

PaleoTraining vende la franquicia para Chile, Venezuela y Argentina

M.M.A.
19 abr 2016 - 04:58

PaleoTraining pone la directa en América Latina. La marca, que ha desarrollado un sistema de entrenamiento basado en los movimientos de los primeros seres humanos, ha consolidado una red de 14 centros en España, y este año apunta claramente al de su plena internacionalización. Tras colocar la masterfranquicia en Reino Unido, EEUU y Ecuador, ahora han logrado vender la licencia en Chile, Venezuela y Argentina. Se desconoce la identidad de sus socios locales.

En cualquier caso, se trata del primer concepto *fitness* desarrollado íntegramente en España que capta el interés lejos de la Península Ibérica. Según sus promotores, una de las claves de su aparente éxito es que "la ciudadanía se está dando cuenta de la importancia de volver al pasado" para corregir la postura corporal y la nutrición. También en el país es un fenómeno que empieza a extenderse, y según explica uno de sus fundadores, Airam Fernández, próximamente se incorporarán nuevos centros en Madrid, donde ya hay uno, y Sevilla, donde todavía no están. En ambas ciudades se mantienen negociaciones avanzadas pero que aún no han cristalizado.

En la actualidad, hay 14 salas en España (dominan Catalunya, con seis, y Canarias, con cuatro) que funcionan bajo el régimen de franquicia y generaron unos ingresos por *royalties* de 108.000 euros. Los creadores de este concepto no gestionan ningún centro propio, aunque sus franquiciados suman 3.000 metros cuadrados en instalaciones, 200 entrenadores y más de 10.000 usuarios, según explican en su página web.

Los fundadores de este método son Airam Fernández, David Vargas, Carlos Pérez, Paris Fernández, Xavi Cañellas y Nestor Sánchez, un grupo de fisioterapeutas, preparadores físicos, médicos y biólogos. "La idea surgió en un grupo de fisioterapeutas, que se conocieron en un máster en nutrición y psiconeuroinmunología, y llegaron a la conclusión que muchos problemas musculares, dolores y molestias iban precedidos de una mala nutrición", afirman.

El método no sólo abarca el entrenamiento, sino que también exige una dieta específica. Por ejemplo, se promueve que la actividad física se realice en ayunas para estimular los sistemas energéticos y el sistema de recompensa. Y los alimentos

consumidos son, preferiblemente, aquellos que ya existieran en la era paleolítica, promoviendo los macronutrientes, carbohidratos y proteínas.

Para iniciarse en este método, la empresa propone un programa de adaptación de 60 días, que dependiendo del estado físico de cada uno puede ser menor. “Las clases empiezan con un entrenamiento previo de 5 minutos de remo o correr y después la sesión puede durar entre 15 y 45 minutos”, comenta uno de los entrenadores del PaleoTraining.