

¡Optimiza tu balance hormonal y logra fuerza extra!

Escrito por Carlos Barbon

Domingo, 16 de Junio de 2013 08:50 - Última actualización Domingo, 16 de Junio de 2013 08:52



¡Optimiza tu balance hormonal y logra fuerza extra!

Entrena con pesos pesados

y aumenta la producción de la hormona de crecimiento

para tener más músculo y menos grasa

Aprovéchate de las ventajas que ofrecen los ejercicios básicos realizados con muy pocas repeticiones y peso máximo: aumentan, de forma natural, la producción de la hormona del crecimiento y la testosterona, lo cual maximiza el crecimiento muscular y la quema de grasa.