

El 11 de Febrero cambia todo



Si vienes a escalar a Sputnik esta noticia te interesa.

A partir de febrero le damos la vuelta a todos nuestros servicios: crece el equipo con la figura del técnico de sala para apostar por la seguridad y la calidad, cambian los entrenamientos, aumenta la formación e integramos soluciones tecnológicas a nuestro servicio. #TodoNuevoDeNuevo.

Estos son los principales cambios:

APARECE LA FIGURA DEL TÉCNICO DE SALA

Los técnicos de sala son las personas de referencia en la instalación. Habrá técnicos en la planta de vías y en la planta de bloque de manera ininterrumpida. El técnico de sala tiene la misión de acompañar a los usuarios que necesiten consejo o tengan dudas sobre cualquier servicio de Sputnik.

El técnico de sala es el encargado de velar por la seguridad de los escaladores, atender las dudas, ayudar a nuevos clientes, y es una pieza fundamental en la formación continua y una apuesta de Sputnik para que la experiencia de cada usuario sea la mejor.

A partir de ahora, si necesitas cualquier cosa de nosotros no lo dudes: habla con el técnico de sala.

LOS ENTRENAMIENTOS PRESENCIALES SERÁN DE UN DÍA POR SEMANA.

En Sputnik seguimos buscando la máxima calidad en todos nuestros servicios, es por eso que desde hoy comenzamos con un nuevo modelo de entrenamientos dirigidos enfocados hacia esa excelencia.

Los nuevos grupos de entrenamiento tendrán 1.30h de duración, en grupos reducidos con un máximo de 10 personas. Contarán con espacios reservados en caso de necesidad para realizar la clase con comodidad y un profesor fijo que permitirá una mayor evolución en los entrenamientos.

Las clases se impartirán de lunes a viernes en horario de mañana y tarde. El sábado y domingo en horario de mañana. Si ahora mismo estás entrenando dos días a la semana debes elegir qué único día quieres entrenar en los nuevos grupos dirigidos.

Prioridades en la reserva de horarios: los usuarios que participan en los grupos de entrenamiento tienen prioridad para reservar en el horario y día en el que entrenan (+/- 1 hora de su horario actual). Si te interesa cambiar de día o de horario, en recepción quedará registrado tu interés y se te comunicará en las semanas posteriores al cambio en caso de haber plazas libres en el horario y día que te interesa.

Estos son los horarios:

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
Grupo Entreno 10-11:30h	Grupo Entreno 10-11:30h	Grupo Entreno 10-11:30h	Grupo Entreno 10-11:30h		Grupo Entreno 10 a 11:30h	Grupo Entreno 10 a 11:30h
	Grupo Entreno 11:30-13h		Grupo Entreno 11:30-13h		Grupo Entreno 11:30 a 13h	
	Grupo Entreno 13 a 14:30h	Grupo Entreno 14 a 15:30	Grupo Entreno 13 a 14:30h	Grupo Entreno 14:30 a 16h		
	Grupo Entreno 15:30 a 17h	Grupo Entreno 14 a 15:30	Grupo Entreno 15:30 a 17h	Grupo Entreno 15:30 a 17h	Grupo Entreno 16 a 17:30h	
Grupo Entreno 16:30 a 18h	Grupo Entreno 16:30 a 18h	Grupo Entreno 16:30 a 18h	Grupo Entreno 16:30 a 18h	Grupo Entreno 16:30 a 18h	Grupo Entreno 17 a 18:30h	
Grupo Entreno 18 a 19:30h	Grupo Entreno 17 a 18:30h	Grupo Entreno 17 a 18:30h	Grupo Entreno 17 a 18:30h	Grupo Entreno 17 a 18:30h	Grupo Entreno 17:30 a 19h	
Grupo Entreno 18 a 19:30h	Grupo Entreno 18 a 19:30 h	Grupo Entreno 18 a 19:30h	Grupo Entreno 18 a 19:30 h	Grupo Entreno 18 a 19:30 h	Grupo Entreno 18:30 a 20h	
Grupo Entreno 19:30 a 21h	Grupo Entreno 18:30 a 20h	Grupo Entreno 18:30 a 20h	Grupo Entreno 18:30 a 20h	Grupo Entreno 18:30 a 20h	Grupo Entreno 19 a 20:30h	
	Grupo Entreno 19:30 a 21h	Grupo Entreno 19:30 a 21h	Grupo Entreno 19:30 a 21h	Grupo Entreno 19:30 a 21h		
	Grupo Entreno 20:30 a 22h	Grupo Entreno 20:30 a 22h	Grupo Entreno 20 a 21:30h	Grupo Entreno 20 a 21:30h		

[Ampliar imagen](#)

LANZAMOS UNA PLATAFORMA DE ENTRENAMIENTO ON-LINE

[Ver nueva web entrenamiento.sputnikclimbing.com](http://www.entrenamiento.sputnikclimbing.com)

Un nuevo servicio **gratuito para todos nuestros usuarios**. Cada semana se publicará un entrenamiento planificado dividido en 3 niveles de rendimiento: iniciación, avanzado y experto. Cada uno de los niveles contará con dos sesiones de entrenamiento de 1.30h de duración que se actualizará cada semana.

El entrenamiento se ha diseñado en ciclos trimestrales que contemplan todos los aspectos necesarios para una evolución segura y adecuada a cada nivel de rendimiento.

El entrenamiento on-line está diseñado para ser realizado en nuestras instalaciones combinando dinámicas de boulder y vías de escalada. Hay ejercicios de calentamiento, escalada y acondicionamiento físico acompañados de videos explicativos para desarrollarlos correctamente.

Está planteado para complementar los grupos de entrenamiento dirigidos y para entrenar de forma independiente.

Cada semana se propondrán nuevas sesiones que se pueden seguir desde cualquier dispositivo digital (móvil, Tablet, ordenador...) Habrá tabletas distribuidas en la instalación para seguir los entrenamientos.

Sputnik PILLS: FORMACIÓN CONTINUA

Los cursos monográficos *SPUTNIK PILLS* son el nuevo servicio de formación: **gratuito para socios (con el bono mensual libre o con entrenamiento) y de pago (15€ entrada + curso) para no socios**. Cada semana desarrollaremos en horarios de mañana y de tarde distintas actividades que tienen que ver con nuestra mejora como escaladores, en el plano técnico, físico, psicológico, de salud y bienestar.

Talleres de estiramientos, cursos de seguridad, técnica y táctica. Gestión del miedo en escalada, TRX, fisuras... Muchos aspectos que nos ayudarán a escalar más y mejor.

Una oferta variada de formación semanal de 1 hora de duración, complementaria con el entrenamiento o con tu visita a Sputnik. El calendario de monográficos se publicará cada lunes en entrenamiento.sputnikclimbing.com. Socios y no socios pueden participar previa reserva on-line o en recepción.