

JOSÉ LUIS ADARRAGA

DIRECTOR DE GO FIT

“Aquí ayudamos a vivir mucho mejor”

Rafael Castro | MONOGRÁFICOS

José Luis Adarraga es el director de GO fit, un centro deportivo que ha supuesto para Córdoba una gran revolución social y sanitaria. Comenta que “nuestra oferta es de 360 grados y está destinada a todo tipo de público”. GO fit abrió sus puertas en octubre del 2010 y se ha convertido en un símbolo de la mejora del estado físico y mental de muchas personas, ayudándoles a relacionarse y a estar más a gusto con ellas mismas.

-¿Cómo califican vuestra oferta?

-Desde la familia, porque tenemos oferta desde embarazo activo, que es cuando las mamás están en proceso de dar a luz, hasta las personas mayores, sobre todo enfocada a la salud. Consideramos que el deporte es salud y tener unos hábitos de vida saludables ayudan a tener una mayor calidad de vida.

-¿Cuál es vuestro lema?

-Por 150 minutos a la semana te cambiamos la vida, con un servicio pautado y regulado por nuestro personal. Contamos con un gran número de programas, adaptados a cada necesidad, para que el cliente desarrolle aquellos ejercicios que más le favorezcan para lograr sus objetivos de manera saludable.

-¿Qué balance hace de este tiempo?

-Muy positivo. Considero que gracias a tener una instalación como esta, gracias también al apoyo del Ayuntamiento y a los ciudadanos que han venido a que le ofrezcamos toda nuestra parrilla de actividades y esos buenos hábitos de vida saludable, la reflexión que hago es que el gran público de Córdoba tenga una mayor calidad de vida. Gracias a ese ejercicio pautado y a esas buenas praxis de hacer una vida más activa.

-¿Qué seguimiento se le hace al



Dinámico. José Luis Adarraga, director del centro GO fit.

OBJETIVO

“Pretendemos que las personas tengan una experiencia positiva”

cliente desde que se inscribe?

-Desde el minuto uno le hacemos una entrevista y le preguntamos cuáles son sus objetivos. Pueden ser desde pérdida de peso, mejora de su estado físico o silueta, por lo que lo incluimos en una tabla de entrenamientos a sus objetivos. A partir de ahí le asignamos un monitor, que es el que se encarga de hacerle el seguimiento a su entrenamiento.

-Otro de vuestros lemas es “La felicidad también se entrena”. ¿Qué pretenden con ello?

-Que si una persona quiere ser feliz en su vida una de las cosas más importantes es estar en buena forma física. De esta manera tendrán un estado de vida más saludable que va a permitir afrontar otro tipo de retos. Con ello conseguimos que haya cada vez más ciudadanos que se encuentren en un mejor estado físico, que haya una mayor concienciación, una vida nada sedentaria y de alguna manera unos hábitos de vida saludables.

-¿Qué experiencias ofrecen?

-Pretendemos que nuestros clientes, que depositan su confianza, su tiempo y si dinero en GO fit, vivan una experiencia positiva en cada sesión deportiva. Tenemos un programa deportivo con una parrilla de actividades dirigidas superior a 250 clases a la semana que convierten en momentos únicos con experiencias inolvidables. Nuestra esencia no es una gran instalación en el centro con 15.000 metros, sino ayudar a personas, organizaciones y comunidades a vivir más y mejor, haciéndoles más capaces y felices en un entorno seguro, eficaz y eficiente.

-¿Cuándo empezamos?

-Cuando quiera. Tenga en cuenta que hacer ejercicio físico es importante, saber para qué se hace, aún más. Por ello, en GO fit proponemos algo mejor que un buen cuerpo: una buena vida. Que vivas más y mejor es el objetivo que tenemos para todos. Y para conseguirlo vamos a cuidarle tanto cuando esté aquí como cuando no.

LA FELICIDAD EMPIEZA POR CREER EN TI

DESDE **23,60 €/mes**
ABONO ANUAL FAMILIAR
POR PERSONA · INCLUYE 2 MESES GRATIS



GO fit

VIVE MÁS Y MEJOR

www.go-fit.es