

Boletín Fitness Empresarial No.13



En esta edición invitamos a varios especialistas para que compartan sus aportes sobre recomendaciones para mejorar los resultados del ejercicio.

Además sumamos otras secciones como la de tecnología, gimnasios y fitness en el mundo.

Reflexión: Entrenamiento con resultados- Gustavo Yepes.

Recomendaciones para mejorar mejores resultados en el entrenamiento- Luis Bellatín.

Recomendaciones para mejorar mejores resultados en el entrenamiento- Ruby Sagástegui.

Recomendaciones para mejorar mejores resultados en el entrenamiento- Salvatore Italiano.

Recomendaciones para mejorar mejores resultados en el entrenamiento- Michael Ruiz.

GIMNASIOS: Zonas de musculación, entrenamiento duro y puro.

TECNOLOGÍA: Bicicleta virtual- Entrenador con AI.

TRAINERS: Resultados de encuestas de servicio.

FITNESS EN EL MUNDO: Recuperación del sector fitness Español- Nace BAILAMOS FIT.

La próxima edición será el boletín No.14, y tendrá como tema principal "DIRECCIÓN Y LIDERAZGO DE EQUIPOS".

Link to Original article: <https://www.gestionfit.com/blog/boletin-fitness-empresarial-no13?elem=304364>