



Consultoria Online Individual





- Sobre mim.**
- Sobre a Consultoria Online.**
- Etapas do processo.**
- Diferenciais.**
- Feedbacks de alunos.**
- Resultados.**
- Investimento.**





Sobre mim:

Eu sou Flávio Jane, um profissional de Educação Física com vasta experiência na área de avaliação física e prescrição de treinos personalizados, são mais de 2000 avaliações feitas, treinos prescritos e diversos resultados incríveis.

Com uma abordagem científica e focada nas necessidades individuais dos alunos, eu tenho ajudado inúmeras pessoas a alcançar seus objetivos de forma eficiente e segura.

Meu compromisso com a saúde e o bem-estar dos alunos é refletido na qualidade e precisão das minhas avaliações físicas.

Sobre a consultoria:

Minha consultoria online oferece um acompanhamento completo e personalizado para quem deseja atingir seus objetivos físicos, independente do nível de condicionamento.

A consultoria se adapta à sua rotina, permitindo treinos eficientes e ajustados conforme sua evolução.

Com foco na excelência, meu objetivo é te ajudar a conquistar resultados duradouros com acompanhamento próximo e suporte constante.

Etapas do Processo:

O processo de consultoria é dividido em **seis etapas** para garantir um acompanhamento completo.

- 1. Preenchimento de questionário de avaliação:** levantamento do seu histórico, preferências e objetivos + teste de flexibilidade, teste de vo2 na esteira por orientação minha de como vai fazer para me entregar o resultado;
- 2. Análise detalhada da sua condição física e necessidades;**
- 3. Entrega do plano de treino:** totalmente personalizado e com explicações sobre cada exercício no aplicativo MFIT Personal;
- 4. Suporte via Whatsapp:** dúvidas sobre exercícios, execução e rotina respondidas de forma rápida e enviar vídeos da execução dos exercícios para avaliar se está fazendo correto.

Diferenciais:



- **Flexibilidade total:** treine a qualquer momento com suporte remoto;
- Acompanhamento próximo, garantindo que cada aluno tenha orientações diretas;
- Personalização completa do plano para o seu objetivo (emagrecimento, hipertrofia, etc.);
- Suporte contínuo via mensagens e ajustes sempre que necessário.



FEEDBACKS



Agora aí é verdade vc sabe motivar, a gente qnd sai da avaliação, sai acreditando que vai dar certo com a gente tbm, acho que eu já te falei que eu acredita que dava certo com os outros mas que comigo não, vc me ajudou muito nesse ponto



Vc e um gênio, muito inteligente e muito preparado , sucesso sempre



bom dia 09:06

gostei mt do treino 09:06

boa noite meu irmão Flavinho 18:43

os treinos tem me ajudado bastante na evolução do meu joelho 🙌🙌🙌 já consigo fazer certos movimentos que antes não conseguia 18:43

glória a Deus 🙏 18:43

e a você também kkkk 18:44



bom diaaa 07:24

fui ontem p Átila 07:24

Dia de planejamento com minha querida, @jessicarayfe! 😊📊

De 70,3kg e 31% Para 61,7kg e 16,4% Perdendo -11,67kg de gordura! 🔥 Ganhando +3,07kg de massa magra! 💪 -7cm de abdômen!

Obg pela confiança e vamos seguindo em longevidade, saúde e performance! 07:24

só elogios a seu treino 07:24

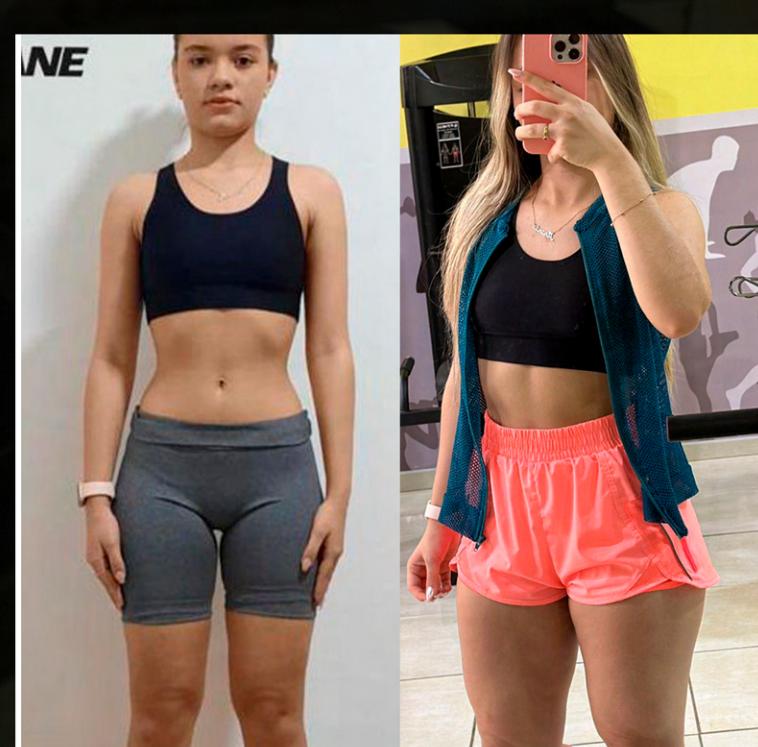
Tá tudo certo com o treino 11:33

Top viu, com um treino desse não tem como errar 11:33

Parabéns Flavinho adorei a avaliação, adorei o treino, agora sim vai dar certo com a sua orientação que é um excelente profissional, o preço também excelente e acessível,

O que aconselho a meus colegas de treino é que procure um profissional de auto conhecimento e de preferência que seja Flávio Jane pois tenho tido resultados sem nunca ter tido nenhuma lesão #nelepossoconfiar#.

RESULTADOS



Investimento:

- Avaliação física personalizada (virtual) para conhecer seu perfil e metas;
- Criação de um plano de treino de 3 meses exclusivo para seu objetivo;
- Acompanhamento contínuo pelo aplicativo MFIT e Whatsapp;
- Monitoramento de progresso com check-ins periódicos;
- Suporte completo, tirando dúvidas e orientando sobre treinos, rotina e hábitos.

O valor da Consultoria Online Individual é de R\$ 170,00.

Formas de pagamento:

- PIX.
- Dinheiro.
- Cartão de Crédito.

Para mais informações:

(83) 99986-3343
@studioflaviojanne
Será um prazer lhe atender!