



FAMOSOS | Redacció | Actualitzat el 02/07/2024 a les 11:00

Ibai Llanos comparteix el seu canvi físic després d'una aposta a la Kings League

El famós streamer Ibai Llanos ha començat, de nou, a compartir vídeos a les xarxes socials del seu canvi físic. El repte ha començat després d'una aposta que va fer Llanos abans de guanyar el mundial de la Kings League. En un vídeo va anunciar que faria el repte que més m'agrada tingués en els comentaris, i així ha estat. Amb més **d'1,5 milions de likes li proposaven "un canvi físic de veritat"**.

Setmanes després d'aquella promesa, Ibai ha començat el seu nou canvi físic amb la promesa de publicar de **quatre a cinc vídeos setmanals** a les xarxes socials amb els seus entrenaments. De fet, ell mateix va assegurar que si una setmana no penjava contingut es trauria la barba, amb la que porta més de vuit anys.

@ibaillanos

EMPIEZA EL RETO

? sonido original - Ibai

En els vídeos que ha compartit, de moment es veu com fa entrenaments de força per entrenar els músculs i no pas tant de càrdio. Com en altres ocasions les seves classes van dirigides per un entrenador personal.

No és el primer cop que l'influencer intenta començar un repte d'aquest tipus, de fet ha explicat que aquest cop ho fa amb 18 kg menys que en 2023 i assegura que aquest és el seu millor pes. Tot i que no ha indicat quin és el seu pes, sí que ha deixat clar que aquest cop s'ho pren seriosament i aprofita el repte per compartir vídeos a TikTok.

@ibaillanos

Día 5 de mi cambio físico

? Yacht Club - MusicBox

