



Team Youtopia 2019

En este documento encontrarás todo lo que debes saber para ser parte del Team, con el que podrás entrenar para cumplir tus sueños deportivos. Nuestra misión es acompañarte en tu desarrollo como deportista, con una programación a tu medida para preparar y alcanzar tus metas.

Las disciplinas del Team son: **Running, Ciclismo de Ruta y Triatlón.**

El líder de Team Youtopia es el coach **Javier Reyes**, quién será el referente. **Romano Moreno** será el coach de planificación. Ambos estarán disponibles regularmente para el grupo como apoyo técnico durante el calendario establecido para el Team.

El programa de Team Youtopia consta de:

1. Uniforme exclusivo
2. Camioneta de apoyo
3. Planificación Training Peaks
4. Salidas grupales
5. Coaches especializados
6. Descuentos exclusivos en servicios del Club
7. Normas de uso

El objetivo en la temporada 2019 será entregar un servicio de alta calidad, asegurando una mejora continua en los puntos principales del programa.



1. Uniforme exclusivo

Uniforme de alta tecnología fabricado en España marca Mobel. Este uniforme será de **uso obligatorio en entrenamientos y competencias** para dar una identidad al equipo. Para seleccionar el uniforme adecuado, dispondremos de la línea completa de tallas y prendas en el Club (poleras de running, conjunto de ciclismo, trisuit de triatlón) con el fin de que las tallas seleccionadas sean perfectas para competir. Para disponer del uniforme, existen fechas definidas donde podrás realizar la reserva y compra de los productos a un precio preferencial para los miembros del Team. Para la recepción de ellos podrás optar por recibirlo en tu domicilio (considerar costo despacho) o bien directamente en tu locker personal de Youtopia Club.

2. Vehículo de apoyo

Contaremos con una Camioneta Mazda 4x4, para dar apoyo y seguridad en los entrenamientos grupales. Contará con botiquín y repuestos básicos para asistir a los ciclistas en la ruta. Además será el punto de hidratación en las clases grupales de ciclismo y running.

3. Planificación Training Peaks

Se entregará una planificación semanal diseñada según tu disciplina y experiencia, con una curva de trabajo que te permitirá lograr mejoras en tu rendimiento. Trabajaremos con la plataforma Training Peaks, la que permite una mejor comunicación coach-deportista. Training Peaks es la aplicación número uno a nivel mundial, utilizada por los mejores entrenadores, permitiendo planificar y sincronizar en tiempo real cada entrenamiento. Cada miembro del Team definirá su calendario personal junto a los coaches, de manera de planificar su temporada. Cada miembro tendrá una entrevista personal de 30 min. por trimestre para intercambiar impresiones con los coaches y planificar cada ciclo.

La única carrera nacional en todas las disciplinas en la que el Team irá de manera oficial será Pucón 2020. No obstante, habrá instancias donde los coaches estarán presentes en carreras a título personal apoyando al Team.



4. Salidas Grupales

Contaremos con 1 salida semanal para cada disciplina que permita a los deportistas tener contacto directo con los coaches, recibir feedback en relación con la técnica y/o desempeño aplicado en la práctica, además de compartir con otros miembros del Team.

Running: Una hora de entrenamiento técnico los lunes AM.

Ciclismo de Ruta: Tres horas de entrenamiento los sábados AM.

Triatlón: Tres horas de entrenamiento los sábados AM.

El Ciclismo de Ruta y Triatlón coincidirán los sábados en el inicio y término de la clase, dando una hora aproximadamente de entrenamiento específico por disciplina.

Cada actividad contará con una fase inicial, un desarrollo y una fase de soltura. Además, destinaremos al final de cada jornada un tiempo para compartir socialmente. Estas salidas podrán ser complementadas con las actividades dirigidas que ofrece el Club a todos los socios.

5. Coaches especializados

Contaremos con coaches disponibles para aquellos miembros del Team que quieran complementar su calendario con un plan de entrenamiento personalizado. Estos tendrán como foco mejorar el rendimiento y técnica de cada deporte.

Natación: Jorge Munizaga

Running: Juan Carlos Torres

Ciclismo de Ruta: Andrés Cañas

Para acceder a estos servicios deberás contactar al líder de Team Youtopia teamyoutopia@youtopia.club. Los servicios de estos coaches especializados tienen un 10% descuento sobre los precios de lista para personal trainers.



6. Descuentos y servicios exclusivos

Todos los miembros del Team tendrán acceso a beneficios con el fin de complementar el entrenamiento:

10% de descuento sobre precio socio en:

Nutrición deportiva

Kinesiología

Masajes de Spa Therapy

PT Coaches especializados

30% de descuento en Locker Personal

7. Normas de uso:

Se exigirá cumplir con normas de convivencia y orden con el fin de desarrollar una correcta armonía en la práctica del deporte en todo momento. El reglamento estará disponible en la página web de Youtopia Club.

INFORMACIÓN PRECIOS

Temporada abril 2019 - enero 2020

Plan Anual: \$400.000 (no incluye uniforme)

Precios referenciales uniformes:

Polera Running: \$24.000

Calza y Tricota Ciclismo: \$79.000

Suit Triatlón: \$81.000

Forma parte de este gran equipo. ¡Te esperamos!

#TeamYoutopia @youtopia.club

Para más información acércate a nuestra área de recepción o bien escribe a teamyoutopia@youtopia.club

YOUTOPIA **CLUB**