

VÍDEO 01 – “Dor não é normal”

Objetivo: gerar identificação + quebra de crença

Duração: 10–15s

 Fala:

“Se você sente dor todos os dias...”

 Fala:

“Na maioria das vezes, é falta de fortalecimento e postura.”

 Fala:

“O Pilates atua na origem do problema.”

 Fala:

“Cuide do seu corpo e faça uma aula de pilates!”

VÍDEO 02 – “Pilates não é tudo igual”

Duração: 15–20s

Formato: Reels / Anúncio

Cena 1 – Gancho (0–4s)

 Fala:

“Você sabia que Pilates não é tudo igual?”

Cena 2 – Quebra de crença (4–8s)

 **Fala:**

“Fazer exercício sem correção pode até aliviar, mas dificilmente gera resultado de verdade.”

Cena 3 – Autoridade (8–13s)

 **Fala:**

“Aqui cada aluno passa por avaliação e recebe um treino pensado para o seu corpo, suas dores e seus objetivos.”

Cena 4 – Diferencial (13–17s)

 **Fala:**

“É isso que traz mais segurança, evolução e menos dor no dia a dia.”

Cena 5 – CTA (17–20s)

 Profissional olhando pra câmera

 **Fala:**

“Se você quer resultado de verdade, comece pelo Pilates bem feito, agende sua avaliação”