

CURRICULUM VITAE

Keiji Yoshiki Bucio

Coach de estilo de vida fitness (ejercicio + nutrición + mente)
Especialista en control de peso y comunicador

OBJETIVO LABORAL: *Mi misión y propósito de vida es hacer una diferencia en la vida de la gente, de la forma más saludable y divertida: Haciendo Ejercicio y Alimentándose adecuadamente. Estoy convencido de que tener una vida sana en cuerpo y mente; nos hace sentir más contentos con quienes somos; cómo nos vemos; y cómo nos vivimos. Siendo no únicamente más felices, sino que hacemos más feliz a la gente a nuestro alrededor. Y a fin de cuentas, **qué puede hacer a alguien más exitoso que ser feliz.***

*Luego de casi 8 años como entrenador y nutricionista enfocado en el fitness; estoy seguro que el motor que me mueve en la vida es la pasión: **la pasión de ayudar a la gente a sentirse mejor con ellos mismos.** Por eso he decidido compartir tanto mi conocimiento, experiencia, como reportes de investigaciones recientes con todo aquel que desee tener una vida mejor. **Y el mejor conducto son tanto los social media como los medios masivos,** para darle a las audiencias contenidos relevantes e interesantes; siempre manteniendo **la credibilidad para que tanto el público como las marcas confíen en mi palabra.** A partir de ahí surge mi sitio web de estilo de vida fitness www.keifit.com*



DATOS GENERALES

Nombre: Keiji Yoshiki Bucio

E-mail: kei-sc@live.com

Twitter: [@keiyoshiki](https://twitter.com/keiyoshiki)

www.facebook.com/keiji.fit

www.keifit.com

Youtube [KEIFIT](https://www.youtube.com/KEIFIT)

IDIOMAS

Inglés Fluido (TOEFL 537 puntos)

FORMACIÓN ACADÉMICA

- | | |
|------|--|
| 2011 | RTS MASTER (5 levels) Por Tom Purvis,
Master en Biomecánica aplicada al Ejercicio ENOklahoma city, USA |
| 2009 | Diplomado en Nutrición y Antropometría aplicada al deporte en Universidad Iberoamericana |
| 2001 | Fotógrafo Profesional Retrato y Moda en Centro de la Imagen, CONACULTA |
| 1999 | Contador Público en Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Monterrey |
| • | Campus Ciudad de México |

ACTIVIDADES LABORALES PROFESIONALES

- | | |
|-----------|--|
| 2015-hoy | KEI Fitness Lifestyle <ul style="list-style-type: none">• Editor at large del sitio web www.keifit.com• Nutricionista y Entrenador especialista en Control de Peso y Estética Corporal |
| 2015-hoy | Belvid <ul style="list-style-type: none">• Nutricionista y Entrenador especialista en Control de Peso y Estética Corporal |
| 2014-2015 | Grupo Martí / Sport City <ul style="list-style-type: none">• Especialista en Medios Sociales e Impresos |

- Editor de contenidos editoriales y audiovisuales para medios físicos, electrónicos y redes sociales relacionados con deporte.
 - Editor at large en el lanzamiento del blog de Grupo Martí www.viviresundeporte.com
- 2011-2015 **Head Coach y Gerente de Actividades Deportivas** para Marketing: Activaciones, Promoción, Publicidad y Relaciones Públicas. Creación, organización, capacitación. y líder de equipos especializados para desarrollar actividades relacionadas con el deporte. En temas como:
- Fitness Corporativo: Mediciones y evaluaciones físicas en empresas y Pausas activas. Servicio creado para dar un extra a los clientes corporativos y motivarlos a renovar convenios. Lo cual **además de lograrse en más del 80% de los casos; fue un servicio contratado por grupos** como UVM UNITEC Laureate; Grupo Bimbo; para sus oficinas y convenciones; **generando ingresos extra a Grupo Martí.**
 - Conductores y Modelos de Fitness para hacer cápsulas, fotos y tutoriales sobre ejercicio. Estos videos para portales como **Salud 180, están entre sus videos más vistos, con 422,000 y 260,000 vistas, dando presencia de marca a Sport City.**
 - Retos extremos, basados en obstáculos, que se lleva a Universidades, preparatorias y empresas. Logrando renovar convenios corporativos para venta de membresías.
 - Evaluación de tipo de pisada y técnica de carrera, así como entrenamientos outdoors. Servicio que se usó para dar una experiencia en las tiendas Martí especializadas en Running: Run Freaks.
- 2008- 2015 **Sport City Lindavista**
- Entrenador Personal Elite y Nutricionista
 - Especialista en Fitness (estética corporal)
- 2010- 2013 **Sport City University**
- Docente
 - Especialista en Nutrición; Poblaciones especiales;
 - Biomecánica aplicada al ejercicio; y Desarrollo profesional y humano
- 2007- 2008 **Sport City Cuernavaca**
- Entrenador Fitness
- 2004-2006 **Cafetería Lu-K**
- Propietario y administrador en Cuernavaca, Morelos
- 2001-2004 **Periódico El Universal, S.A. de C.V.**
- Escritor y Fotógrafo de moda, espectáculos y entretenimiento.

CERTIFICACIONES Y TALLERES RELACIONADOS CON EJERCICIO Y NUTRICIÓN

-
- 2011 **RCP (American Heart Association)**
- 2010 **Diplomado en Entrenamiento para la Estética Corporal**
- Grupo Sobre Entrenamiento GSE, on line
 - Estrategias de Entrenamiento y Nutrición específicas para lograr metas relacionadas con disminución de grasa corporal; incremento de tono y masa muscular.
 - Argentina
- 2010 **Síndrome Metabólico y Metodología para el entrenamiento en obesos** por Lic. Mario di Santo.
- Taller métodos de entrenamiento para bajar de peso y reducir riesgos a la salud, especialmente en población con sobrepeso alto y obesidad.
 - Sport City University
- 2009- 2010 **ISAK (International Society for the Advancement of Kinanthropometry) Nivel 1 y 2**

- Mediciones antropométricas y fórmulas para definir el porcentaje de grasa y diámetros óseos orientados a conocer el somatotipo de las poblaciones, y hacer una mejor predicción de su potencial estético y deportivo post-entrenamiento.
 - Sport City University
- 2009 **RTS 123**
- Biomecánica aplicada al ejercicio,
 - Sport City University
- 2008 **Simposium NSCA**
- Preparación para el examen NSCA
 - Sport City University
- 2008 **Entrenador Personal Elite**
- Principios de nutrición para población físicamente activa, orientada a dar herramientas para una alimentación saludable y balanceada
 - Sport City University
- 2007 **Entrenador Personal 1**
- Principios de entrenamiento fitness
 - Sport City University
- 2007 **Instructor Reebok Medicine Ball**
- Reebok University / Sport City University, 2007
- 2007 **Instructor Reebok Core Training**
- Reebok University / Sport City University, 2007

Reconocimientos, Congresos y otras actividades profesionales

- 2013 **Organización de un flashmob** con motivo del 18 aniversario de Sport City en que bailaron de manera simultánea los 38 clubes (2013) http://youtu.be/rwwQ_2IAFsw
- 2012- 2014 Participación en Congresos y Foros Internacionales de Mercadotecnia y Negocios:
- World Marketing Forum by WOBI
 - World Business Forum by WOBI
- 2013 Taller de Ventas Método Sandler, 2013
- 2013 Participación en Congreso Internacional de Ciencias aplicadas al Deporte, México 2013
- 2013 Participación en el equipo de estandarización antropométrica y planes alimentarios de la división de Entrenadores Elite.
- 2008 *Entrenador **Personal más productivo** en SCE Lindavista 2009*

ACTIVIDADES PROFESIONALES EN MEDIOS DE COMUNICACIÓN

- Posterior a la universidad y a otras actividades profesionales; desde 2007 me integré como entrenador a Sport City. Hice varias certificaciones en Sport City University, **hasta que en 2009 aprobé con honores el Diplomado en Nutrición Deportiva de la Universidad Iberoamericana**, que me permitió convertirme en Entrenador Elite.
- En 2010, tuve la oportunidad de comenzar a dar cursos a otros entrenadores sobre principios básicos de nutrición, así como métodos para entrenar a poblaciones especiales. También pude crear cursos relacionados con profesionalización de entrenadores; imagen profesional vendedora; y biomecánica aplicada al ejercicio.
- En 2011, cursé un Máster en Biomecánica aplicada al ejercicio, en USA. Bajo el aval de RTSTM
- Desde 2011 comencé a colaborar con contenidos de entrenamiento y nutrición en varios medios, siendo el inicial **Revista Balance (Ed. Expansión)**, hasta el 2012 porque terminó el ciclo de la revista. También he escrito artículos y sido **fuentes como especialistas fitness en otros medios relevantes desde 2010 a la fecha** como:
 - **Medios Impresos:** *Men's Health; Women's Health; MOI por Martha DeBayle; In Style; Glamour; Runner's World; Grupo Reforma* Revistas *En Forma & A Correr* y periódico *Reforma*; **Periódico Récord, Récord Running**; Revista *Deep*; entre otras: <https://www.facebook.com/media/set/?set=a.826064987420626.1073741832.100000513979308&type=1&l=369a4737ab>.

- **Revistas Digitales y Blogs: CNN** (<http://cnnespanol.cnn.com/tag/keiji-yoshiki/>); *Cincuenta y tantos* (<http://cincuentaytantos.com.mx/?author=11>); **Salud 180** (<http://enforma.salud180.com/nutricion-y-ejercicio/es-eficaz-tu-rutina-de-ejercicio#imagen-2>); *Medio Tiempo en su sección fitness & running*; *blog Sport City* (<http://blogsportcity.com.mx/2014/09/15/lo-ultimo-de-sport-city-reebok-obstacle-training/>); y esmasmujer.com & www.viviresundeporte.com; [vanidades](http://vanidades.com)
 - **Medios Audiovisuales:** Colaborador frecuente como Entrenador de Estilo de Vida Fitness en el programa **Exposiciones en Imagen de Kiki Ferriz de Con** en [Imagen Radio](http://ImagenRadio.com); sumedico.com: Tutorial "Cómo quemar grasa usando Elíptica" (<http://youtu.be/1RJm-egLQU>); Canal Once TV (<http://youtu.be/TUq8AIJspDA>)
 - **He conceptualizado**, dirigido, producido, además de dar asesoría y validación en ejecución correcta de ejercicios para crear tutoriales y rutinas de ejercicio en los canales de youtube: [salud180](http://salud180.com) y [Sport City](http://SportCity.com).
- En 2014 impartí la conferencia, conceptualizada y escrita por mi: **El Ejercicio como el mejor seguro de Calidad de Vida**, dentro del equipo de ventas corporativas de Grupo Martí. Esto a empresas como PWC, Corporativo Laureate UVM UNITEC, Grupo Bimbo, entre otras.
 - A partir de 2015, que inicie de forma independiente como Comunicador de Estilo de vida Fitness **logré tener una columna semanal en el sitio web de Martha Debayle** (<http://www.marthadebayle.com/sitio/revista/moi/como-caminar-energicamente-y-los-beneficios-que-da/>). Haciendo tanto notas escritas como videos y tutoriales.
 - En 2015 fui titular del **segmento de Fitness y Wellness** de la revista sabatina de TV por *Grupo Fórmula "El Show de la Belleza"* donde además de dar tips y rutinas de ejercicio, tuve la oportunidad de hacer entrevistas a especialistas como médicos, nutriólogos y entrenadores. https://www.youtube.com/playlist?list=PL_SPlr1tzdTnMQJzs_y03ilx8SL7PVwUi
 - Desde 2015, escribo y soy especialista en fitness para el portal salud 180 www.salud180.com
 - A partir de enero de 2016, sumé una columna semanal en **revistamoi.com by Martha Debayle de MMK Group** (<http://www.revistamoi.com/author/keiji-yoshiki/>).

Actualmente tengo un sitio web de estilo de vida fitness KEI Fitness Lifestyle (www.keifit.com) cuya misión es forjar una sociedad más saludable dándoles información real, confiable, **basada en evidencia científica y experiencia de Expertos** en Entrenamiento, Nutrición y Estilo de Vida: ¡Para que la gente tome decisiones que **impacten tu vida!**

