

Llevar a cabo una dieta sin realizar ejercicio no es suficiente

Visita la Tienda de PortalFitness.com | Descuentos especiales a entrenadores y gimnasios | [Click Aquí](#)

Barras Pump Gym
951 236 507



81,90 euros

- 1 barra
- 2 discos de 1,25 kg.
- 2 discos de 2,5 kg.
- 2 discos con agarre de 5 kg.
- 2 cierres de muelle

[Fitness10.com Shop](#)

Llevar a cabo una dieta sin realizar ejercicio no es suficiente

09/01/2014 - 209 lecturas.

[Versión para imprimir](#)

[Publicalo en tu sitio](#)

[Para visualizar la nota en tu sitio, copia este código](#)

[e insértalo en tu página:](#)

```
<div style="padding:8px 5px 10px 5px;background-color:#fff;">  
<div style="border-bottom:1px solid #ccc;padding-bottom:5px;margin-bottom:7px;">  
<div style="font:normal 11px/14px arial,
```

[Cerrar](#)

[SHARE](#) [f](#) [t](#) [e](#) ...

La doctora Virginia Aparicio García, investigadora de la Universidad de Granada, sugiere realizar una dieta equilibrada junto con 300 minutos de actividad física por semana ayudarán a perder los kilos de más. También sostiene que las dietas hiperproteicas, tales como la Dieta Dunkan son nocivas para la salud porque incrementan las probabilidades de sufrir enfermedades renales.

Fuente: noticias.lainformacion.com

http://noticias.lainformacion.com/salud/una-dieta-sin-ejercicio-esta-casi-condenada-al-fracaso_UErZz3bUu7WfqbyOntpL1/

Tienda de PortalFitness.com - Tel.: (34) 951 23 65 07 / 674 240 234

Publicite en Newsletter de PortalFitness.com que llega a 266.000 suscriptos. [Más Info](#)

