

Alcanzar el peso ideal

Escrito por Adraemond - 12/05/2021 19:07

Recuerdo que al estar embarazada subí mucho de peso y después de dar a luz pensé que nunca volvería a tener un cuerpo esbelto, me sentía muy mal y ya no quería salir de casa, mis amigos trataron de ayudarme pero nada de lo que intentaba daba resultados, no fue sino hasta que encontré un entrenador personal barrio salamanca que pude alcanzar mi peso ideal y tener un cuerpo sano, pienso que todos debemos apoyarnos en especialistas si realmente queremos tener resultados.

=====