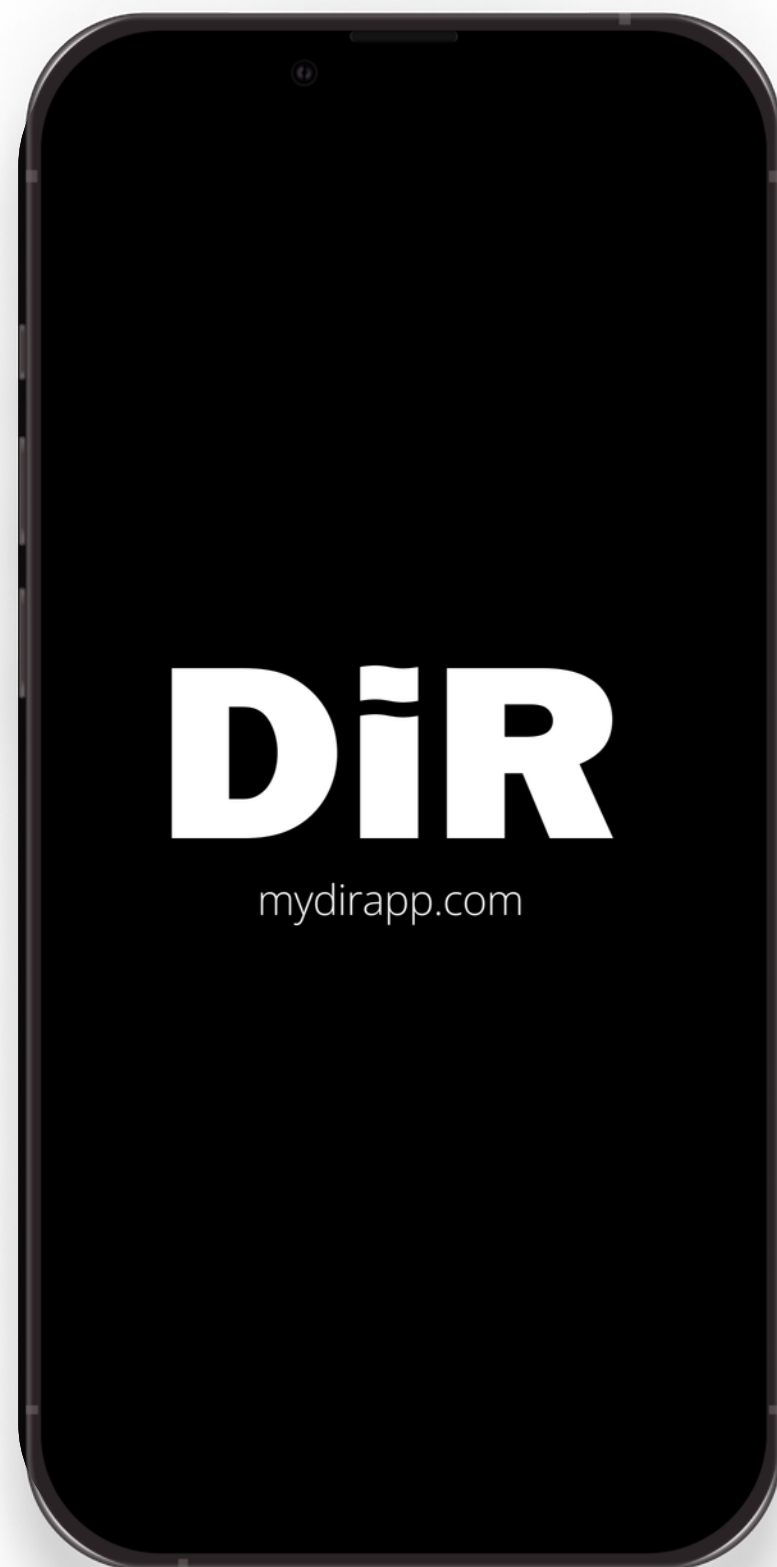
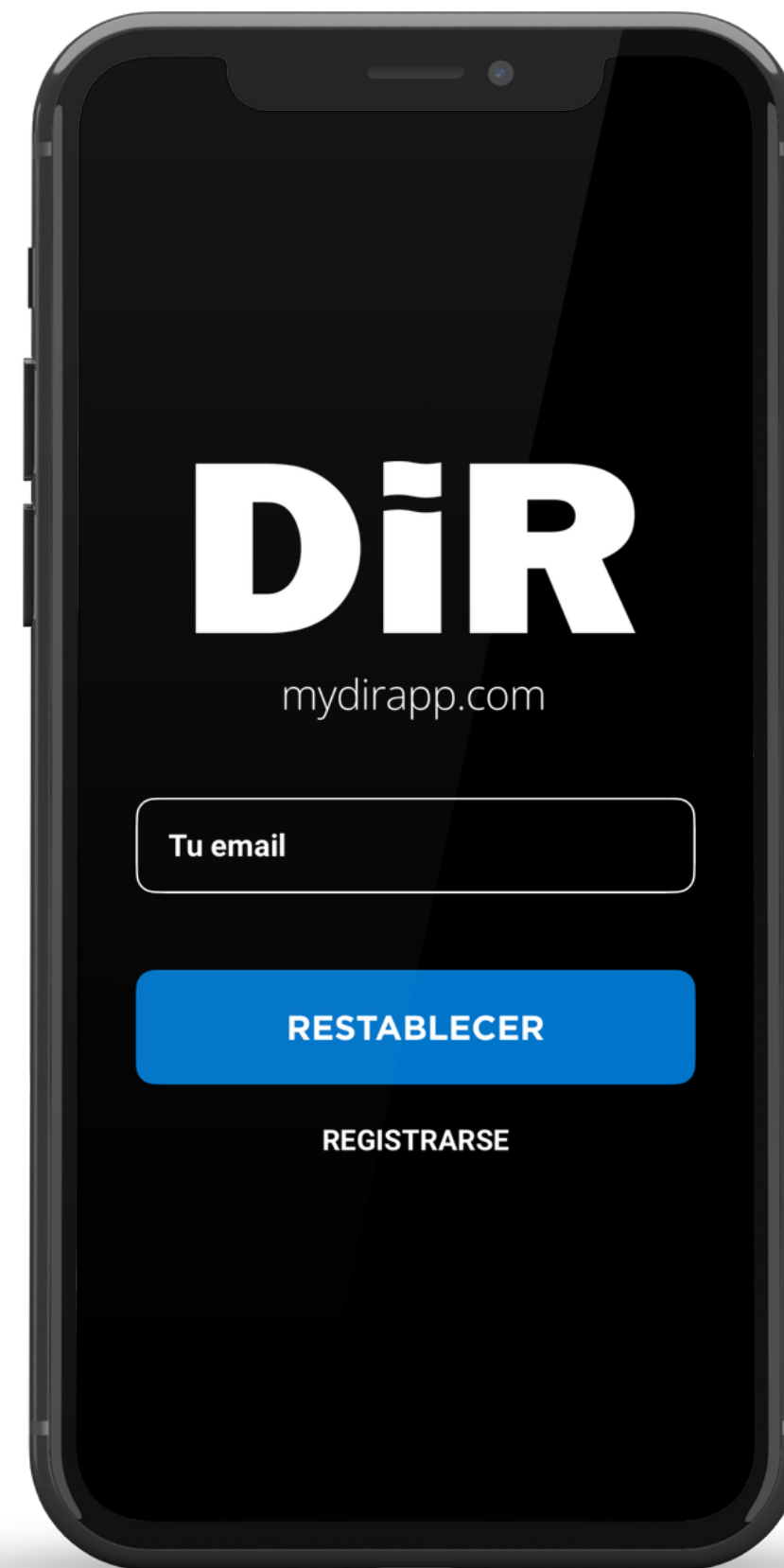




MYDIR APP
**El teu gimnàs a la
butxaca: descarrega,
connecta i entrena**

DiR
E S P O R T I U
R O C A F O R T

Descarrega l'app



UN COP DESCARREGADA L'APP

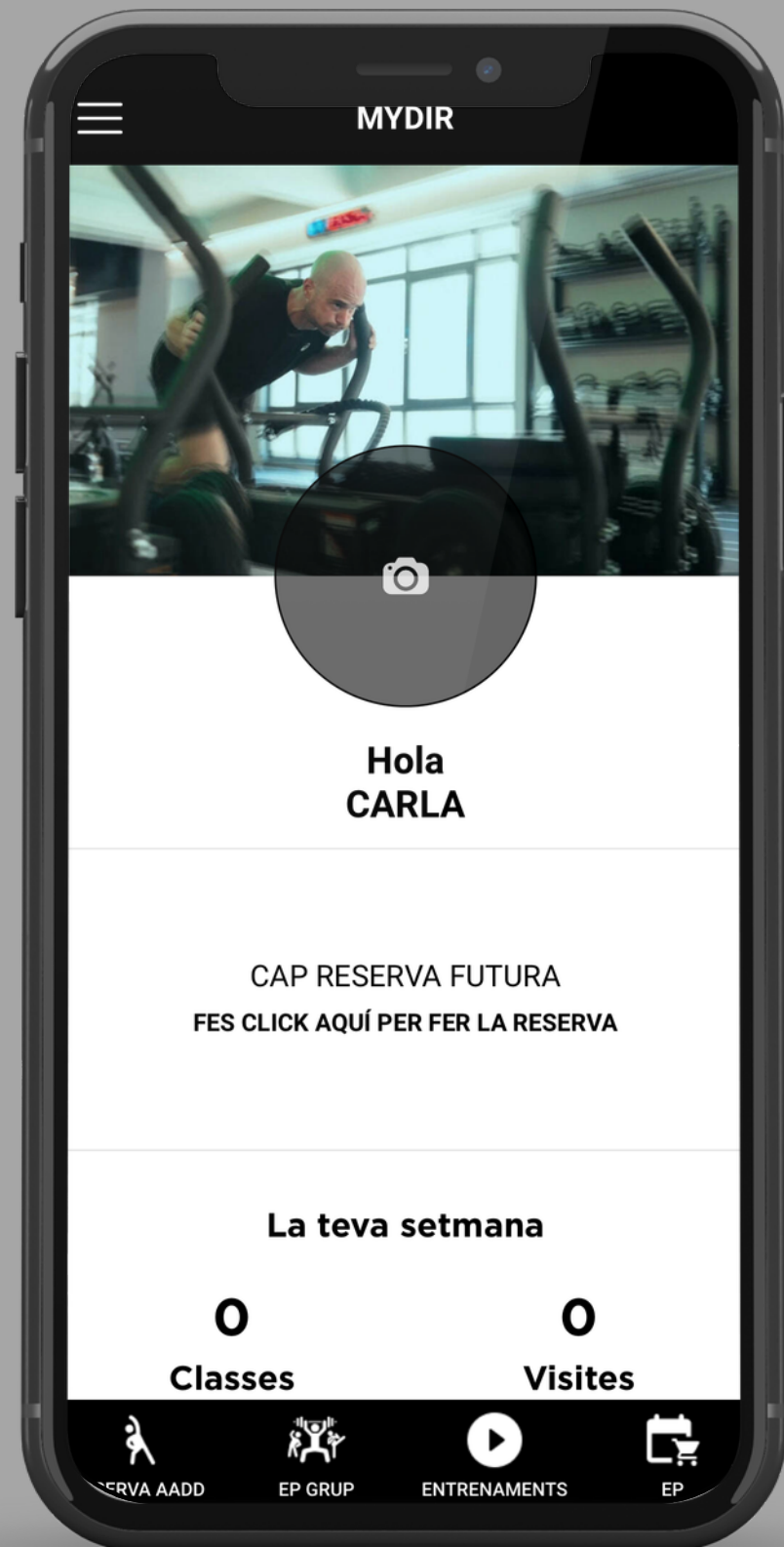
Clica **Has oblidat la contrasenya?**

Escriu el **correu electrònic** amb el qual **t'has donat d'alta** a la recepció del club

Prem a **Restablir**

T'enviaran un correu electrònic perquè puguis escollir la teva **nova contrasenya**.

**MENÚ
PRINCIPAL**



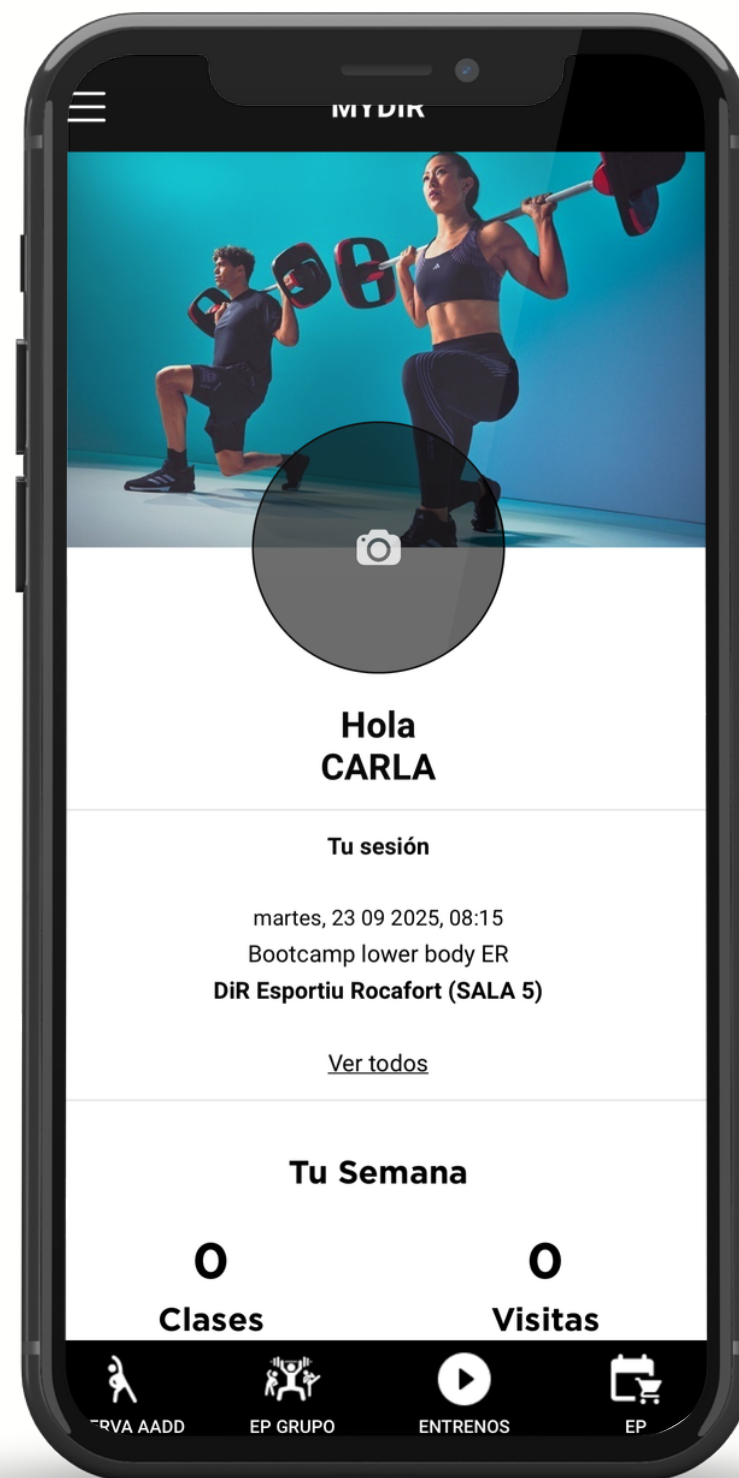
No comencis sol: deixa'ns guiar-te

**RESERVA ACTIVITATS
DIRIGIDES**

**PROGRAMES
D'ENTRENAMENT**

**SERVEI
ENTRENAMENT
PERSONAL**

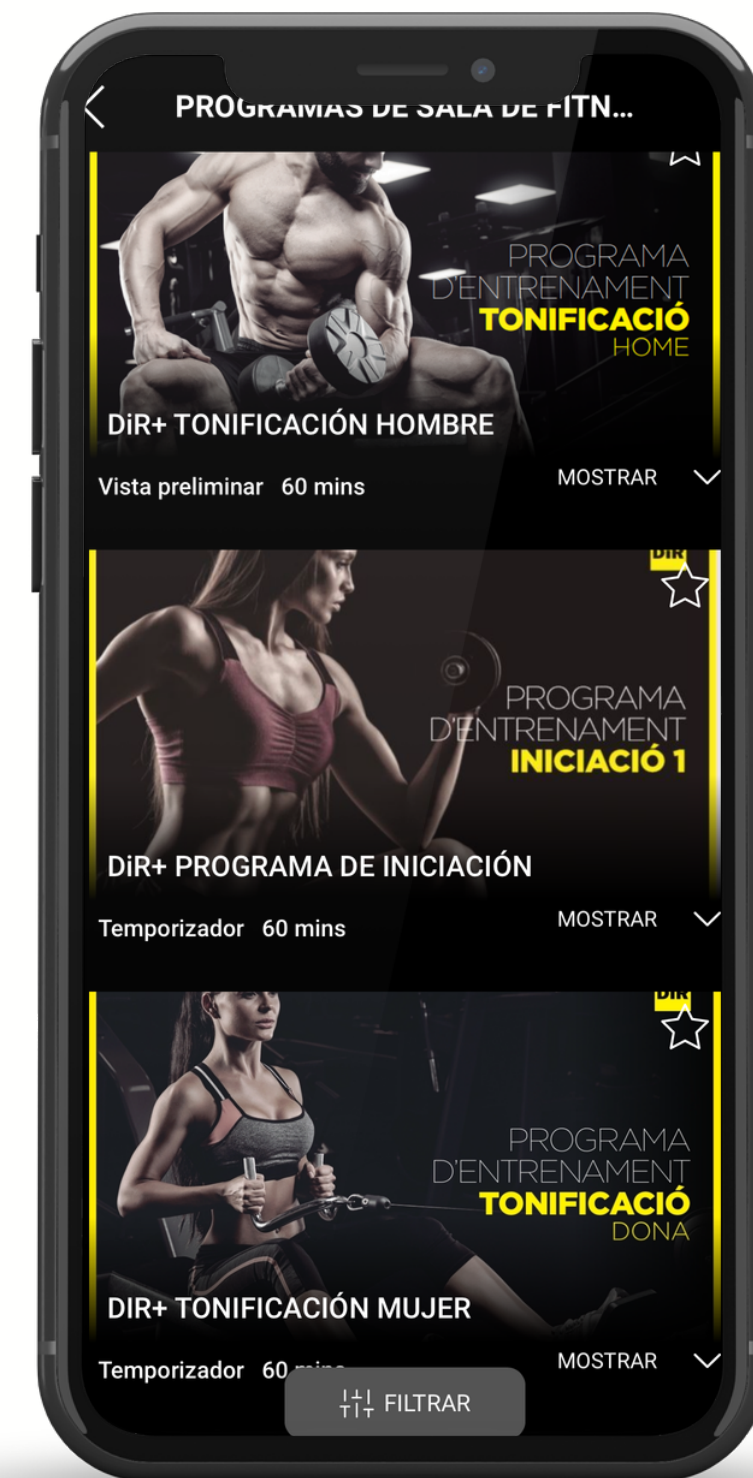
Comença amb bon peu: accedeix als teus primers entrenaments



Accedeix a **Entrenaments** 



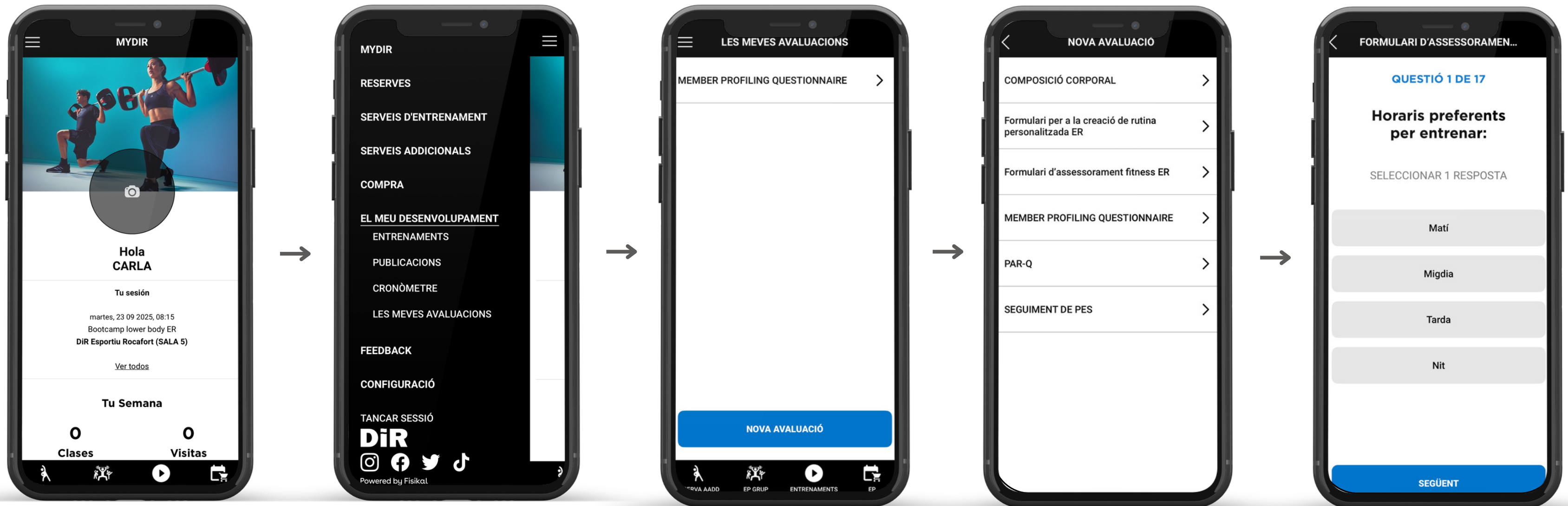
Selecciona **Tots**



Escull el programa que millor
s'adapti a tu

Comencem per tu: volem conèixer-te

EL QÜESTIONARI D'ASSESSORAMENT RECULL LA INFORMACIÓ NECESSÀRIA SOBRE ELS TEUS HÀBITS I OBJECTIUS. EL NOSTRE EQUIP EL NECESSITA PER PREPARAR UNA SESSIÓ COMPLETAMENT ADAPTADA A TU.



Accedeix al
Menú principal



Ves a **El meu desenvolupament** i entra a **Les meves avaluacions**

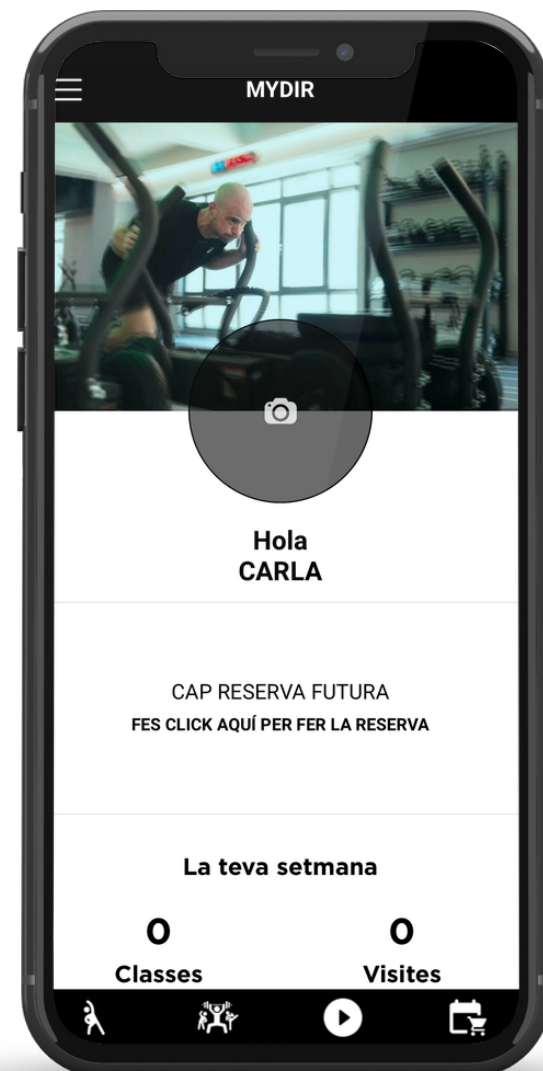
Selecciona **Nova avaluació**

Escull **Formulari d'assessorament Fitness ER**.

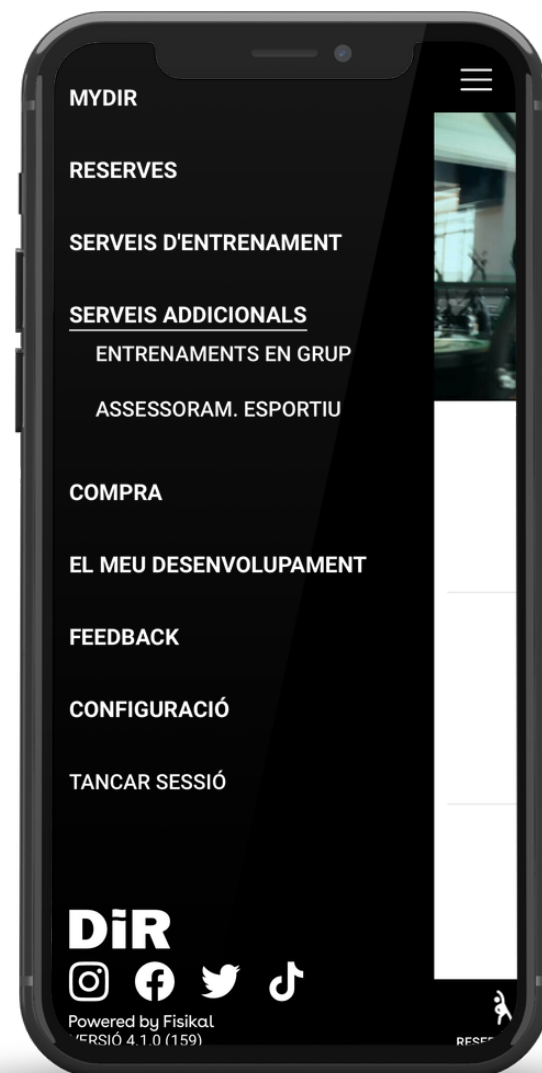
Contesta totes les preguntes i desa les respostes

Fes un pas més: programa el teu assessorament esportiu

TENS 30 MINUTS D'ASSESSORAMENT PERSONAL QUE POTS RESERVAR DURANT ELS 15 DIES SEGÜENTS A LA TEVA ALTA AL CLUB, I SEGUINT AQUESTS PASSOS PODRÀS FER-HO DE MANERA FÀCIL I RÀPIDA



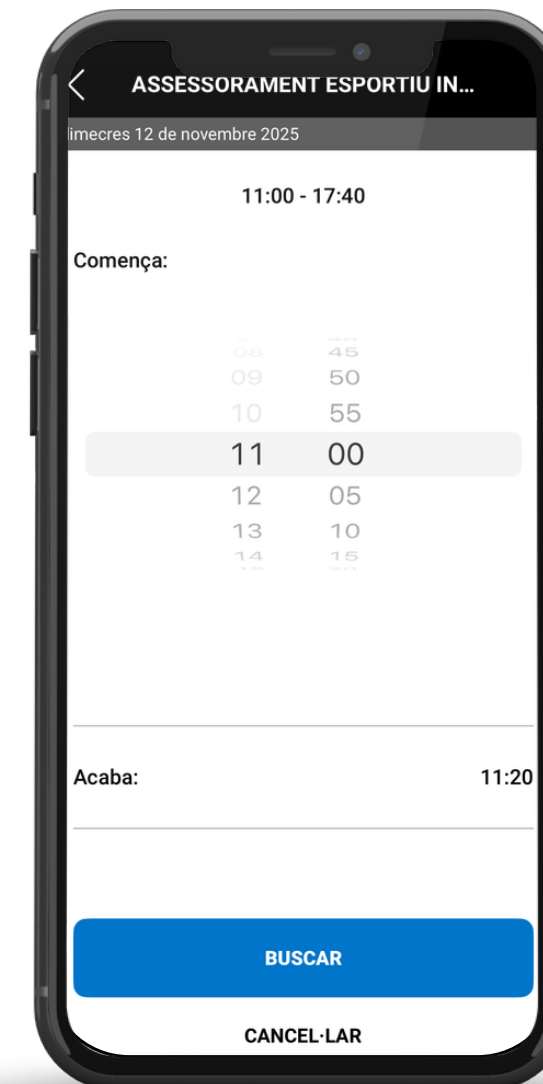
Accedeix al
Menú principal



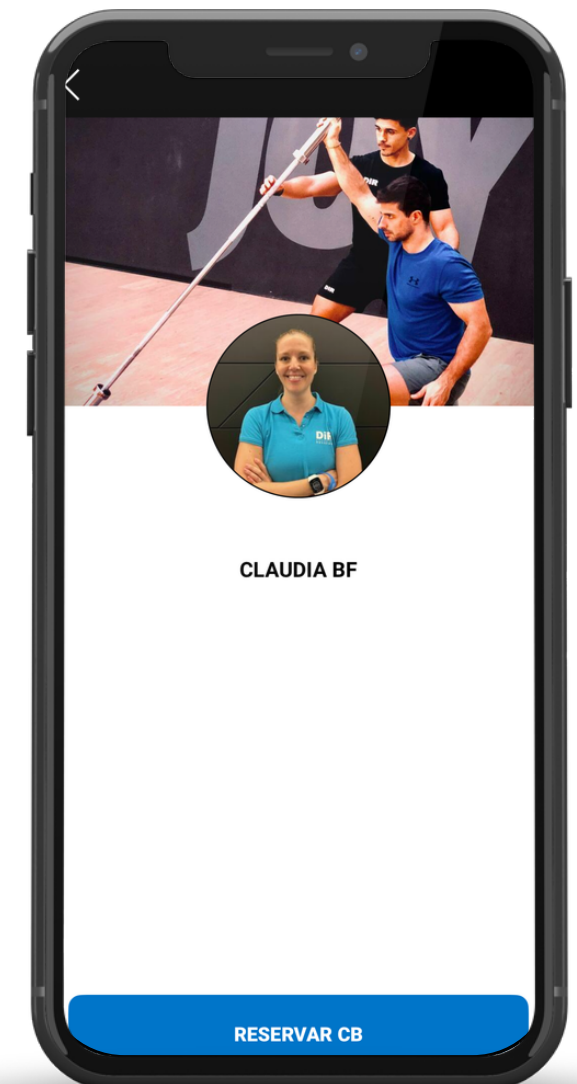
Selecciona **Serveis
addicionals** i entra a
Assessorament esportiu.



Prem **Reservar**



Tria el **dia i l'hora** que et
vagin millor i prem **Buscar**



Et mostrarà el tècnic/a
disponible en aquell horari.
toca de nou **Reservar** per
confirmar la teva cita

**Reserva, organitza i entrena al teu ritme.
Perquè aquí comença el camí cap a tu, en versió il·limitada.**

DïR
E S P O R T I U
R O C A F O R T