem que et sentis còmode, que t'agradi venir al centre per a practicar activitat física, entrenaments personalitzats, tractaments de fisioteràpia... Per això adaptem els espais en funció de cada necessitat i objectiu.

Sempre amb constant renovació, innovació i procurant mantenir amb un estat òptim les nostres instal·lacions i maquinària.

Ens trobaràs a:

C/ Ramon Tarrades, 8 (baixos)

Vic 08500 (Barcelona)

www.espaisalutvic.com

espaisalutvic@gmail.com

Tel: 93 883 28 23

Mob: 618 40 39 61



FOMENTEM L'ACTIVITAT FÍSICA I CUIDEM ALS TREBALLADORS



ANÀLISI EMPRESA

Estudiem els factors principals de l'empresa: ergonomia, treball manual, càrrega treball, treballadors fàbrica, càrrecs direcció..



OBJECTIUS EMPRESA

Definim els objectius que l'empresa vol aconseguir amb el treball d'activitat física i fisioteràpia



PROPOSTES ES

- Core
- Postural Training
- Treball de Força
- Estiraments
- Pilates
- Hipopressius
- Fisioteràpia / Osteopatia



BENEFICIS TREBALLADOR/A

- Correcció postural
- Increment capacitats físiques
- Increment concentració
- Optimització rendiment
- Augment activitat laboral
- Disminuir l'estrés i la tensió
- Millora l'autoestima
- Redueix el burnout



BENEFICIS EMPRESA

- Incrementa la productivitat
- Disminueix l'absentisme
- Redueix el cost i el número de baixes laborals
- Potencia el bon clima laboral
- Descens d'accidents laborals
- Incentiva la motivació
- Incrementa la imatge de marca



FUNCIONAMENT

**PROPOSTA ORIENTATIVA, ES PERSONALITZA EN
FUNCIÓ DE LA DEMANDA DE L'EMPRESA**

www.espaisalutvic.com



SESSIONS

30'
60'
Estiraments
Personalitzat



UBICACIÓ

- Instal·lacions entitat / empresa
- Instal·lacions Espai Salut
- Exterior



HORARIS

- Horari Laboral : A definir per l'empresa
- Fora Horari Laboral:
 - * Abans inici jornada laboral
 - * Migdia / Canvi torn
 - * Al final jornada laboral



TARIFES

- Proposta a definir segons la necessitat
- Preus especials per grups
- Possibilitat conveni amb Espai Salut
- Tarifa mensual



Moltes gràcies pel seu temps!

