

A banner for Salva Caurin, a fitness trainer. It features a black background with bright yellow diagonal stripes. On the right, there is a photograph of a muscular man in a starting crouch. On the left, the text 'SALVA CAURIN' is written in large, bold, yellow capital letters, and 'FITNESS TRAINER' is written in smaller, white capital letters below it. At the bottom left, there are four icons with corresponding text: a copyright symbol for '@salvacaurinp', a globe for 'salvadorcaurin.com', a phone icon for '+34- 621-07-26-29', and a checkmark for 'Online'.

SALVA CAURIN

FITNESS TRAINER



@salvacaurinp



+34- 621-07-26-29



salvadorcaurin.com



Online


Planes de entrenamiento

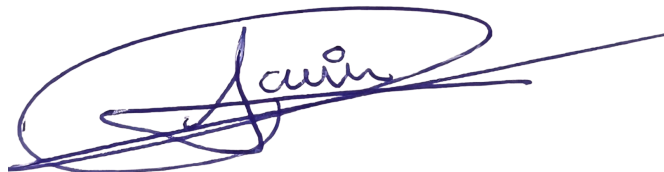
Programa Premium de Rendimiento

Incluye:

- **Entrenamiento personalizado**
Adaptado a tu objetivo: oposiciones, rendimiento deportivo o salud.
- **Nutrición adaptada**
Plan nutricional práctico y flexible, ajustado semana a semana.
- **Revisiones semanales**
Seguimiento online continuo con ajustes inmediatos.
- **Test de valoración inicial (90 min)**
Evaluación completa de salud, condición física y rendimiento.
- **Tests de progresión cada 6-8 semanas**
 - Opositores: circuito, dominadas/suspensión, 1000 m, resistencia, COD.
 - Atletas/salud: resistencia, fuerza, composición corporal, movilidad.
- **Sesiones presenciales**
Cada test se realiza contigo personalmente + entreno técnico.
- **Informe de evolución detallado**
Resultados claros, objetivos y próximos pasos.
- **Acceso directo y prioritario**
Comunicación constante conmigo para dudas, motivación y ajustes.

"Un método integral de rendimiento y transformación, diseñado para que alcances tu mejor versión y superes cualquier reto."

Agenda una videollamada 1vs1:  Team Asesorías - ForceStudy



Firma del especialista