



# DARIO ASTETE MUÑOZ

Fecha de nacimiento: 11/01/1989

Teléfono celular: +51 970425542

Correo: [dario.astete.m@gmail.com](mailto:dario.astete.m@gmail.com)

DNI: 45562626

## PRESENTACIÓN

Entrenador personal de fitness con estudios de titulación de Musculación, Fisicoculturismo y Fitness; y con especialidad en Entrenamiento Personal por el Instituto de Investigación y Desarrollo del Deporte (IDDE). Entreno calistenia y deporte funcional desde hace 10 años; y me encuentro especializado en fuerza, acondicionamiento y coaching nutricional.

Cuento con más de 8 años de experiencia apoyando a diversos perfiles de clientes a alcanzar sus objetivos de salud y fitness. Mis asesorías cuentan con un enfoque integral de la salud y el bienestar: salud física y bienestar emocional. He acompañado a más de 100 clientes en Perú, Alemania, España, Estados Unidos.

## OTRAS FORMACIONES

Estudios del idioma Ingles – Instituto de Idiomas Británico, 2006  
Nivel avanzando.

Habilidades informáticas: MS Office (Excel, Word, Power Point), MAC KEYNOTE, AVID PRO, TOOLS 10, SPSS.

## REFERENCIAS

- Calixto Tello – Entrenador profesional: en Calixto Performance Center celular: 975 126 444
- José Luis- Gerente de Gimnasio Performance celular: 927778405

## EXPERIENCIA LABORAL

### ASESOR Y ENTRENADOR PERSONAL

#### 2019- ACTUALIDAD

Entrenador personal de Fitness a través de metodología presencial y on line. Asesor y entreno a clientes de Perú, España, Alemania, Estados Unidos, etc. Desarrollo y aplico programas de fitness eficaces para clientes de todos los niveles, me dirijo a personas que deseen mejorar su calidad física de una forma personalizada ofreciéndoles para ello tanto las rutinas como el resto de elementos necesarios para ayudarles a conseguir sus objetivos deportivos físicos.

Elaboro planes personalizados de entrenamiento dirigidos a personas que demanden una preparación física específica dependiendo diversos perfiles en edad, género, patologías, etc.

También brindo entrenamiento a atletas con el fin de mejorar su rendimiento.

Ver: <https://www.instagram.com/dario.astete/>

### PERFORMANCE

#### ENTRENADOR PERSONAL Y SEMI PERSONALIZADO, 2018 - 2019

Responsable del análisis y entrenamiento de las rutinas de los clientes para el logro de sus objetivos deportivos y control de nutrición. Mis labores como entrenador fue la elaboración de programas personalizados de entrenamiento eficaces para los clientes de todos los niveles.

Ver: <https://linktr.ee/performancefitnessmag>.

### CALIXTO PERFORMANCE CENTER

#### ENTRENADOR DE SALA FUNCIONAL, 2017 - 2018

Asistencia a los clientes en la planificación y el seguimiento de las rutinas de ejercicios para ayudarles a alcanzar sus objetivos de entrenamiento. Mis labores como entrenador se centraron en determinar ejercicios, motivar y fijar metas de forma individualizada, teniendo en cuenta las condiciones físicas y los objetivos de cada uno de sus clientes.

## CAMPEONATOS INTERNACIONALES

### WORLD RAW POWERLIFTING IBEROAMERICANO WRPF, SANTIAGO, CHILE 2024.

Participación como Entrenador Personal del atleta Kevin Quevedo en la categoría 60 kg, logrando Medalla de Oro.

## HISTORIA ACADÉMICA

### INSTITUTO DE INVESTIGACIÓN Y DESARROLLO DEL DEPORTE IDEE

TÍTULO DE ENTRENADOR DE MUSCULACIÓN, FISICOCULTURISMO Y FITNESS, 2019-2020

### INSTITUTO DE INVESTIGACIÓN Y DESARROLLO DEL DEPORTE IDEE

ESPECIALISTA EN ENTRENADOR PERSONAL, 2020

### WORLD STREET WORKOUT AND CALISTHENICS FEDERATION WSWCF ACADEMY

FINALIZADO NIVEL 1, 2020