

FITO FLORENSA

CONSIGUE EL CUERPO QUE QUIERES

DESCUBRE LA «FITOSOFÍA»
Y PONTE EN FORMA EN
12 SEMANAS

CON PRÓLOGO
DE JORDI CRUZ

salud y bienestar
zenith



Consigue el cuerpo que quieres

Fito Florensa

Ponte en forma con el entrenador de la revista *Men's Health*.

El método de Fito Florensa, el entrenador del Reto de la revista *Men's Health*, está diseñado especialmente para que tengas el cuerpo que siempre has deseado y, además, para que ganes en salud, energía y vitalidad.

La «Fitosofía» es una forma de entender la vida desde una perspectiva deportiva que se basa en marcarse retos, visualizar objetivos, superar los propios límites, mirar siempre hacia adelante y, sobretodo, disfrutar del camino.

Fecha de publicación:

12/05/2015

Sello Editorial:

Zenith

Contacto de prensa

Nombre: Paloma Cordón

Teléfono: 93 492 86 33

Email: pcordova@planeta.es

Fito Florensa

Fito Florensa es Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (LCAFD) y personal trainer de deportistas profesionales y amateurs.

Es el experto en Rendimiento Deportivo de *Men's Health* y el entrenador de los famosos que realizan el Reto de dicha revista. Colabora en *La Vanguardia* como experto en ejercicio físico y salud.

Actualmente vive en Barcelona.