

Recetas Fitness lanza su nueva web

Un nuevo proyecto online que recopila las recetas más saludables para combinar con el fitness. Clara Navarre nos cuenta cómo cambió cuando perdió 20kgs en seis meses de forma natural y qué recetas y estrategias utilizó

Recetasfitness, acaba de lanzar su nuevo proyecto online, un portal donde poder encontrar tanto recetas ideales para la práctica de deporte, como alimentos y comida relacionada con el fitness y también trucos para perder peso.

La web fue creada por Clara Navarre, una joven interesada en la vida sana y comer de forma saludable. Clara cuenta en unos de sus artículos cómo adelgazó 20kgs en seis meses de forma natural, sin medicamentos ni dietas extremas. “Esta experiencia me hizo replantearme muchas cosas. Fue un cambio de vida, de chip. No solo en la alimentación, sino también en mi día a día y en la forma en la que me enfrentaba al mundo. Y quise contárselo a la gente a través de una página web”.

Después de estar un tiempo buscando patrocinadores para su proyecto, Clara ha sido apadrinada por Masmusculo, líderes en nutrición deportiva que, según palabras de la autora “me han ayudado en todo, incluso en la parte técnica de construir mi página web”.

Su intención es la de ir publicando recetas semanalmente para formar un recetario online dedicado especialmente a los alimentos saludables que mejor casan con una vida nada sedentaria y con el fitness.

Otro de los puntos importantes de la página web es la sección dedicada a los trucos para perder peso, donde Clara nos explica algunas de las cosas que ha ido aprendiendo en su viaje hacia la vida saludable y también consejos que ha aprendido de la mano de su dietista y de su entrenadora personal, lo cual le ha comenzado a dar una cierta experiencia que servirá para aconsejar a todas las usuarias de su página.

Algunas de las recetas que ya ha publicado son:

- 9 recetas fitness con cuscús
- Crema de espárragos fitness
- Galletas fitness
- Barritas de avena fitness

Se puede seguir a Clara tanto en su página web <http://recetasfitness.net/> como a través de su página de <https://www.facebook.com/recetas.fitness.es/>

Datos de contacto:

Clara Navarre

Nota de prensa publicada en: [Madrid](#)

Categorías: [Nutrición](#) [Gastronomía](#) [Sociedad](#) [Otros deportes](#) [Fitness](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>