

Valgo - Blog

<https://www.valgo.es/>

Centros Boutique: Manhattan cuna del modelo

La Consultoría Deportiva Valgo ha emprendido un proyecto por el cual se realiza un informe de los Centros Boutique en España. Este tipo de centros está en auge tras su reciente entrada desde Nueva York, presentan un nuevo modelo de negocio, innovador, por el que se mantienen un alto grado de motivación por la cercanía con sus clientes y la consecución de objetivos planteados.

Los centros Boutique se caracterizan por:

- El desarrollo de la actividad se desenvuelve en grupos reducidos, generando así mayor motivación de los participantes y un trabajo más cercano de los instructores.
- Cuentan con unos espacios de actividad desde unos 150 a 500 m2 preparados para el desarrollo de esta actividad, el resto de espacios no principales, auxiliares, gozan de la superficie necesaria siendo los vestuarios y recepción, por ejemplo
- Para poder participar en estas actividades es necesario la reserva de plaza de forma online haciendo un mayor uso de las nuevas tecnologías y asegurando la asistencia del grupo pequeño en el que se desarrolla la actividad.
- Estos centros se centran en una o dos actividades adquiriendo así un mayor nivel de especialización logrando los objetivos propuestos.

A continuación presentamos algunos de los centros Boutique más populares de Manhattan (Nueva York):

- **ESTUDIO AKT/NYC**

Estudio que cuenta una especialidad como ningún otro, la motivación y energía de los instructores certificados y bailarines profesionales, hacen de un entrenamiento de 60 a 75 minutos con elementos del fitness una clase con mucha energía por medio de la danza. No solo se trata de danza, encontraras en la misma clase un entrenamiento de fuerza, yoga y tonificación.

- **SWERVE FITNESS**

Una clase de 45 min con un buen ritmo, tres equipos compitiendo a tener el mejor resultado de la clase hará que siempre te sientas motivado en trabajar más duro, para ganar. Definitivamente es un estudio diferente, con un entrenamiento HIIT que incluye sprints, colinas y ejercicios para la parte superior del cuerpo, hacen un entrenamiento completo. La tecnología es una característica de Swerve, el salón cuenta con pantallas para mostrar el progreso del equipo y cada bicicleta cuenta con su métrica individual.

- **AQUA STUDIO**

Único y original estudio boutique de cycling en el agua, una muestra de innovación en la industria fitness. El Aquacycling cuida tu salud, estructura ósea, articulaciones, músculos, quemando más de 800kcal, quema eficazmente la celulitis, mejora la resistencia cardiovascular y muchos beneficio más.

- **BROOKLYN BODYBURN**

60 min intensos donde promueve la fatiga muscular sin estresar las articulaciones, trabajarás la fuerza, resistencia, equilibrio y flexibilidad. El método Lagree Fitness con la técnica M3S MegaFormer, inicia con los principios de pilates de bajo impacto, tonificación muscular, cardio y termina sienta un ejercicio de completa alta intensidad.

- **SYNC**

Un estudio que ofrece clases de cycling al ritmo de la música con un sonido heavy. Sync cuenta con otros servicios como yoga, circuitos de fuerza y entrenamiento personal. Se caracteriza por crear estudios con un ambiente abierto y motivador, por una comunidad positiva y activa.

Link to Original article: <https://www.valgo.es//w/valgo/34180/blog?elem=175267>