

image not found or type unknown



## Entrena con Noe Todea

### Noemí Todea

**Fecha de publicación:**

10/05/2018

Las claves para cuidarse en cualquier etapa de la vida.

**Sello Editorial:**

Libros Cúpula

Ponerse *fit* no es simplemente una moda, es un estilo de vida, y para ello es necesario cuidar todos los detalles. Aquí encontrarás tres programas de entrenamiento para conseguir una buena condición física sin salir de casa, con más de 100 ejercicios, recetas y respuestas a muchas dudas que hoy en día seguimos teniendo.

### Contacto de prensa

**Nombre:** Lola

Escudero

**Teléfono:** 91 423 37 11

**Email:**

lescudero@planeta.es

image not found or type unknown



### Noemí Todea

**Noe Todea** es una experimentada entrenadora amante del movimiento y del entrenamiento funcional. Certificada por la Federación Española de Pilates y con distintos títulos sobre métodos como Core Training, HIIT, AEMS electroestimulación y entrenamiento post parto. Colaboradora en prensa, radio y televisión, ha participado en programas como El Hormiguero o Fit Life, junto a Pilar Rubio. En la actualidad crea contenidos para S Moda, el suplemento de el periódico *El País*.