

# Wstęp

---

Na podstawie rozmów z klientami **widzimy, że wybór kierunku biznesu jest nie lada wyzwaniem.**

Wspólnie przeszliśmy tą drogę wielokrotnie, tworząc rentowne i przemyślane miejsca treningu.

Widzimy, że przeniesienie pomysłu na konkretny projekt, ustalenie powierzchni oraz określenie dokładnego układu funkcjonalnego stanowi największe wyzwanie.

Chcąc wesprzeć naszych klientów i ułatwić im proces decyzyjny, przygotowaliśmy ten o to poradnik. Jest to efekt naszych doświadczeń budowanych na bazie zrealizowanych projektów.

**Jego celem jest pokazanie konkretnych modeli przestrzeni treningowych, które sprawdzają się na rynku i funkcjonują jako dobrze prosperujące biznesy.**

Całość uzupełniona została wizualizacjami na bazie zrealizowanych projektów.



# Studio Treningowe 50 m<sup>2</sup>

---

Studio treningowe nastawione na treningi 1 na 1 lub 1 na 2.

W lokalu pracuje 2-3 trenerów, fizjoterapeutów.

Wartość netto projektu:

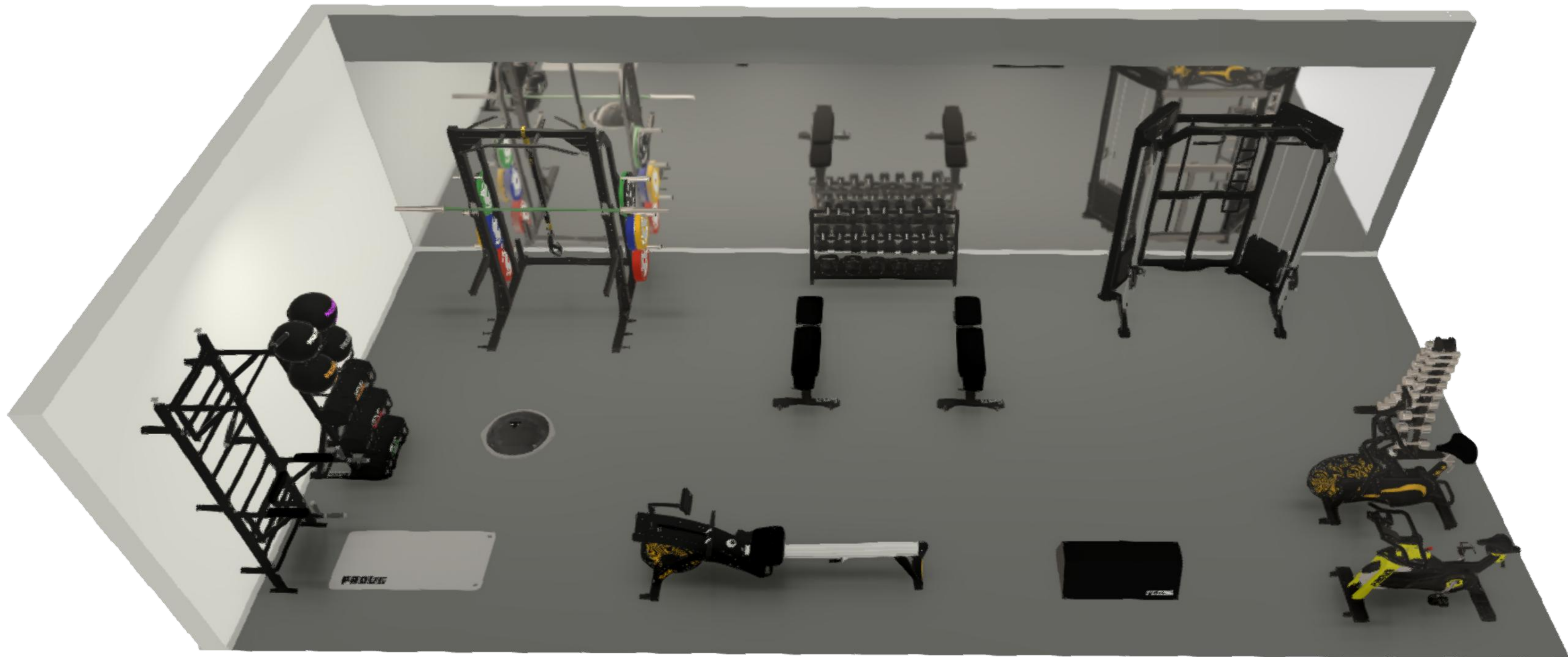
Sprzęt od 55 000 do 80 000 PLN

Podłoga od 5 200 do 10 500 PLN



# Studio Treningowe 50 m2

---



# Studio Treningowe 50 m<sup>2</sup>

---

Studio treningowe nastawione na treningi funkcjonalne, medyczne oraz pracę fizjoterapeutów z klientami po urazach.

W lokalu pracuje 3-4 trenerów, fizjoterapeutów

Wartość netto projektu:

Sprzęt od 70 000 do 100 000 PLN

Podłoga od 5 200 do 10 500 PLN



# Studio Treningowe 50 m2

---



# Studio Treningowe 100 m<sup>2</sup>

---

Studio treningowe nastawione na treningi 1 na 1.

W lokalu pracuje 4-5 trenerów,  
fizjoterapeutów.

Wartość netto projektu:

Sprzęt od 130 000 do 180 000 PLN

Podłoga od 10 400 do 21 000 PLN



# Studio Treningowe 100 m2

---



# Studio Treningowe 100 m<sup>2</sup>

---

Studio treningowe do treningu funkcjonalnego i medycznego oraz przygotowania motorycznego.

W lokalu pracuje 4-5 trenerów, fizjoterapeutów.

Wartość netto projektu:

Sprzęt od 145 000 do 200 000 PLN

Podłoga od 10 400 do 21 000 PLN





# Studio Treningowe 100 m2

---



# Studio Treningowe 100 m2

---

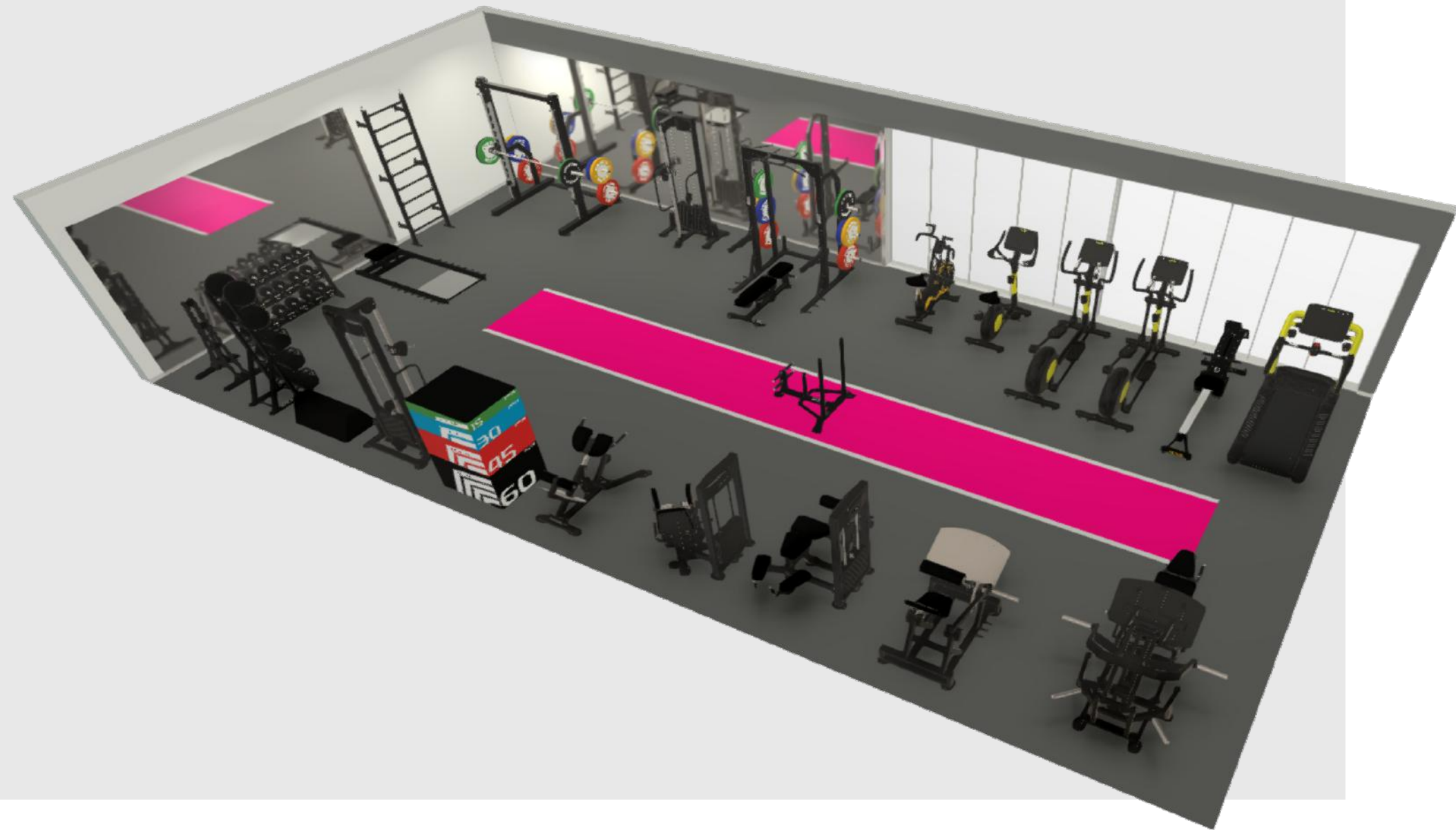
Studio treningowe dla kobiet specjalizujące się w treningu POŚLADKÓW. Przeznaczone do treningów personalnych, zajęć grupowych oraz karnetów indywidualnych.

W lokalu pracuje 5-6 trenerów, fizjoterapeutów.

Wartość netto projektu:

Sprzęt od 150 000 do 190 000 PLN

Podłoga od 10 400 do 21 000 PLN



# Studio Treningowe 100 m2

---



# Studio Treningowe 150 m2

---

Studio treningowe skupione na małych grupach treningowych 8-12 osób (trening obwodowy) oraz na treningach 1 na 1.

W lokalu pracuje 5-6 trenerów, fizjoterapeutów.

Wartość netto projektu:

Sprzęt od 180 000 do 240 000 PLN

Podłoga od 15 500 do 31 500 PLN



# Studio Treningowe 150 m2

---



# Studio Treningowe 150 m<sup>2</sup>

---

Studio treningowe o profilu sportowym. Skupione na przygotowaniu motorycznym amatorów oraz sportowców, treningu siłowym, treningu funkcjonalnym oraz pracy w małych grupach 4-8 osób pod kątem przygotowania motorycznego.

W lokalu pracuje 6-8 trenerów, fizjoterapeutów.

Wartość netto projektu:

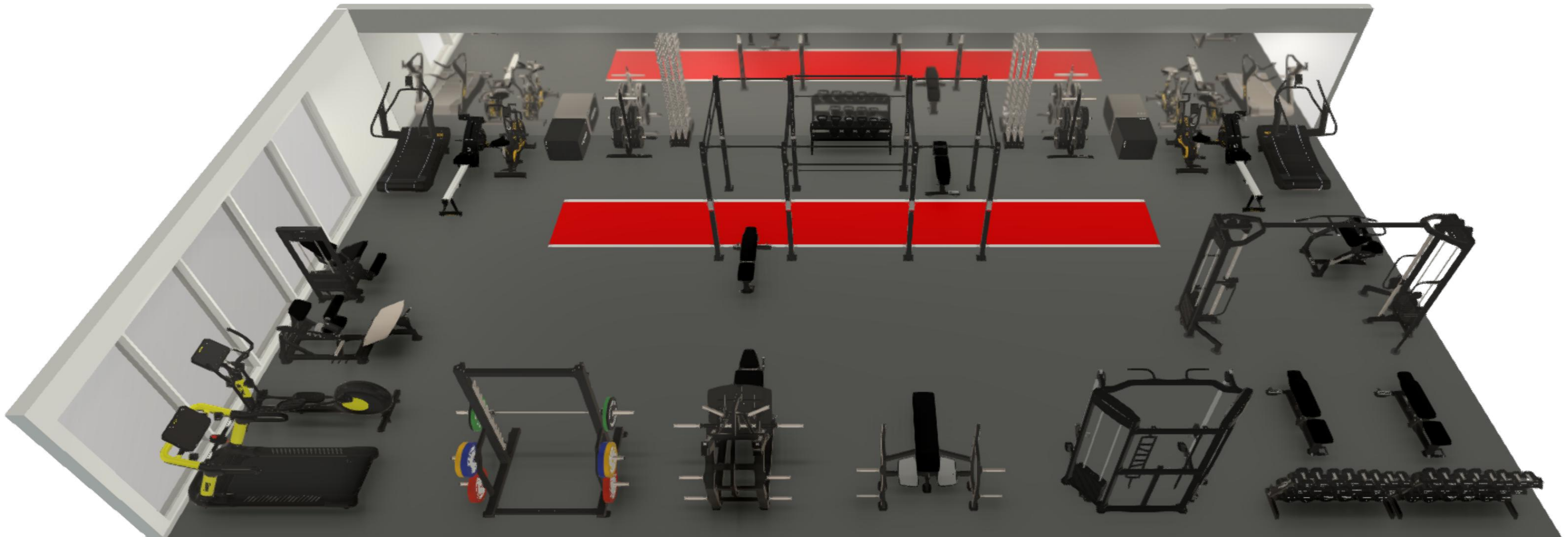
Sprzęt od 190 000 do 280 000 PLN

Podłoga od 15 500 do 31 500 PLN



# Studio Treningowe 150 m2

---



# Studio Treningowe 150 m2

---

Studio treningowe przeznaczone wyłącznie dla kobiet. Ukierunkowane na modelowanie kobiecej sylwetki, trening siłowy, funkcjonalny, trening z kobietami w ciąży i po ciąży.

W lokalu pracuje 6-8 trenerów, fizjoterapeutów.

Wartość netto projektu:

Sprzęt od 170 000 do 230 000 PLN

Podłoga od 15 500 do 31 500 PLN





# Studio Treningowe 150 m2

---



# Studio Treningowe 200 m<sup>2</sup>

---

Studio przygotowania motorycznego z wydzielonymi dwiema strefami do treningu grupowego oraz treningu indywidualnego.

W lokalu pracuje 8-10 trenerów, fizjoterapeutów.

Wartość netto projektu:

Sprzęt od 250 000 do 330 000 PLN

Podłoga od 21 000 do 41 000 PLN



# Studio Treningowe 200 m2

---



# Studio Treningowe 200 m<sup>2</sup>

---

Studio treningowe przeznaczone do prowadzenia treningów indywidualnych oraz zajęć grupowych typu HIIT, treningu obwodowego, treningu cross dla 12-16 uczestników.

W lokalu pracuje 5-6 trenerów, fizjoterapeutów.

Wartość netto projektu:

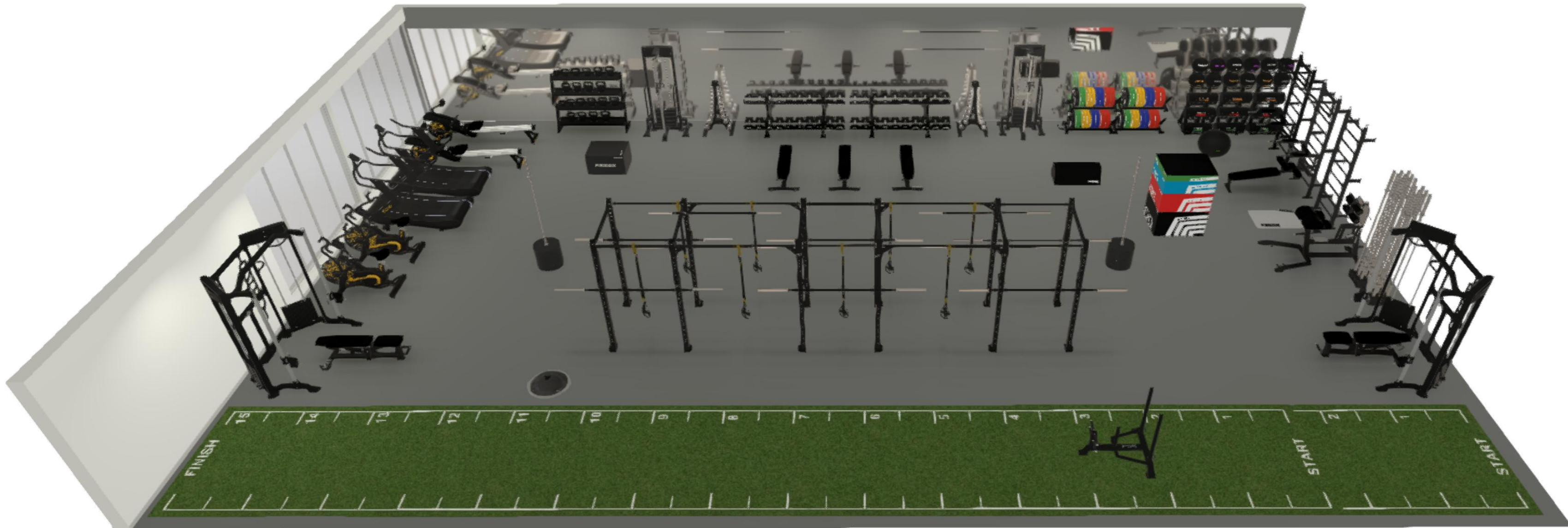
Sprzęt od 240 000 do 310 000 PLN

Podłoga od 21 000 do 41 000 PLN



# Studio Treningowe 200 m2

---



# PROUD CUSTOM

---

## Produkty szyte na miarę Twoich potrzeb.

Kwestia dostosowania sprzętu do unikalnych preferencji i specyfikacji jest często istotnym elementem projektów naszych klientów. Wychodząc im naprzeciw oferujemy możliwość:

- Dobrania koloru tapicerki, obszyc i ram ławek treningowych.
- Dostosowania koloru ram w maszynach treningowych i stojakach na obciążenia.
- Wyboru rozmiaru, malowania detali i koloru trawy treningowej.
- Dostosowania konstrukcji stalowych i maszyn do indywidualnych potrzeb



# Kolor ramy

Produkty z serii Champion (maszyny, ławki i stojaki) mogą być kolorystycznie dostosowane do koncepcji klienta, w całości lub w wybranych elementach.

Wszystkie ramy malowane są proszkowo, dzięki czemu powierzchnia konstrukcji jest gładka, jednolita i matowa.



# Kolor tapicerki i obszyc

Tapicerki zostały wykonane ze specjalnie dobranej skóry, która jest odporna na pot, wilgoć i środki chemiczne. Tapicerka dostępna jest w 8 odcieniach kolorystycznych.

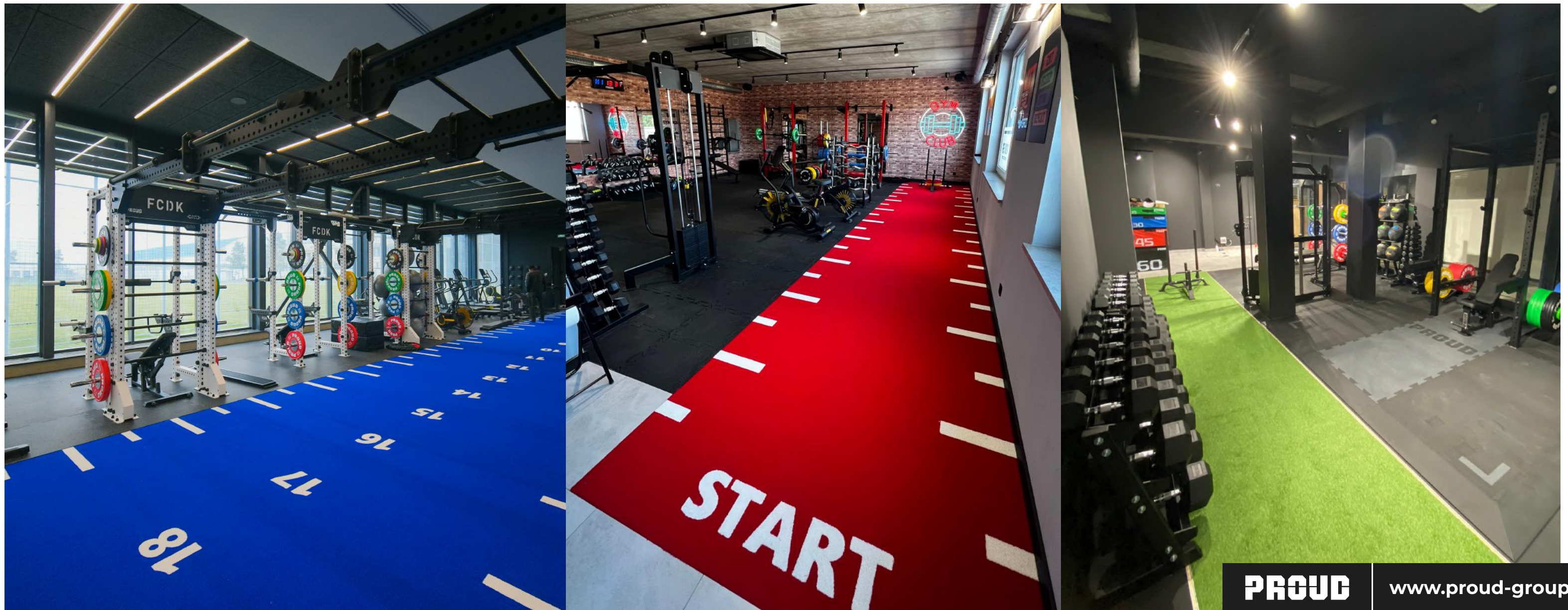
Możliwość wyboru koloru tapicerki spośród szerokiej palety wykończeń nada niepowtarzalny akcent studiu treningowemu.

Ciekawą opcją jest również zastosowanie podstawowego koloru tapicerki i obszycie jej nicią w wybranym kolorze.



# Trawy treningowe custom

Kto powiedział, że trawa musi być zielona? Nasi klienci chcąc wyróżnić swoją strefę funkcjonalną mają możliwość personalizacji trawy poprzez wybór odpowiedniego wariantu kolorystycznego, rodzaju oznaczenia i umieszczenia własnego logo.





# Kompleksowa instalacja

Decyzja o założeniu studia treningowego to dopiero początek drogi pełnej wyzwań. Wielu inwestorów nie zdaje sobie sprawy z licznych przeszkód i problemów, które mogą pojawić się podczas realizacji tej części projektu.

W tym miejscu skupimy się na wyjaśnieniu, dlaczego usługa kompleksowej instalacji sprzętu jest bardzo istotna i jak może pomóc uniknąć licznych problemów i kosztów, nie wspominając o oszczędności czasu.



# Kompleksowa instalacja

---

Instalacja sprzętu związana jest z wieloma wyzwaniami.

**Wiercenie w ścianach czy w posadzkach** wymaga technicznej wiedzy o strukturze budynku. Przed rozpoczęciem prac konieczne warto sprawdzić, czy w budynku jest ogrzewanie podłogowe, które ściany zostały wykonane z karton-gipsu a które są ścianami konstrukcyjnymi lub w którym miejscu położone są instalacje elektryczne i wentylacyjne.

Klienci często zapominają o temacie jakim jest transport i instalacja sprzętu.

**Nasza usługa obejmuje wszystko - od rozładunku, przez wniesienie, po montaż, pozwalając uniknąć problemów związanych z koordynacją wielu zespołów wykonawców i różnymi harmonogramami ich pracy.**

Przygotowując się do instalacji identyfikujemy potencjalne problemy i dostosowujemy do nich rozwiązania.

W przypadku stwierdzenia nieoczekiwanych przeszkód w trakcie instalacji nasz zespół jest w stanie zareagować na bieżąco i wspólnie z klientem rozwiązać powstałe problemy.

Podsumowując, wybór usługi instalacji sprzętu to nie tylko wygoda, ale przede wszystkim **bezpieczeństwo i pewność oddania inwestycji w terminie.**



# Kompleksowa instalacja

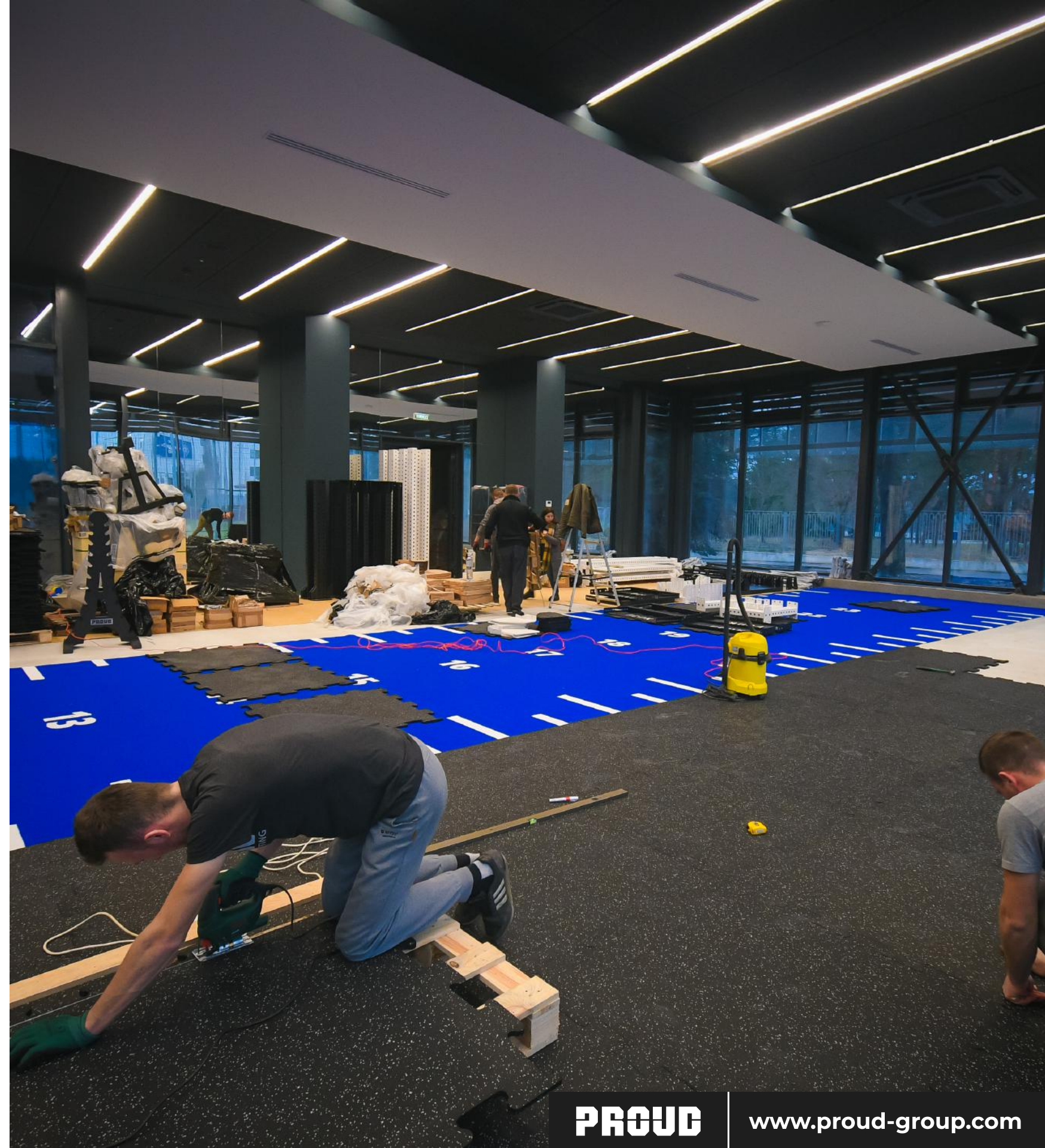
**KROK 1 - WNIESIENIE I ROZPAKOWANIE** - sprzęt dostarczamy na miejsce transportem dedykowanym; wnosimy do lokalu, a następnie odpakowujemy z folii i kartonów. W zależności od projektu może to być od 6 do nawet 20 ton, wliczając maszyny wielkogabarytowe.

**KROK 2 - MONTAŻ, INSTALACJA** - pracę zaczynamy od układania, docinania i klejenia podłogi, następnie za pomocą specjalnie dobranych śrub mocujemy do ścian lub podłoża stalowe konstrukcje. Dzięki temu sprzęt jest stabilny i bezpieczny podczas użytkowania. Na końcu skręcamy maszyny, sprzęt cardio i rozstawiamy w wyznaczonych miejscach, zgodnie z przygotowaną wcześniej wizualizacją. Akcesoria umieszczone na wieszakach i stojakach są dopełnieniem starannie zaplanowanej powierzchni.

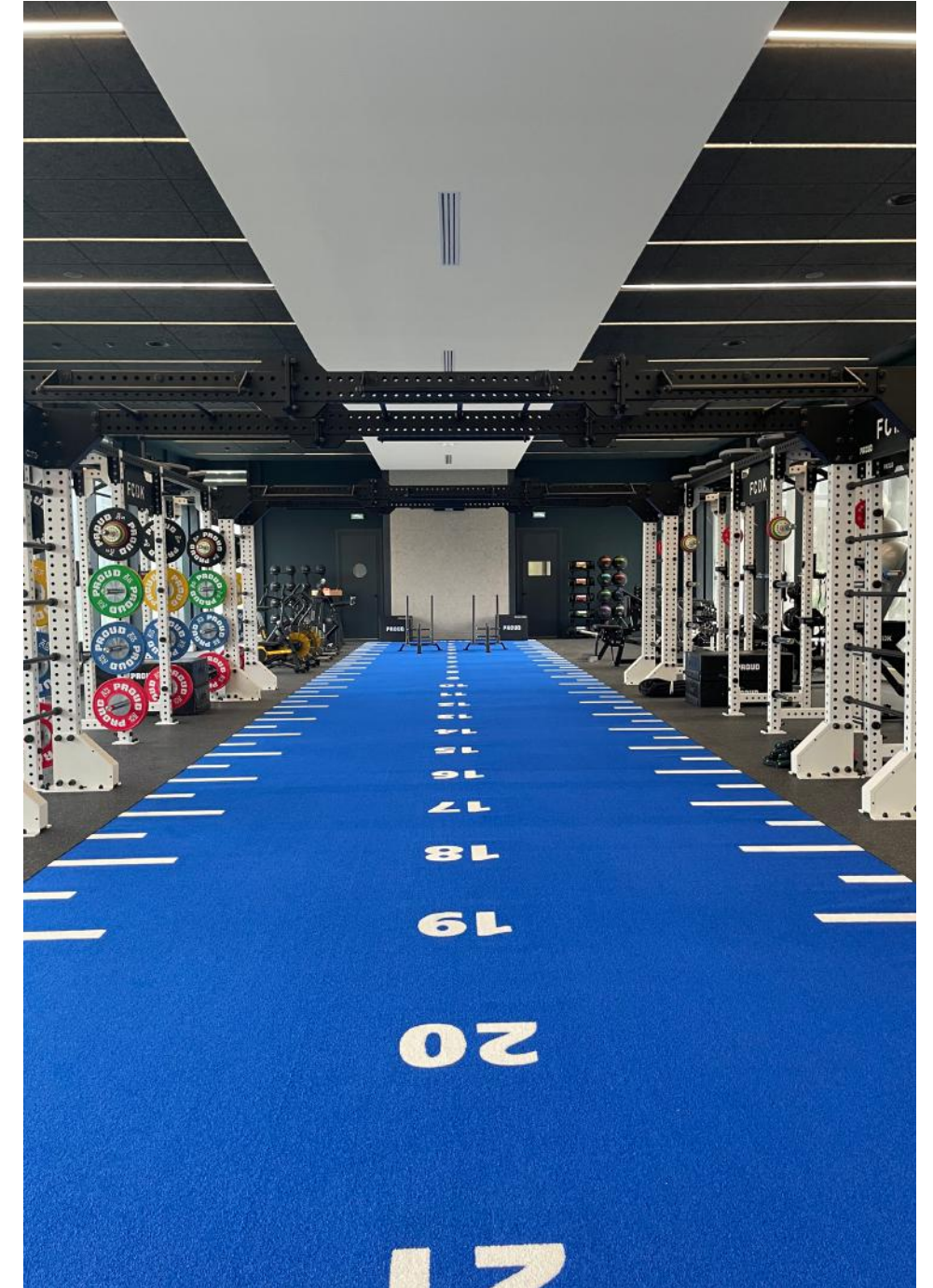
**KROK 3 - URUCHOMIENIE** - zanim oddamy sprzęt do użytku, sprawdzamy jego prawidłowe funkcjonowanie, kalibrujemy elementy ruchome tak, aby trenujący mógł od razu poprawnie i bezpiecznie rozpocząć treningi.

**KROK 4 - INSTRUKTAŻ Z UŻYTKOWANIA SPRZĘTU** - w tym kroku wspólnie z inwestorem przechodzimy po kolei przez każdą maszynę pokazując, na co powinien zwrócić uwagę podczas jej użytkowania, jakie elementy eksploatacyjne wymagają konserwacji oraz które, z elementów ruchomych powinny być cyklicznie sprawdzane, regulowane i dokręcane.

**KROK 5 - SPRZĄTANIE ORAZ WYNIESIENIE ŚMIECI** - ten krok to kropka nad "i". Mając zainstalowane i przetestowane wszystkie maszyny, przygotowujemy powierzchnię treningową do przekazania inwestorowi.



# Kompleksowa instalacja



**Skontaktuj się z nami!**  
**Jeżeli potrzebujesz wsparcia przy stworzeniu studia treningowego.**

---



**Sebastian Biedź**  
**Business Customer Care**

s.biedz@proud-group.com  
+48 530 902 399