

Spett.le

**UNIONE GIOVANI DOTTORI
COMMERCIALISTI ED ESPERTI
CONTABILI DI PADOVA**

Via G. Gozzi, 2/G
35131 Padova

Padova, 26 febbraio 2019

OGGETTO: Proposta di convenzione

Chi siamo

PTIab è un laboratorio del movimento. Il luogo dove i desideri diventano le materie prime da combinare, per arrivare a scoprire la formula del proprio benessere. Progettiamo percorsi personalizzati nel rispetto delle priorità e della quotidianità dei nostri clienti. Proponiamo esclusivamente un servizio di Personal Training e Group Training altamente specializzato integrante concetti di metodologia dell'allenamento, posturologia, osteopatia e alimentazione. Siamo presenti, ad oggi, con quattro sedi su Padova, situate in quattro punti strategici della città: Via Gattamelata, Vicolo Ponte Molino, Corso Stati Uniti e Via Monte Cengio.

La nostra filosofia: #liveatbest

Ci piace riassumere il nostro servizio con tre semplici parole: **Live at best** (vivi al tuo meglio). Il percorso che guida i nostri clienti verso l'obiettivo è fatto di regole da rispettare e consigli da seguire, ma tutto sempre all'insegna della condivisione, senza alcuna imposizione. Non vogliamo imporre, ma proporre. Non pretendiamo di raggiungere l'impossibile, ma ciò che è sostenibile. È un modus vivendi che non insegue canoni estetici o di benessere universali, molto spesso difficili da raggiungere. È un'attitudine verso la vita che permette di scoprire il miglior modo di far convivere in armonia il corpo, la mente e tutto ciò che ci circonda.

I nostri servizi

Personal Training e Group Training

PTIab offre programmi di allenamento uno a uno, o in piccoli gruppi, cuciti su misura. Il percorso è sviluppato sulla base di un'anamnesi iniziale volta a identificare le caratteristiche del soggetto. Il primo colloquio conoscitivo, seguito da un'analisi posturale, consente di valutare la situazione di partenza a 360° e di progettare il percorso concordando l'attività con il cliente in base alle sue esigenze. PTIab si avvale unicamente della collaborazione di Personal Trainer laureati in Scienze Motorie che assistono personalmente il cliente verso la realizzazione di specifici obiettivi, con l'ausilio di attrezzature di alta gamma Technogym®. I nostri trainer seguono percorsi di formazione continua, internamente ed esternamente alla struttura, nel campo della preparazione atletica, della prevenzione e della terapia motoria per assicurare ai clienti di ogni centro la massima professionalità e competenza.

Nutrizione

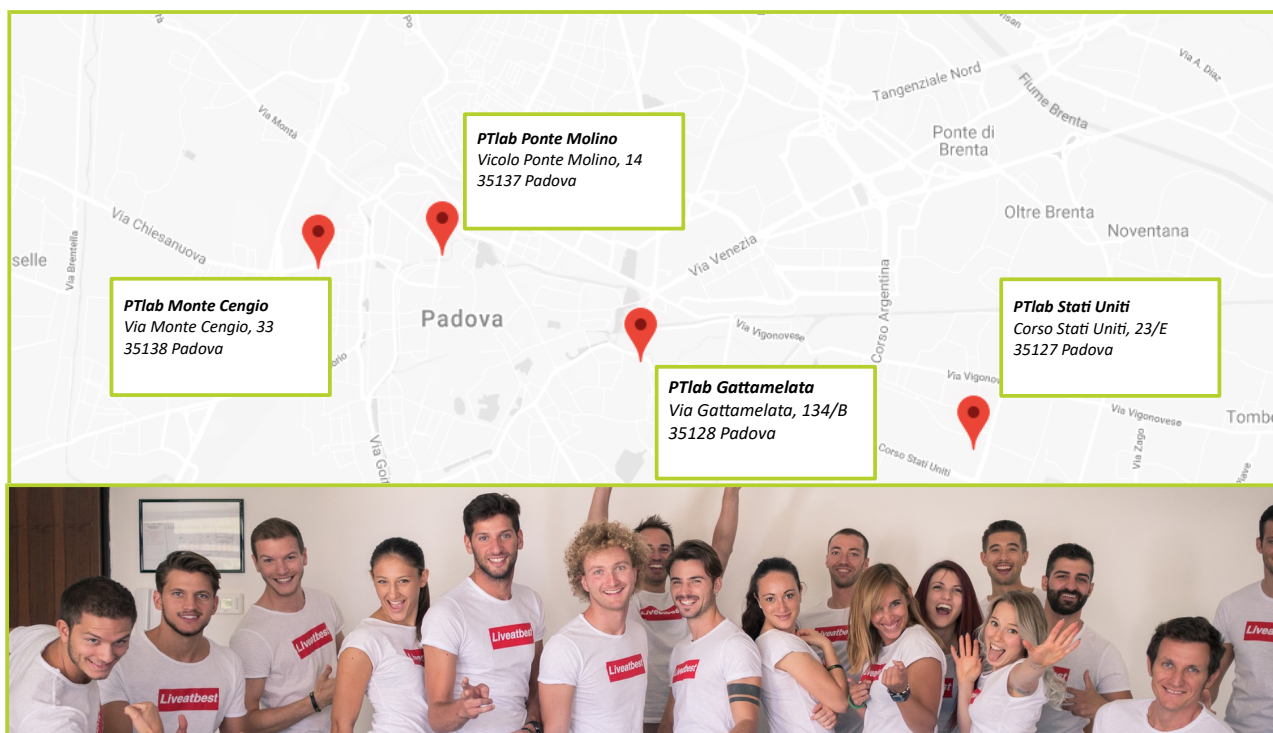
Lo scopo della consulenza nutrizionale personalizzata è quello di aiutare la persona a raggiungere un regime alimentare sano, costruito sulla base delle sue reali esigenze, impegni e necessità, educandola ad un approccio sano al cibo e accompagnandola in percorso fatto di piacevoli (ri-)scoperte. La consulenza

consiste in un colloquio finalizzato a conoscere non solo le abitudini alimentari della persona, ma anche le sue condizioni fisiologiche ed eventualmente patologiche. Risulterà importante discutere e concordare gli obiettivi raggiungibili e il percorso da intraprendere insieme. Chi si rivolge al nutrizionista? Chi vuole dimagrire, chi vuole imparare a mangiare meglio, chi vuole migliorare le performance sportive, chi presenta gonfiore o disturbi digestivi, chi ha sviluppato patologie croniche (es. colon irritabile, diabete, ipertensione), chi ha problematiche legate alla produzione ormonale e alle relative ghiandole endocrine (es. ipotiroidismo, squilibri estrogenici, squilibri del cortisolo), chi ha problematiche legate al ciclo mestruale, chi soffre di disturbi alimentari, chi ha difficoltà digestive (es. gastrite, gonfiore addominale). Collaborando con altri professionisti, attraverso un approccio multidisciplinare, l'obiettivo finale sarà quello di rendere il paziente autonomo.

Osteopatia

Il fine dell'osteopatia è quello di ristabilire l'omeostasi del corpo, implementando le capacità di auto guarigione presenti in ognuno di noi. L'obiettivo del trattamento osteopatico è quindi quello di migliorare le restrizioni di mobilità, (identificate attraverso diversi test manuali) e per fare ciò l'osteopata si avvale di tecniche di manipolazione e trattamento rivolte all'apparato muscolo scheletrico, al sistema nervoso e all'apparato viscerale. I motivi più frequenti per cui una persona si rivolge alle cure dell'osteopata sono: lombalgia, cervicalgia, cefalee tensive, emicrania, conseguenze di colpi di frusta, sciatalgia, gonalgia, dolori alle spalle e ai gomiti, problematiche relative all'apparato digerente (reflusso, gastrite, gonfiore intestinale), dolori di tipo reumatico, problematiche di occlusione e posturali. La prima visita, della durata di circa un'ora, prevede l'ascolto delle problematiche del paziente e un colloquio di anamnesi. Dopo l'anamnesi si procede all'esame obiettivo. In base a tutte le informazioni raccolte verrà quindi sviluppato e comunicato un piano di trattamento. Mediamente la maggioranza dei pazienti ottiene un beneficio dal trattamento osteopatico dopo 3-6 incontri.

I nostri centri



Il progetto **BENEFIT**

Il Welfare aziendale in Italia sta vivendo un momento di grande sviluppo diventando uno dei perni fondamentali delle politiche di gestione delle risorse umane. Consapevoli di ciò abbiamo deciso di rivolgerci in maniera diretta alle aziende del territorio patavino con un progetto dedicato denominato **BENEFIT**.

Il senso della nostra proposta sta tutto nel nome del progetto, ovvero l'idea che la singola impresa possa offrire ai propri dipendenti un wellness benefit per stimolarli ad approcciarsi all'attività fisica, promuovendo uno stile di vita più sano con influenze certamente positive sul loro equilibrio psico-fisico.

Il lavoratore che pratica regolarmente sport si ammala di meno, è più sano, felice e produttivo di chi non svolge alcun tipo di attività. L'investimento messo in conto dall'azienda per offrire servizi legati al benessere sarà, dunque, ripagato nel lungo periodo in termini di produttività.

Punto di forza della nostra offerta è la flessibilità. Per venire incontro ad ogni esigenza, oltre al consueto e consolidato servizio di personal training, abbiamo deciso di proporre, unicamente per le convenzioni aziendali, anche percorsi di group training (con un minimo di 3 partecipanti) da effettuare presso la nostra sede di Corso Stati Uniti o presso l'Hotel Galileo di Padova. Di seguito riportiamo alcune proposte esemplificative.

Le nostre proposte

PROPOSTA DI CONVENZIONE RISERVATA AGLI ASSOCIATI DELL'UNIONE GIOVANI DOTTORI COMMERCIALISTI ED ESPERTI CONTABILI DI PADOVA **PERSONAL TRAINING**

La nostra proposta, a Voi riservata, garantisce al singolo Associato l'opportunità di acquistare un pacchetto di 10 sedute di **personal training** da effettuare presso una delle 4 strutture sopraelencate, dislocate su Padova. Il singolo Associato si accorderà con uno dei referenti PTlab per usufruire del pacchetto secondo la propria disponibilità. Il listino in convenzione a voi riservato sarà **scontato del 25%**.

La prima seduta di prova per testare il servizio sarà sempre GRATUITA.

PROPOSTA DI CONVENZIONE RISERVATA AGLI ASSOCIATI DELL'UNIONE GIOVANI DOTTORI COMMERCIALISTI ED ESPERTI CONTABILI DI PADOVA **GROUP TRAINING**

La nostra proposta, a Voi riservata, garantisce al singolo Associato l'opportunità di acquistare un pacchetto di 10 sedute di **group training** da effettuare presso la struttura di Corso Stati Uniti o presso l'Hotel Galileo in Via Venezia, 30 a Padova. Il singolo Associato si accorderà con uno dei referenti PTlab per usufruire del pacchetto secondo la propria disponibilità. Il listino in convenzione a voi riservato sarà **scontato del 25%**.

La prima seduta di prova per testare il servizio sarà sempre GRATUITA.

CONTATTI

*Carlo Alberto Vicentini
Alessandro Masutti*

c/o PTlab Personal Trainer
Via Gattamelata, 134/b
35128 Padova
Tel. 340.2693663
Mail info@personaltrainerlab.it
Web www.personaltrainerlab.it