



d.bus



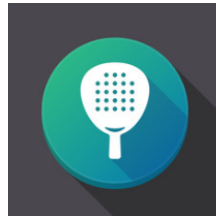
PADEL4  
SAN SEBASTIAN

# PROPUESTA DE COLABORACIÓN

# 1. ¿QUIÉNES SOMOS?

SERVICIOS PRINCIPALES  
QUE OFRECEMOS

PADEL



FITNESS

CLASES  
COLECTIVAS



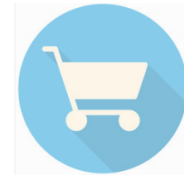
OTROS SERVICIOS

ENTRENAMIENTO  
PERSONAL



FISIOTERAPIA

TIENDA



BAR

# 1. ¿DÓNDE ESTAMOS?

## LOCALIZACIÓN

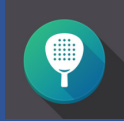
Estamos situados en Donostia, en la calle Portuetxe 55, en el polígono industrial de Igara.

Accesibilidad:

- Disponemos de **parking propio y gratuito** para que los usuarios puedan aparcar cómodamente.
- Contamos con **3 líneas de autobús** interurbano, (líneas 33, 40 y 43)
- A 1,4km se encuentra la estación de **Eusko Tren “Lugaritz”**.



# PADEL



- **4 PISTAS** de pádel de cristal indoor
- **Césped Mondo** de última generación.
- Césped oficial de **World Padel Tour**.
- **8 focos LED** por pista.





# FITNESS



Servicio de  
entrenador  
personal

Gimnasio  
totalmente  
equipado



# CLASES COLECTIVAS



TRX

YOGA

ZUMBA

GAP

STRETCH

PILATES

TONO



# FISIOTERAPIA



**Ofrecemos servicio de  
fisioterapia para todo el  
público**



# TIENDA



Tenemos a la venta  
varios artículos de  
pádel para todo el  
público





# BAR



## Zona de estar:

Bar, TV y wifi; con  
visibilidad a las  
pistas.



# PROPUESTA DE COLABORACIÓN

La propuesta que os hacemos desde Pádel4 San Sebastián, engloba todos los servicios que ofrecemos a nuestros clientes, además de ofrecerles algún servicio adicional.

Estos servicios para los trabajadores de DBUS tendrán un precio especial siempre y cuando los miembros de las actividades grupales tanto de pádel como de fitness, sean en su totalidad de dicho colectivo.

En el momento de realizar cualquier consulta o reserva, tendrá que identificarse como “Miembro DBUS”; en el caso de tener abono de socio “SOCIO DBUS-P o DBUS-G”.



# PADEL



- RESERVA DE PISTA:** 9.00h a 13.30h (última reserva) -> 5€ jugador 1h30min
- Anticipación máxima de la reserva: 2 días
  - Bolas con 1 partido de uso



- 1H CLASE + 1H PARTIDO:** 9.00 a 12.00h -> 10€ jugador
- Grupos ya creados con 4 jugadores
  - Opción de programar clase fija



- 1H CLASE DE INICIACIÓN AL PADEL:** 9.00 a 15.00h
- Grupos de 2 o 3 personas -> 14€ por persona
  - Grupos de 4 personas -> 12€ por persona



- LIGA POR PAREJAS:** 9.00 a 13.30 -> 6€ jugador/partido
- Mínimo 10 parejas
  - Bolas con 1 partido de uso

# LIGA DBUS



## LIGA POR PAREJAS:

- De lunes a viernes de 9.00 a 13.30
- 6€ jugador/partido
- Reserva de pista 1h30minutos
- 1 partido a la semana
- Bolas con 1 partido de uso
  
- La organización de Padel4 creará los grupos de WhatsApp con las parejas de cada jornada y entre las 2 parejas se pondrán de acuerdo cuándo se juega el partido de la semana.
- Se hará un calendario general que especifique tanto las fechas de inicio/final de cada fase y un calendario por grupos en el que se especificara las jornadas de juego y los horarios.
  
- Mínimo 10 parejas
- Pago fase completa en el primer partido -> 24€ (4 partidos)

# SOCIO DBUS-P

Oferta válida a partir de 10 SOCIOS DBUS



**TARIFA: 30€/mes**



**RESERVA DE PISTA: 9.00h a 13.30h (última reserva) -> 1,5€ jugador 1h30min**

- Anticipación máxima de la reserva: 3 días
- Reserva de 1h30min
- Bolas con 1 partido de uso
- Opción de hacer una reserva fija



**CLASE + PARTIDO: 9.00 a 12.00h -> 9€ jugador**

- Grupos ya creados con 4 jugadores
- Opción de programar clase fija



**TIENDA: Descuento del 5% en palas, textil y zapatillas**

# GIMNASIO -> SOCIO DBUS-G



## **TARIFA REDUCIDA: 20€/mes**

- Entrada a gimnasio de lunes a viernes de 9.00h a 15.00h



## **TARIFA COMPLETA: 30€/mes**

- Entrada ilimitada durante toda la semana



## **ENTRENAMIENTO PERSONAL**

- Individual: 25€ sesión
- Por parejas: 15€ sesión

# CLASES COLECTIVAS



## **Clases colectivas:**

Opción proponernos días y hora de cualquiera de las siguientes clases colectivas -> Pilates, Zumba, Mantenimiento, GAP, Tonificación, TRX, Funcional Training



## **TARIFA MENSUAL:**

- 1 día a la semana -> 40€ / SOCIO DBUS-G -> 35€
- 2 días a la semana -> 70€ / SOCIOS DBUS-G -> 60€



**Grupos personalizados de 2 a 5 personas, con personal de DBUS.**



# PROPUESTA HORARIO CLASES COLECTIVAS

| LUNES                                      | MARTES                               | MIÉRCOLES                                  | JUEVES                                     | VIERNES                                    |
|--------------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------------|--------------------------------------------|--------------------------------------------|
| <b>YOGA</b><br>9.30 – 10.45                |                                      | <b>YOGA</b><br>9.30 – 10.45                |                                            |                                            |
| <b>YOGA</b><br>11.00 – 12.15               |                                      | <b>YOGA</b><br>11.00 – 12.15               |                                            |                                            |
|                                            | <b>TONIFICACIÓN</b><br>15.30 – 16.25 |                                            | <b>TRX</b><br>15.40 – 16.25                | <b>TRX</b><br>15.30 – 16.15                |
| <b>YOGA</b><br>16.30 – 17.25               | <b>GAP</b><br>16.30 – 17.25          | <b>YOGA</b><br>16.30 – 17.25               | <b>FUNCIONAL TRAINING</b><br>16.30 – 17.25 | <b>GAP</b><br>16.30 – 17.25                |
|                                            | <b>TRX</b><br>17.30 – 18.25          |                                            | <b>GAP</b><br>17.30 – 18.25                | <b>FUNCIONAL TRAINING</b><br>17.30 – 18.30 |
| <b>FUNCIONAL TRAINING</b><br>19.15 – 20.10 |                                      | <b>FUNCIONAL TRAINING</b><br>19.15 – 20.10 |                                            | <b>TONIFICACIÓN</b><br>18.45 – 19.45       |



Cada trabajador de dbus tendrá opción de traer una segunda persona disfrutando del mismo precio.

# PADEL Y GIMNASIO -> SOCIO DBUS-P4



## **SOCIO DBUS-P4 TARIFA REDUCIDA: 40€/mes**

- Tarifa DBUS-P
- Entrada a gimnasio de lunes a viernes de 9.00h a 15.00h



## **SOCIO DBUS- P4 TARIFA COMPLETA: 45€/mes**

- Tarifa DBUS-P
- Entrada a gimnasio ilimitada durante toda la semana
- Tarifa SOCIO P4 (tarifa de socio de Padel4)

| Día laboral   |       | Sábado, domingo y festivos |    |
|---------------|-------|----------------------------|----|
| 15.00 – 17.00 | 6€    | 9.00 – 14.00               | 7€ |
| 17.30 – 23.00 | 7,50€ | 16.00 – 21.00              | 7€ |

# WELNESS



## **FISIOTERAPIA**

- 1 sesión -> 30€
- 4 sesiones -> 100€



## **MINFULNESS**

- 1 sesión -> 30€
- 4 sesiones -> 100€



## **COACHING**

- 1 sesión -> 30€
- 4 sesiones -> 100€

PADEL4 SAN SEBASTIAN



FISIOTERAPEUTA

ELENA GABILONDO

Si la medicina  
es la ciencia  
que da años a  
la vida,  
la fisioterapia  
es la ciencia  
que da vida a  
los años.



## TÉCNICAS

- Terapia manual
- Masoterapia
- Drenaje linfático
- Punción seca
- Vendajes preventivos



PADEL4  
SAN SEBASTIAN



# Coaching



*Mindfulness*

Juanjo Lertxundi

## COACHING

El Coaching personal, es un medio poderoso para desarrollar lo mejor de ti mismo, tanto en tu vida privada como en tu profesión. Trata del cambio, de cómo hacer cambios y así alcanzar una vida mejor.

**¿Cuáles son tus sueños a nivel personal?**

**¿Qué es importante para ti?**

**¿Tienes ahora mismo lo que te mereces?**

**¿Qué es posible para ti?**

[www.juanjolertxundi.com](http://www.juanjolertxundi.com)

**Contacto: JUANJO LERTXUNDI**  
**637 41 36 91**

## MINDFULNESS

La práctica del Mindfulness es un tema de plena actualidad que está suscitando mucho interés tanto a nivel científico como a nivel social. Disfrutar de cada día, cada vivencia, de cada momento presente...

El Mindfulness y el cultivo de la atención plena, hacen posible la conexión de nuestro cuerpo y mente con todas esas vivencias y momentos presentes que conforman nuestra vida y nuestra existencia.

Se enseña a practicar la meditación Mindfulness orientado a mejorar la atención, reducir el malestar o el estrés y manejar mejor situaciones complejas en el ámbito profesional y personal.



# BAR PATIO 53

Disfruta de los mejores desayunos o almuerzos a precio especial a tan solo 100metros de nuestro club.



## OPCIÓN 1 -> 2,80€

- Tostada dulce o salada
- Café o infusión
- + zumo de naranja o macedonia -> 4,20€



## OPCIÓN 3 -> 3,20€

- Pintxo
- Café o infusión
- + zumo de naranja o macedonia -> 4,80€



## OPCIÓN 2 -> 3,20€

- Bollería
- Café o infusión
- + zumo de naranja o macedonia -> 4,80€



## OPCIÓN 4 -> 3,80€

- Pintxo
- Cerveza o refresco



Donostia Laser Parkea es un centro de laser tag, donde los jugadores disparan contra sus oponentes. Es un juego con pistolas de laser, en el que pueden participar niños y adultos gracias a los diferentes tamaños de metralletas que disponen.

El local donde se desarrolla este juego tiene 500 metros cuadrados, además de una zona de juegos con futbolín y billar donde poder tomar algo tranquilamente.



#### **De LUNES a VIERNES**

- 1 partida -> 7€
- Partida suplementaria -> 6€
- Refresco 1€



#### **FIN DE SEMANA**

- 1 partida -> 8€
- Partida suplementaria -> 6€
- Café gratuito entre las 10h-12h

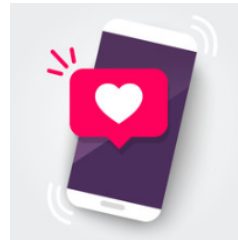
\*Oferta válida a partir de 4 jugadores

# + INFORMACIÓN

SIGUE LAS NOVEDADES DE NUESTRO CLUB EN NUESTRAS REDES



**INSTAGRAM**  
**@padel4ss**



**APP**  
**Padel4 San Sebastian**



**FACEBOOK**  
**Padel4 San Sebastian**



**PÁGINA WEB**  
**[www.padel4sansebastian.com](http://www.padel4sansebastian.com)**

*Estaremos encantados de que nos contactes:*

PADEL4 SAN SEBASTIAN

C/ Portuetxe 55, 20018

Polígono industrial Igara - San Sebastian

[www.padel4sansebastian.com](http://www.padel4sansebastian.com)

[info@padel4sansebastian.com](mailto:info@padel4sansebastian.com)

943 217 577 · 685 733 227



PADEL4  
SAN SEBASTIAN