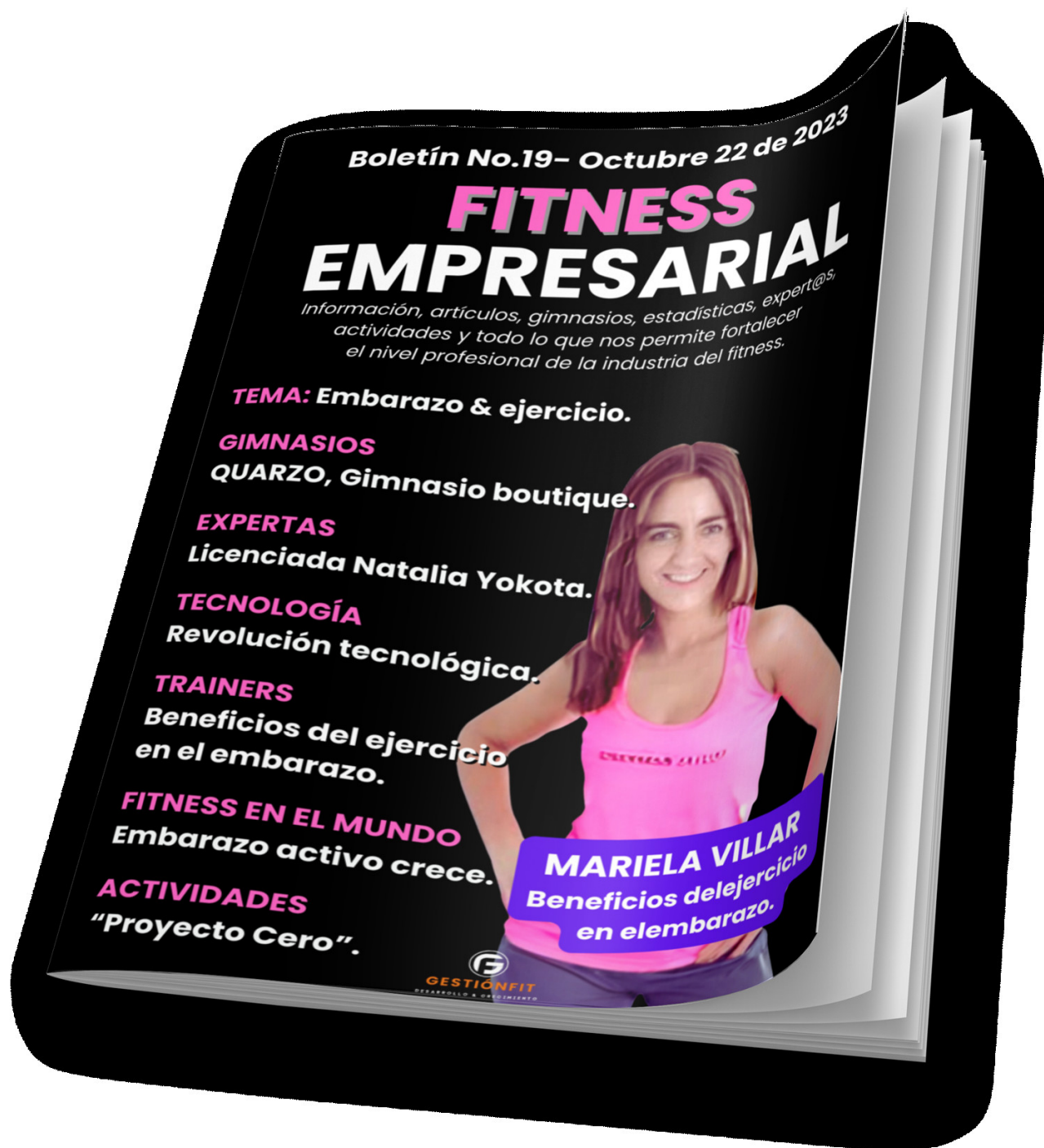


Boletín fitness empresarial No.19



En esta edición compartimos información sobre "El embarazo y el ejercicio", con el aporte de diferentes expertas y expertos, además de la presentación de gimnasios y artículos informativos sobre la industria del fitness a nivel nacional e internacional.

REFLEXIÓN: Embarazo y ejercicio- Gustavo Yepes.

EXPERTAS- Beneficios del ejercicio en el embarazo- Mariela Villar.

GIMNASIOS: El icónico gimnasio fierrero Aldo's Gym- Aldo Lescano.

GIMNASIOS: QUARZO, Gimnasio Boutique- Louis Prutschi.

EXPERTOS- Ejercicio físico en el embarazo- Dr. Leonel Lozano.

EXPERTOS- Ejercicio y embarazo- Dr. Guillermo Moreno.

EXPERTAS- Ejercicio y embarazo- Dra. Mary Vega.

TECNOLOGÍA: Revolución tecnológica en la industria del fitness.

TECNOLOGÍA: Lanzamiento de BODYCOMBAT XR.

TRAINERS: Recomendaciones para mujeres embarazadas- Natalia Yokota.

TRAINERS: Recomendaciones para mujeres embarazadas- Antonio Fajardo.

TRAINERS: Recomendaciones para mujeres embarazadas- Selimara Góngora.

TRAINERS: Método de entrenamiento "Pvolve", utilizado por Jennifer Aniston.

FITNESS EN EL MUNDO: Alfabetización física- Festival de fitness Less Milas- Embarazo Activo.

El próximo 5 de noviembre, presentaremos el boletín Fitness Empresarial No. 20, con el tema principal sobre "**Fitness Grupal**".

Link to Original article: <https://www.gestionfit.com/blog/boletin-fitness-empresarial-no19?elem=308379>