

nutricionista deportivo

Escrito por darkfenix1998 - 27/03/2023 15:01

Un amigo con el que suelo compartir me ha sugerido que empiece a asesorarme con un nutricionista deportivo que me ayude a ver resultados a corto plazo para mis entrenamientos. Pues a veces olvidamos que una de las cosas más importantes en estos casos es contar con una buena alimentación y no es suficiente con solo seguir consejos en redes sociales. De hecho, he visto que varios conocidos han mejorado muchísimo en el gimnasio mejorando su alimentación. Me gustaría saber vuestras opiniones al respecto. Os leo en los comentarios

=====