



Horarios y Contacto

- Lunes: 10 a 13:30 y 16:30 a 20:00
- Martes: 16:30h a 20:30h
- Miércoles: 16:30h a 20:30h
- Jueves: 10 a 13:30h

TARIFAS PRESENCIAL Y ONLINE

CONSULTAR PRECIOS POR WHATSAPP

TLF: 664.094.660 | www.dietistamanuelcastro.es

CALLE DUNAS 18 CHIPIONA

PLAN BÁSICO: DESDE X€/MES

EL MÁS ECONÓMICO 🙌

Es la opción más económica. Incluye una dieta variada y saludable de 7 días que repetirás durante el mes. Tendrás un informe básico de composición corporal.

⚠️ No es personalizada: se incluyen todos los alimentos y no se adaptará a gustos o patologías.

Tienes dos opciones:

X€/mes → Sin revisión a los 15 días.

X€/mes → Con revisión presencial o por videollamada a los 15 días

📌 Dietas extra al mes: +X€/dieta

PLAN SALUD: X€/MES

EL MÁS VENDIDO 🌟

Para perder peso, ganar peso, o tratar patologías (diabetes, colon irritable, colesterol...)

✓ Estudio corporal semicompleto (completísimo informe: grasas, masa muscular, agua, etc)

✓ Dieta personalizada de 7 días adaptada y personalizada a tus gustos, necesidades y objetivos (se repetirá hasta la renovación mensual)

✓ Incluye mediciones corporales: Perímetros y pliegues

✓ Revisión a los 15 días incluida en el precio

PLAN PLUS SALUD: X€/MES

2 DIETAS AL MES
Y ESTUDIO COMPLETO 💎

Todo lo del Plan Salud, pero con 2 dietas personalizadas al mes (una cada 15 días), revisión incluida en el precio y estudio más completo.

✓ Incluye estudio corporal completo: Mediciones corporales (volumen, grasa localizada, riesgos, tipo de cuerpo, etc).

PLAN DEPORTIVO: X€/MES

EL MÁS EXCLUSIVO PARA
DEPORTISTAS Y OPOSITORES 🏆

Para deportistas u opositores que buscan rendimiento, ganar masa muscular o definición

✓ Dieta personalizada de 8 días. Optimización precisa de macros y micronutrientes.

✓ Preparación nutricional para pruebas físicas o competiciones.

✓ Incluye el estudio corporal más completo y más mediciones corporales.

✓ Asesoramiento en suplementación; tendrás los suplementos incluidos en tu dieta de forma organizada y ajustada, junto con tus comidas.

✓ Incluiremos tus entrenamientos en el informe y en tu planificación (más precisión del gasto calórico, de tus necesidades diarias y deportivas).

✓ Único plan con ajustes gratuitos de la dieta tras la entrega.

✓ Revisión a los 15 días incluida en el precio.

📌 Dietas extra al mes: ?

Otros servicios:

■ Visita para pesaje en báscula profesional + informe completo: "Si eres nuevo/a, tendremos que hacerte tu ficha."

■ Visita para pesaje + informe completo + antropometría completa (mediciones):

■ Tabla de entrenamiento personalizada: