

viernes, 29 de enero de 2016

Actualizado 10:10 CET

Valladolid



El cocinero Javier Peña y Ana del Fraile, en pleno ejercicio en el gimnasio. A.MINGUEZA

## El mejor dos por uno en nutrición y entrenamiento personal en Valladolid

Drtrainers, un proyecto personal de Roberto Ramiro y Alejandro Díez, se trata de un espacio donde ponerse en forma y cuidar al mismo tiempo la correcta alimentación, todo en uno.

28.01.2016 | Juan Postigo | @postigopucela

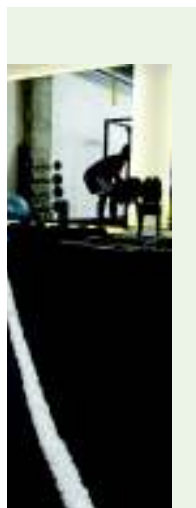


Es posible que uno de sus propósitos de Año Nuevo fuera el clásico “voy a ponerme en forma”. Sin excusas, sin ningún tipo de justificación para faltar a su palabra. ¿Pero quién dice que no pueden usarse trucos para ponerlo todo un poco más fácil? Y es que todo sería más llevadero si un **asesor gestionara la correcta alimentación y al mismo tiempo el ejercicio necesario** para lograr los objetivos. La cuestión es que este dos en uno existe, y se encuentra en Valladolid.

“Ofrecemos un trato de exclusividad y privacidad, sobre todo queremos que el cliente se encuentre cómodo”, explica **Roberto Ramiro**, uno de los dos promotores de este nuevo sistema que sirve tanto para aquel que quiera perder algo de peso como simplemente ponerse en forma. “**Por ello cuidamos todos los detalles de nuestras instalaciones**, tiene que estar todo a punto para que el cliente se sienta como en casa, o incluso mejor”.

Ramiro decidió emprender el negocio hace ya algo más de tres meses y decidió que el mejor sitio para hacerlo era la calle de los Vinos de la Ribera del Duero, en Covaresa. Ligeramente apartado del estrés del centro de Valladolid y con facilidad de aparcamiento para el cliente. Todo detalle es poco. La cuestión es que su **método elaborado con su compañero Alejandro Díez** de combinación de nutrición y entrenamiento aseguran que funciona a la perfección.

“**En principio es personal e individual, pero existe la posibilidad de hacerlo grupal** siempre que sea con conocidos u amigos”, sigue el diplomado en Educación Física y Técnico Superior en Dietética, en línea con el argumento de que aquel que entrene esté lo más a gusto posible. De esta manera, lo primero nada más comenzar el entrenamiento el primer paso es el estudio analítico, por el que se comprueban detalles tales como la grasa corporal, su estatura, peso, y cuál es el programa que le vaya mejor.



del Duero, 8. En

0 21



“El plan se adapta al cliente, a sus horarios. Primero organizamos las horas que vendrá al centro, donde siempre se entrena y tenemos los aparatos más modernos y adaptados, y después llevamos varios detalles al día. Nosotros podemos controlar la nutrición, hidratación y el entrenamiento, pero también se hablan otros temas como el nivel de estrés o el sueño, fundamentales para estar en forma”, asegura.

Y los primeros ‘lanzados’ ya están en el centro, claro. Ramiro asegura que las inscripciones van viento en popa y de hecho ya hay hasta personajes públicos como el afamado cocinero Javier Peña, de Top Chef, en pleno proceso de tonificación. Eso sí, entrenando como uno más. Y es que el objetivos los hay para todo el mundo.

 Secciones	<b>Es Noticia</b>	Virus zika	Nutrición y deporte	Remuneraciones	Horarios comerciales	Colegio
--------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------	------------	---------------------	----------------	----------------------	---------

CASTILLA Y LEÓN VALLADOLID DEPORTES VALLADOLID BLOGS ÁREA METROPOLITANA



TAMBIÉN TE PUEDE INTERESAR



Simancas urge al alcalde de Valladolid a reunirse para trata...



Novedades del calendario de vacunación 2016 para bebés y niñ...

La protectora Scooby de Valladolid pide ayuda para un perro ...

El milagro de Federer: Su punto levanta a un hombre de la si...



¡Vaya locura! Precios increíbles



¡Vaya locura! Precios increíbles

PARTNER para invertir

PARTNER amos un nuevo método

STROSSLE

TRIBUNA Contenidos Digitales S.L. 983 362 740 [redaccion@tribunagrup.com](mailto:redaccion@tribunagrup.com)

Este sitio web utiliza cookies propias y de terceros para mejorar nuestros servicios y optimizar tu experiencia de navegación. Consideramos que acepta nuestra [política de cookies](#). [| TRIBUNAsegovia.com](#) | [TRIBUNAleon.com](#) | [TRIBUNAburgos.com](#) | [Azamora.com](#)

**ACEPTAR**