



## Salvando Vidas: Cambia Tus Habitos, Cambia Tu Vida



**Descargar**



**Leer En Linea**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

# Salvando Vidas: Cambia Tus Habitos, Cambia Tu Vida

*Jose Fernandez*

**Salvando Vidas: Cambia Tus Habitos, Cambia Tu Vida** Jose Fernandez

Descubre los pasos hacia una vida saludable y consigue el cuerpo de tus sueños TODOS PODEMOS LLE...

 [Descargar Salvando Vidas: Cambia Tus Habitos, Cambia Tu Vida ...pdf](#)

 [Leer en línea Salvando Vidas: Cambia Tus Habitos, Cambia Tu Vi ...pdf](#)

## Descargar y leer en línea Salvando Vidas: Cambia Tus Habitos, Cambia Tu Vida Jose Fernandez

---

208 pages

### About the Author

Jose Fernandez nacio en Ponce, Puerto Rico. Desde pequeno sufrio el problema del sobrepeso en carne propia, llegando a estar sesenta libras por sobre su peso ideal a los catorce anos, y sufriendo de sobrepeso toda su adolescencia. Al certificarse como Nutricionista del Deporte en el International Fitness Association en Miami y mas tarde como entrenador personal en el National Strength Conditioning Association y el Sports Sciences Association, en un ano no solo alcanzo su peso ideal por primera vez en su vida adulta, sino que comenzo a entrenar a otras personas brindandoles todos los conocimientos que habian cambiado su vida. Con ocho anos de experiencia en el campo de la preparacion fisica y la nutricion, en 2000 comenzo a entrenar a celebridades y deportistas profesionales en la exclusiva Fisher Island. Para ese entonces comenzo su colaboracion con la revista "Men s Health en espanol" donde escribia la columna Preguntale al entrenador . Fue alli que se desarrollo con mas fuerza su pasion por ayudar a otros a alcanzar su peso ideal de la mano de una mejor nutricion y una mejor preparacion fisica.

Hoy en dia escribe una columna para "People en Espanol" que aborda temas de nutricion y ejercicio, participa en el segmento Viva la vida de "Primer impacto," es entrenador y nutricionista de las participantes de "Nuestra belleza latina," colabora con segmentos de nutricion y lo ultimo en ejercicios todas las semanas en "Despierta America" y en Univision Radio, sigue entrenando celebridades y deportistas, y tiene su propia linea de ropa de ejercicio: Booka.

Actualmente vive en Miami y esta desarrollando una linea de vitaminas y suplementos nutritivos y preparando seminarios para capacitar a entrenadores en Latinoamerica con las ultimas tecnicas en preparacion fisica.

Para mayor informacion visita su pagina: [www.preguntalealentrenador.com](http://www.preguntalealentrenador.com)."

Download and Read Online Salvando Vidas: Cambia Tus Habitos, Cambia Tu Vida Jose Fernandez  
#JXTIL93KR8Q

Leer Salvando Vidas: Cambia Tus Habitos, Cambia Tu Vida by Jose Fernandez para ebook en línea Salvando Vidas: Cambia Tus Habitos, Cambia Tu Vida by Jose Fernandez Descarga gratuita de PDF, libros de audio, libros para leer, buenos libros para leer, libros baratos, libros buenos, libros en línea, libros en línea, reseñas de libros epub, leer libros en línea, libros para leer en línea, biblioteca en línea, greatbooks para leer, PDF Mejores libros para leer, libros superiores para leer libros Salvando Vidas: Cambia Tus Habitos, Cambia Tu Vida by Jose Fernandez para leer en línea. Online Salvando Vidas: Cambia Tus Habitos, Cambia Tu Vida by Jose Fernandez ebook PDF descargar Salvando Vidas: Cambia Tus Habitos, Cambia Tu Vida by Jose Fernandez Doc Salvando Vidas: Cambia Tus Habitos, Cambia Tu Vida by Jose Fernandez Mobipocket Salvando Vidas: Cambia Tus Habitos, Cambia Tu Vida by Jose Fernandez EPub **JXTIL93KR8QJXTIL93KR8QJXTIL93KR8Q**