

REVISTA FITNESS EMPRESARIAL No.33



En esta edición compartimos artículos con aportes de expertos, y otros temas de interés sobre la industria del fitness, en las secciones que presentamos a continuación:

- **REFLEXIÓN**: Los beneficios de hacer ejercicio en invierno - Gustavo Yepes.
- **EXPERTOS**: Dr. Jorge Reinoso, y la importancia de hacer ejercicio en invierno,
- **EXPERTAS**: Natalia Yokota, recomendaciones para hacer ejercicio en el invierno.
- **EMPRESAS FITNESS**: The Gym Group y Pure gym.
- **ENTRENAMIENTO Y SALUD**: La salud holística en los gimnasios.
- **ENTRENAMIENTO Y SALUD**: Reconsideración del índice de masa muscular.
- **TECNOLOGÍA Y FITNESS**: TikTok entra en el sector fitness de la mano de PELOTON.
- **TECNOLOGÍA Y FITNESS**: Guía para usar la inteligencia artificial en gimnasios.
- **CONSULTORA VALGO**: El sector fitness crece un 8% en Europa.
- **FITNESS EN EL MUNDO**: Brooklyn Fit Boxing crece en México, y Crossfit España deja de perder clientes.

Agradecemos los aportes de los participantes, y la información de los colaboradores, y esperamos presentar la revista Fitness Empresarial No.34.

Link to Original article: <https://www.gestionfit.com/revista/revista-fitness-empresarial-no33?elem=320351>