



Nossos valores

Plano STANDARD

TRIATHLON	CORRIDA
R\$ 307,00	R\$ 207,00

- Conta na plataforma Training Peaks
- Feedbacks pelo Training Peaks quinzenalmente
- Treinos estruturados para smartwatches
- Atualização periódica de limiares
- Periodização específica de acordo com nível e prova-alvo
- Participação em simulados e treinos presenciais
- Contato com coaches Navas Tri quinzenalmente
- Apoio técnico nas principais provas

Plano COACHING

TRIATHLON	CORRIDA
R\$ 420,00	R\$300,00

- Conta na plataforma Training Peaks
- Feedbacks pelo Training Peaks semanalmente
- Análise detalhada e individualizada dos treinos
- Treinos estruturados para smartwatches
- Atualização periódica de limiares
- Periodização específica de acordo com nível e prova-alvo
- Estratégia individual para provas
- Participação em Simulados e treinos presenciais
- Apoio técnico nas principais provas
- Coach Navas Tri individual
- Alteração na planilha 1x semana
- Contato com treinador via whatsapp