

# Diego Fernando López Vallejo

Personal Trainer

## Cargos

Gerente propietario de: Functional Training Center by Diego López Vallejo

## Experiencia

Entrenador Personal Independiente  
2022 – Presente

## PERFIL PROFESIONAL

- Entrenador personal certificado con más de 5 años de experiencia en el ámbito del fitness, especializado en trail running y entrenamiento funcional. Apasionado por ayudar a las personas a alcanzar sus objetivos de salud y rendimiento a través de planes de entrenamiento personalizados y basados en evidencias. Fuerte capacidad para motivar e inspirar a clientes de todos los niveles de condición física.

## Experticias

Diseñar y supervisar programas de entrenamiento personalizados para clientes individuales y grupos pequeños.

Especialización en técnicas de trail running y entrenamiento funcional.

Evaluar el estado físico de los clientes y realizar ajustes en los planes de entrenamiento según sea necesario.

Ofrecer asesoramiento nutricional y estrategias de recuperación para optimizar el rendimiento y la salud general.

Entrenador de Trail Running

Impartir clases de entrenamiento funcional enfocadas en mejorar la fuerza, movilidad y resistencia de los participantes.

Utilizar una variedad de equipos y técnicas para mantener las clases dinámicas y efectivas.

Evaluar el progreso de los asistentes y ofrecer modificaciones para adaptarse a diferentes niveles de habilidad.

Fomentar un ambiente de apoyo y motivación dentro de las clases grupales.



Riobamba, Ecuador



0982121157



ftcdiegolopezvallejo@gmail.com



Instagram:  
@ftc\_diegolopezvallej

