

# Programa

CONGRESO INTERNACIONAL DEL BIENESTAR



19 octubre 2024, sábado por la mañana

09:00	Recepción y Registro
09:30	Bienvenida y Presentación
09:45	Repuestas y adaptaciones del músculo esquelético en ejercicio de fuerza y resistencia.// HENRY LEÓN
10:30	Nutrición y ejercicio en la alimentación sarcopénica// OMAR HERNÁNDEZ
11:15	Descanso y networking
11:45	Fuerza en Adulto mayor// PABLO MARCOS
12:30	Workshop de suplementación para la salud y el rendimiento físico// OMAR HERNÁNDEZ
13:15 (30 min)	MESA REDONDA liderada por MARCOS GARCÍA

PREGUNTA TUS DUDAS

[WWW.PURAVIDASEA.COM](http://WWW.PURAVIDASEA.COM)



# Programa

CONGRESO INTERNACIONAL DEL BIENESTAR

19 octubre 2024, sábado por la tarde

15:15	Apertura puertas
15:30	Valores // EMILIO DURÓ
17:30	Entrena la felicidad// JOSE VIDAL
18:15	Descanso y networking
18:45	Motivación // JUAN ANTONIO MORENO
19:30 (30 min)	MESA REDONDA 2 liderada por JOSE LUIS HERREROS

**PREGUNTA TUS DUDAS**

[WWW.PURAVIDASEA.COM](http://WWW.PURAVIDASEA.COM)



# Programa

CONGRESO INTERNACIONAL DEL BIENESTAR

CONGRESO INTERNACIONAL DEL BIENESTAR  
**PV PURA VIDA**  
Sectorfitness European Academy

20 octubre 2024, domingo por la mañana

10:30	<b>Bienvenida y Presentación</b>
10:30	<b>Redes// LETI PEREGRIN</b>
11:30	<b>Descanso y networking</b>
12:00	<b>BONUS TRACK SANTIAGO LIÉBANA Marca personal// LUIS EDUARDO RAMIREZ</b>
13:00	<b>Mesa redonda</b>
13:30	<b>DESPEDIDA Y CIERRE</b>

**PREGUNTA TUS DUDAS**

[WWW.PURAVIDASEA.COM](http://WWW.PURAVIDASEA.COM)



# Programa

CONGRESO INTERNACIONAL DEL BIENESTAR

CONGRESO INTERNACIONAL DEL BIENESTAR  
**PV PURA VIDA**  
Sectorfitness European Academy

## PONENTES

**Henry León:** Médico cirujano y doctor en Biociencias, experto en fisiología del ejercicio y adaptación muscular. Profesor e investigador en la Universidad de La Sabana, Colombia.

**Omar Hernández:** Nutriólogo deportivo y doctorando en Fisiología, especializado en nutrición avanzada y suplementación para la salud y el rendimiento.

**Pablo Marcos:** Investigador en envejecimiento activo y ejercicio físico para adultos mayores. Profesor titular y coordinador de la red HEALTHY-AGE.

**Emilio Duró:** Economista y conferencista internacional en motivación y éxito personal. Defensor de una vida con sentido y trascendencia.

**Jose Vidal:** Líder en gestión del talento y alto rendimiento deportivo. Enfocado en el entrenamiento de la felicidad y bienestar emocional.

**Juan Antonio Moreno:** Catedrático y experto en motivación aplicada al deporte y la vida. Conferencista internacional y autor de más de 400 publicaciones.

**José Luis Herreros:** Presidente de COLEF CV, gestor deportivo con más de 20 años de experiencia. Promotor de la "receta deportiva" en el ámbito sanitario.

**Luis Eduardo Ramírez:** Bacteriólogo y especialista en gerencia, CEO de Group Fit. Consultor en fitness, con enfoque en marca personal y gestión empresarial.

**Leticia Pelegrín:** Experta en marca personal y redes sociales para entrenadores. Formadora en readaptación deportiva y marketing digital.

Presentador:

**Santi Liébana:** Maestro de ceremonias, gerente de Nou Olímpic y monologuista. Director técnico de SectorFitness European Academy

[WWW.PURAVIDASEA.COM](http://WWW.PURAVIDASEA.COM)