El Fitness llegó al Ifema con el Meeting y Training Day SEA

Tuvo lugar los días 29-30 de noviembre de 2014 en el Centro de Convenciones Norte del IFEMA en Madrid.

Tuvo lugar los días 29-30 de noviembre de 2014 en el Centro de Convenciones Norte del IFEMA en Madrid.

Contó con la asistencia de más de 250 personas y con destacados ponentes expertos en el **Training Day** como David Pozos, Gabriel Hernando, Alex Ventura, Ivan Chulvi y Juan Ramón Heredia. El **Meeting Day** contó con la presencia de Alex Schemes, José Vidal, Marta Madrigal, Laura García, Santi Liébana y Paula Butragueño como expertos profesionales del fitness.

El Meeting Day SEA, se trata de un evento dividido en 4 bloques y pensado para todos los públicos, en el cuál se realizaron las diferentes propuestas en actividad física que están actualmente en el mercado del fitness y wellness: latino Dance, Functional Xtreme, Urban Style, Gap Training, Aero Dance y Pilates/Streching Training Day SEA, se trata de una formación de máxima calidad, que aportó en una sola jornada multitud de contenidos revisados, actualizados y de la mano de los mejores ponentes del momento. Las ponencias trataron los siguientes temas: “Entrenamiento Funcional en Deportes de Equipo”, “Entrenamiento, tecnología y APPs”, “Barefoot running, la técnica de carrera desde el punto de vista de prevención de lesiones, etc.”, “Potencia VS Frecuencia Cardiaca” y “El entrenamiento de la fuerza para la salud: revisión y nuevos planteamientos para su programación y prescripción”.

Desde estas líneas agradecer la participación de todos los asistentes, staff y empresas colaboradoras: Thomas Wellness, Kutura, Valgo, SECTORFITNESS, IFEMA.

Link to Original article: https://www.manelvalcarce.com/blog/el-fitness-llego-al-ifema-con-el-meeting-y-training-day-sea?elem=90534