

· MANUAL DE USUARIO ·

SCULPT

by Lilith

Tu guía completa para reservar clases,
gestionar tu cuenta y aprovechar
al máximo tu experiencia en el estudio.

SAN JOSÉ ITURBIDE · GUANAJUATO



· CONTENIDO ·

- | | |
|----|-----------------------|
| 01 | Bienvenida al estudio |
| 02 | Crear tu cuenta |
| 03 | Reservar una clase |
| 04 | Mis clases reservadas |
| 05 | Cancelar una reserva |
| 06 | Tu paquete de clases |
| 07 | Programas en línea |
| 08 | Contacto y soporte |
-

01

Bienvenida *al estudio*

Hola, soy Lilith. Me da mucho gusto que formes parte de esta comunidad.

Sculpt by Lilith es un estudio boutique de Pilates, Barre y Fuerza diseñado especialmente para mujeres que buscan resultados reales en un ambiente íntimo, motivador y completamente personalizado. Grupos de máximo 15 alumnas para que cada clase sea una experiencia única.

¿QUÉ ENCONTRARÁS EN ESTE MANUAL?

Cómo crear y acceder a tu cuenta en el sistema de reservas

Paso a paso para reservar y cancelar clases

Cómo consultar tu paquete y clases disponibles

Cómo acceder a los programas en línea

Cómo contactarnos cuando lo necesites

IMPORTANTE

El sistema de reservas está disponible las 24 horas en sculptbylilith.com/reservas — también puedes escribirnos por WhatsApp si necesitas ayuda.

02

Crear tu cuenta

Necesitas una cuenta para reservar clases, ver tu historial y consultar tu paquete activo. Crear una toma menos de 2 minutos.

PASO 1

Entra al sistema de reservas

Abre tu navegador y escribe: sculptbylilith.com/reservas

También puedes llegar desde el menú principal del sitio.

PASO 2

Toca "CREAR CUENTA"

En la pantalla de inicio verás el botón morado "CREAR CUENTA".

Tócalo para abrir el formulario de registro.

PASO 3

Llena tus datos

Nombre completo (como aparecerá en tu perfil)

Correo electrónico (lo usarás para entrar)

Número de WhatsApp

Contraseña — mínimo 6 caracteres

PASO 4

Listo — ya puedes entrar

El sistema te ingresa automáticamente al crear tu cuenta.

La próxima vez solo necesitas tu correo y contraseña.

CONSEJO

Guarda tu correo y contraseña en un lugar seguro. Si olvidas tu contraseña, escríbenos y te enviamos un enlace de recuperación por WhatsApp.

03

Reservar una clase

Una vez dentro de tu cuenta, puedes reservar cualquier clase disponible en pocos pasos. El sistema muestra las clases de la semana actual y las próximas.

PASO 1

Inicia sesión

Ve a sculptbylilith.com/reservas

Toca "YA TENGO CUENTA" e ingresa con tu correo y contraseña.

PASO 2

Elige tu clase

Verás las clases disponibles organizadas por día y horario.

Cada clase muestra: tipo, hora y lugares disponibles.

Toca el botón "RESERVAR" en la clase que quieres.

PASO 3

Confirma tu lugar

El sistema registra tu reserva al instante.

Tu nombre aparece en la lista de la clase.

Recibirás confirmación en pantalla.

IMPORTANTE

Las clases tienen cupo máximo de 15 alumnas. Si una clase aparece sin el botón de reserva, significa que ya está llena.
¡Reserva con tiempo!

TIPOS DE CLASE DISPONIBLES

Sculpt Full Body

Trabajo completo de cuerpo. Pilates + Fuerza.

Sculpt GAP

Glúteos, abdomen y piernas. Intensidad media-alta.

Sculpt BURN

Cardio + Fuerza. Máxima activación.

Pilates BASE

Pilates clásico. Ideal para iniciar o recuperar.

Pilates BALANCE

Control, respiración y conciencia corporal.

04

Mis clases reservadas

Puedes consultar en cualquier momento qué clases tienes pendientes y revisar tu historial de asistencias.

PASO 1

Entra a tu cuenta

Ve a sculptbylilith.com/reservas e inicia sesión.

PASO 2

Revisa tus clases

En tu panel aparecen las clases que tienes reservadas.

Verás la fecha, hora y tipo de cada clase.

También puedes ver tu historial de clases pasadas.

PASO 3

Consulta tu contador

En la parte superior de tu perfil aparece el número de clases disponibles en tu paquete actual.

CONTACTO

Si tienes dudas sobre tus clases reservadas o tu historial, escríbenos por WhatsApp al +52 419 156 1747 y con gusto te ayudamos.

05

Cancelar una reserva

Entendemos que los planes pueden cambiar. Puedes cancelar tu reserva directamente desde tu cuenta.

PASO 1

Entra a tu cuenta

Ve a sculptbylilith.com/reservas e inicia sesión.

PASO 2

Localiza la clase a cancelar

En tu panel ve a tus clases reservadas.

Encuentra la clase que deseas cancelar.

PASO 3

Cancela tu lugar

Toca el botón de cancelar en esa clase.

Tu lugar quedará libre para otra alumna.

POLÍTICA DE CANCELACIÓN

Por favor cancela con al menos 2 horas de anticipación para que otra alumna pueda tomar tu lugar. Apreciamos mucho tu consideración con la comunidad.

06

Tu paquete *de clases*

Tu paquete define cuántas clases tienes disponibles. El contador se descuenta automáticamente con cada clase que tomas.

PAQUETE	CLASES	IDEAL PARA
Clase suelta	1 clase	Ideal para probar o complementar
Paquete 4 clases	4 clases	Perfecto para ir una vez por semana
Paquete 8 clases	8 clases	Para ir dos veces por semana
Paquete Mensual	Clases ilimitadas	Máxima transformación

¿CÓMO COMPRAR?

Para adquirir o renovar tu paquete, escríbenos por WhatsApp o pídele a Lilith directamente en el estudio. Ella te asignará las clases en tu cuenta.

PRIMERA CLASE CON 50% DE DESCUENTO

Si eres nueva alumna, tu primera clase tiene un 50% de descuento. Solo menciónselo a Lilith al reservar.

07

Programas en línea

Sculpt by Lilith tiene un programa digital completo para que puedas entrenar desde cualquier lugar del mundo, a tu propio ritmo.

SEMANA 1

Reconecta con tu cuerpo. Movilidad, respiración y fundamentos del método Sculpt.

RESET

SEMANA 2

Activa y fortalece. Ejercicios progresivos que transforman tu silueta.

SCULPT

SEMANA 3

Eleva tu nivel. Intensidad, resistencia y resultados visibles.

ELEVATE

¿QUÉ INCLUYE EL PROGRAMA?

Videos de entrenamiento exclusivos — disponibles 24/7

Recursos descargables: guías de nutrición y rutinas

Acceso permanente — sin fecha de vencimiento

Soporte directo con Lilith por WhatsApp

ACCESO

Accede a tu programa en línea desde sculptbylilith.com/programas con tu cuenta de alumna. Si no ves tu programa activo, escríbenos.

o8

Contacto y soporte

Estamos aquí para ayudarte. Puedes comunicarte con nosotras por cualquiera de estos canales:

WHATSAPP

+52 419 156 1747

La forma más rápida. Respuesta en minutos durante horario de estudio.

INSTAGRAM

@sculptbylilith

Síguenos para ver horarios, promociones y contenido de bienestar.

SITIO WEB

sculptbylilith.com

Reservas en línea, programas, eventos y toda la información del estudio.

UBICACIÓN

Santos Degollado 8,
Distrito Atarjea
San José Iturbide,
Guanajuato

Lunes a Viernes 8:00–20:00 · Sábados 9:00–13:00

Gracias por ser parte de esta comunidad.

Con amor,

Lilith

· SCULPT BY LILITH ·