



Centro de Entrenamiento Para Triatletas y Corredores





¿Qué es Trittech?

TRITECH se fundó en el 2016 como el primer Centro de entrenamiento en Colombia, diseñado para **TRIATLETAS, CORREDORES, CICLISTAS Y NADADORES** que buscan un lugar para realizar sus entrenamientos programados de manera **CUANTIFICADA, OBJETIVA, SEGURA, y 100% PERSONALIZADO**, con seguimiento a través de la plataforma **TRAININGPEAKS**.

6 Ventajas de **TRITECH** respecto a otros centros de entrenamiento

1.



Máquina trotadora de alta velocidad.

2.



Máquina trotadora curva.

3.



Máquina trotadora en ausencia de carga.

4.



2 Trotadoras subacuáticas.

5.



Simuladores de ciclismo.

6.



Piscina de nado contracorriente con ritmo regulable de 1:14 a 2:30 min / 100m
con espejo subacuático para corregir la técnica.

Nuestros Coach



Francesco Pérez COACH

Marcas Personales



42k

2h:57:20



70.3k

4h:26:37



140.6k

10h:06:27



Estudios & Experiencia

- Ph. D Ingeniería Biomédica.
- Biomecánico Deportivo Bikefitter- Running Analysis.
- Conferencista en Biomecánica Deportiva y Clínica.
- Entrenador Triatlón certificado **Ironman University**.
- 8 años de experiencia como entrenador.
- 20 Años de experiencia como Atleta.
- 25 + maratones / 6 Full Ironman / 20 + 70.3.



Clasificaciones

- 🏆 Ironman World Cup Nice 70.3 2019.
- 🏆 Ironman World Cup Utah 70.3 2021.
- 🏆 Ironman World Championship Utah 140.6 2022.
- 🏆 Ironman World Cup Nueva Zelanda 70.3 2024.
- 🏆 Campeón Cat. Rastaman San Andrés 2023.

- 🏆 Maratón Boston 2019.
- 🏆 Maratón Boston 2021.
- 🏆 2do Puesto Cat. Maratón Dubai 2019.
- 🏆 The Championship Challenge 70.3 Slovakia 2021.
- 🏆 Campeón Trail Cat. parejas "Cruce de los Andes" 2019.

Paola Fierro COACH

Marcas Personales



42k

2h:55:52



70.3k

5h:01:12



**Full
Ironman**

11h:40:39



**Trail
100km**

13h:47:00



**Trail
160km**

27h:22:02



Experiencia

- Conferencista en Coaching Deportivo y Motivacional.
- 7 años de experiencia como entrenadora.
- 20 Años de experiencia como Atleta.
- 25 + maratones / 3 Full Ironman / 6 x 70.3.



Clasificaciones

- 🏆 1ra Latina Ultra Trail UTMB 170km 2019
- 🏆 Maratón Boston 2014-2015-2016-2019
- 🏆 Ironman World Cup Nice 70.3 2019
- 🏆 Ironman World Cup Utah 70.3 2021
- 🏆 Ironman World Cup Kona 2023
- 🏆 Ironman World Cup Nueva Zelanda 70.3 2024
- 🏆 Campeona Cat. Rastaman San Andrés 2023
- 🏆 Campeona Trail Cat Cruce de los Andes 2019 y 2023
- 🏆 Campeona Utra Trail México UTMX 2019.
- 🏆 Campeona Cat. Master Maratón Medellín 2015.
- 🏆 Campeona Maratón Miami Cat. Abierta Master 2019.
- 🏆 Campeona Maratón Viña del Mar 2019.
- 🏆 Campeona Chicamocha Trail 100km 2016 y 2018 - 160km 2017 y 2019.
- 🏆 Subcampeona Trail Run Rabbit Run 160 km.
- 🏆 3er puesto Cat. absoluta femenina Maratón Lima 2018.

Nuestros Fisioterapeutas





ANGIE BÁEZ

Más de 20 años de experiencia en el deporte de alto rendimiento como miembro del equipo multidisciplinario de Colombia en Juegos Olímpicos, Panamericanos, Bolivarianos, centroamericanos y suramericanos.

JULIÁN FORERO

Fisioterapeuta egresado de la Universidad de la Sabana.

- Especialista en terapia manual Ortopédica.
- Docente universitario en Mindeporte.



ARCY PINEDA

24 años de experiencia en Deporte Formativo y de Rendimiento. Elaboración e implementación de proyectos del deporte olímpico y paralímpico. Miembro del equipo interdisciplinario en Juegos Nacionales, Suramericanos y Panamericanos.



Planes de
Entrenamiento



PRESENCIAL SEDE TRITECH		VIRTUAL EN COLOMBIA		VIRTUAL FUERA DE COLOMBIA (USD)	
1 MES	\$660.000	1 MES	\$528.000	1 MES	140 U\$
TRIMESTRE	\$1.890.000 <i>mes a \$630.000</i>	TRIMESTRE	\$1.512.000 <i>mes a \$504.000</i>	TRIMESTRE	390 U\$ <i>mes a 130 U\$</i>
SEMESTRE	\$3.480.000 <i>mes a \$580.000</i>	SEMESTRE	\$2.784.000 <i>mes a \$464.000</i>	SEMESTRE	720 U\$ <i>mes a 120U\$</i>
AÑO	\$5.880.000 <i>mes a \$490.000</i>	AÑO	\$4.704.000 <i>mes a \$392.000</i>	AÑO	1200 U\$ <i>mes a 100 U\$</i>
Entrenamiento personalizado, Monitoreado por TRAININGPEAKS , según las metas del deportista en Running, Triatlón y Trail. 🏊🚴🏃		✓		✓	
Comunicación por Llamada o WhatsApp 📞 con el coach de Lunes a Sábado 8:00 am - 6:00 pm hora de Colombia.		✓		✓	
1 sesión semanal personalizada de fortalecimiento en la sede de Trittech.		✓		✗	
Acceso a la sede de TRITECH y uso de las máquinas trotadoras, simuladores de ciclismo, Jacuzzi, Piscina de Agua Fría y Vestieres.		✓		✗	
1 Sesión de Natación Libre Semanal 🏊		✓		✗	
1 Evaluación pretemporada de fuerza-movilidad y coordinación, hecha por fisioterapeuta especialista en deporte. 🧘		✓		✗	

Piscinas de Nado Contra Corriente



SIMULA SENSACIÓN
DE AGUAS ABIERTAS



AUMENTO DE
RESISTENCIA



OPCIÓN DE BANDA
SUB-ACUÁTICA



TERAPIA ACUÁTICA Y/O
TÉCNICAS DE ENTRENO
DE BAJO IMPACTO



AMBIENTE
CONTROLADO



RITMO REGULABLE DE
1:20 A 2:30 MIN / 100M.

VENTAJAS PARA NADADORES DE AGUAS ABIERTAS: RESPECTO A
UNA PISCINA CONVENCIONAL

ENTRENA LARGAS
DISTANCIAS
SIN INTERRUPCIÓN



NO
TOCA PISO



NO
TOCA FONDO



NO
TOCA PAREDES



NO
HAY GIROS



TRITCCH



SESIONES

CLASES PERSONALIZADAS CON ENTRENADOR

SESIONES LIBRES (SIN INSTRUCTOR)

1 SESIÓN

\$ 75.000

\$ 55.000

PACK 4 SESIONES

\$ 280.000

\$ 70.000 x clase

\$ 200.000

\$ 50.000 x sesión

PACK 8 SESIONES

\$ 520.000

\$ 65.000 x clase

\$ 360.000

\$ 45.000 x sesión

PACK 12 SESIONES

\$ 720.000

\$ 60.000 x clase

\$ 480.000

\$ 40.000 x sesión

* precios válidos del 10 enero al 31 dic de 2024



🕒 Horarios Piscinas

Clases con Entrenador

Lunes a Sábado: 5:00am - 01:00pm

Sesiones libres (Sin Entrenador)

Lunes a Sábado: 5:00am - 06:00pm

🏊 Niveles

Principiantes / Medio / Avanzado

Duración por Sesión: 1 hora

Edades: 18 años en adelante

Reservas y Pagos:

1. Consignación Bancaria a:

Ortomec SAS NIT 900 327 219-5

Bancolombia C. Corriente: 0326 406 1336

Davivienda C. Corriente: 0044 6999 5122

2. Enviar comprobante por **WhatsApp** a:

+57 300 298 1905 o coachtritech@biomec.com.co

3. Contactarnos para agendar las sesiones, se enviará la invitación por google calendar de las sesiones reservadas.

Notas:

*En Trittech disponemos de vestieres y parqueadero para carros y bicicletas.

* Una vez programadas sus sesiones, puede aplazarlas con máximo 24 horas de anticipación, de lo contrario se dará por contada la sesión. Las cancelaciones o aplazamientos deben hacerse exclusivamente por whatsapp al 300 298 19 05, no por google calendar.

* El nadador debe traer sus propios indumentos: traje de baño, gorro de látex, gafas y toalla.

Servicios Adicionales

El descanso, el monitoreo y la recuperación son parte de la mejora en rendimiento, por lo tanto tenemos a disposición los siguientes servicios:



Medicina de Deporte



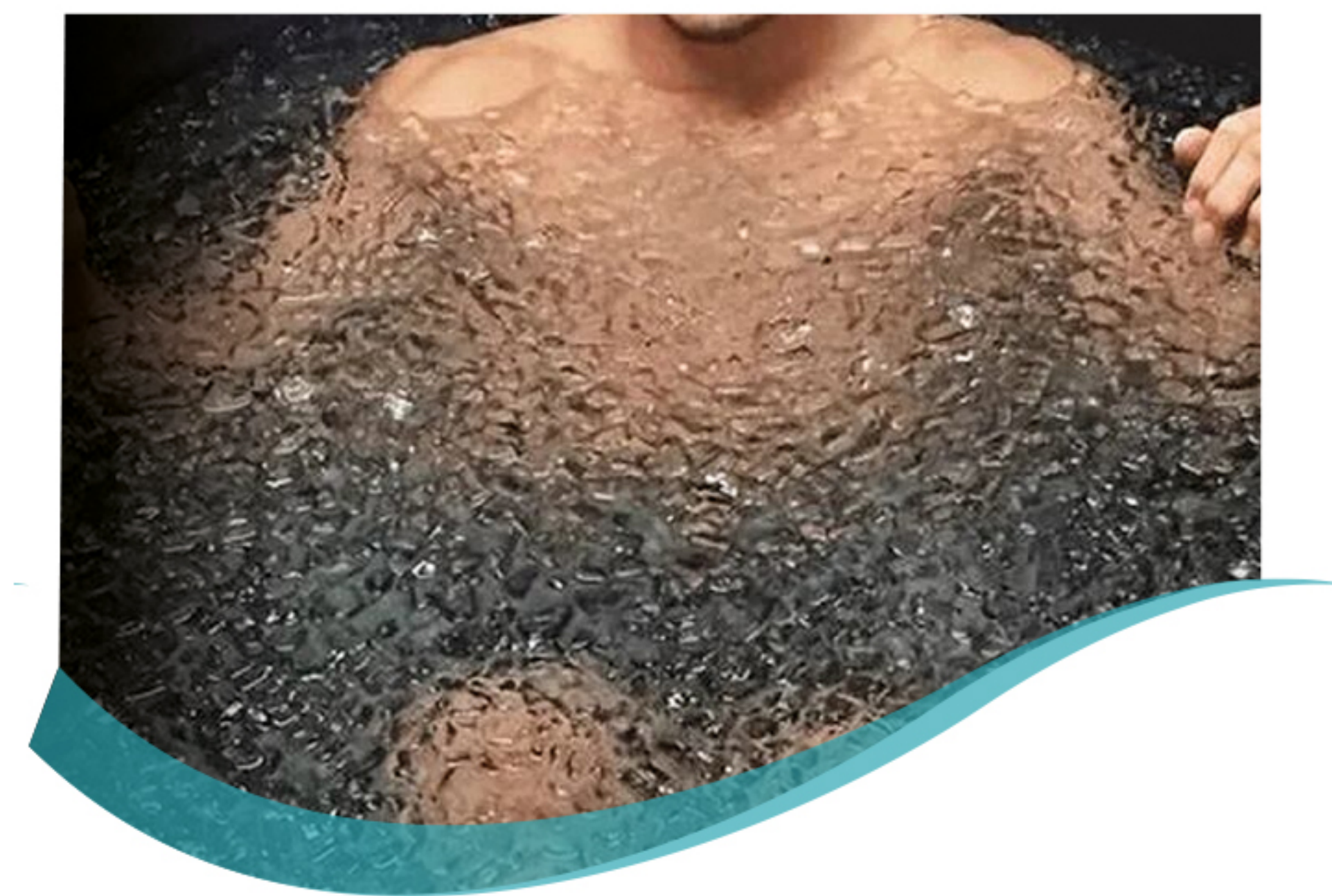
Fisioterapia y masaje deportivo



Entrenamiento funcional
personalizado



Jacuzzi



Baño agua fría

Los avances tecnológicos y la Biomecánica ayudan a mejorar el rendimiento de los atletas y a prevenir lesiones, para ello contamos con un Laboratorio de Biomecánica en 3D con los siguientes servicios:





📞 300 298 1905

📱 @tritechcolombia

🌐 www.tritech.com.co

📍 Cra. 16a # 85 - 85 Bogotá

✉️ coachtritech@biomec.com.co