



**VÍCTOR LÓPEZ GONZÁLEZ**

ENTRENAMIENTO PERSONAL  
Y NUTRICION MODERNA



victortrainerlg@gmail.com  
tel: 616655022  
www.vtraining.es

Licenciado en ciencias de la actividad física y el deporte por la Universidad de Barcelona, master en docencia. Número de colegiado: 52315

Hola soy **Víctor López González**, licenciado en ciencias de la actividad física y el deporte por la universidad de Barcelona. Master en docencia, número de colegiado: 52315. Con más de **20 años de experiencia** en el cuidado de la salud de clientes utilizando herramientas como **la nutrición moderna, el entrenamiento de fuerza** y pautas que mejoren **la longevidad y calidad de vida**. Estoy a tu disposición para darte un servicio integral, mejorando tu salud e imagen.





# SERVICIO DE NUTRICIÓN

EL SERVICIO DE NUTRICIÓN TE HARÁ MEJORAR TU COMPOSICIÓN CORPORAL Y TU SALUD.

Ayudo a **hombres y mujeres de +40 años a mejorar su salud**, a alinear sus hormonas y mejorar su composición corporal mediante un servicio de nutrición eficiente.

## En que consiste el pack nutricional:

Utilizaremos una nutrición que nos acerque a nuestro diseño biológico y ancestral, alejando enfermedades y mejorando nuestra salud y nuestra composición corporal.

Y Sí ayudo a mujeres en **perimenopausia y menopausia** a mejorar su salud, su energía y su composición corporal mejorando su eje hormonal. **Pregúntame como!!**

**QUIERO MI CAMBIO!!**

Contactar por WhatsApp: 616655022



Marcos



Albert



# PLAN DE ACCIÓN

- Duración **6 meses**.
- Taller formativo de conocimientos.
- Estructura nutricional de comidas.
- Seguimiento diario de todas las comidas mediante conectividad (whats app o a elegir).
- Los 7 días de la semana a cualquier hora.
- Adaptación y personalización en función del estilo de vida.
- Búsqueda de un diario nutricional acorde con gustos y licencias.
- Controles de composición corporal.

