

Julian Torres Casilimas

Profesional en deporte

Juliantc0901@gmail.com

Acerca de

Mi experiencia abarca diferentes disciplinas y niveles, desde principiantes hasta atletas avanzados. Esto me ha permitido desarrollar un enfoque integral para cada cliente, adaptando las rutinas a las necesidades específicas de cada persona. No solo domino los aspectos técnicos del entrenamiento, sino que también comprendo la importancia del apoyo mental y motivacional para alcanzar resultados duraderos.

Habilidades

Halterofilia y entrenamiento de la fuerza	Experto
Entrenamiento funcional	Experto
Crossfit	Avanzado
Actividad física en el medio acuático	Avanza do
Fitness	Experto
Biomecánica y fisiología del movimiento humano	Avanzado
Planificación deportiva, amateur y profesional	Experto
Inglés	Hábil

Idiomas

Inglés	Bueno
--------	--------------

Pasatiempos

Trekking - hiking - senderismo - running - escalar

Experiencia laboral

Preparador físico

Evolution Spa Gym

ago. 2018 - dic. 2019

Cali, Colombia

Centro de acondicionamiento físico, clases grupales y fitness

Entrenador de planta

Shark X Gym

ene. 2020 - Presente

Cali

Centro de entrenamientos dirigidos, abarcando diferentes disciplinas tales como el crossfit, la musculación, el running, personas de alto rendimiento amateur o avanzado

Preparador físico

Terra 47

ene. 2023 - abr. 2024

Calle53#7-88 Cali

Club de crossfit, fitness, halterofilia y gimnasia

Educación

Título Profesional en deporte

Institucion universitaria Escuela Nacional del Deporte

2021 - 2024

Panamericano Cali

Desempeños de educación superior

Diplomado internacional

Colegio Profesional de Licenciados en Entrenamiento Deportivo

2023 - 2023

Cancun, Quintana Roo

Acondicionamiento Físico mediante acciones básicas

Diplomado YUSTIMANIA

Indervalle

2018 - 2018

Cali valle

Pilates, nutrición, técnicas de combate musicalizadas, entrenamiento de fuerza y powerlifting, antropometría, actividad física en el medio acuático, entrenamiento militar, masaje deportivo, servicio al cliente

Seminario internacional

Anahuac Cancun

2023 - 2023

Cancun, Mexico

Seminario Internacional en preparación del deportista previo a la competencia