

JORNADAS NUT&TRI

Nutrición aplicada al Triatlón

Programación

8:15	ACREDITACIONES
8:45 - 9:00	APERTURA JORNADAS. // Raúl Luzón
9:00 - 9:30	"ENTRENAMIENTO EN AYUNAS" // Aurora Cid.
9:30 - 10:00	"AJUSTE NUTRICIONAL EN BASE AL RENDIMIENTO Y ESFUERZO" // Raúl López.
10:00 - 10:30	"OPTIMIZACIÓN DE LA HIDRATACIÓN EN EL TRIATLÓN" // Hugo Iglesias
10:30 - 10:45	MESA REDONDA PONENTES // Modera Raúl Luzón
10:45 - 11:15	(PAUSA-CAFÉ)
11:15 - 12:15	"SUPLEMENTOS NUTRICIONALES Y MATERIAL DEPORTIVO: APLICANDO LA TEORÍA" // Bárbara Sánchez
12:15 - 13:00	MESA REDONDA DEPORTISTAS // Marcos Burdaspar // Alba Reguillo // Carlos Rodríguez (Willy)
13:00 - 14:00	"SHOW-COOKING" // Javier Sánchez // Carlos Ferrando
14:00 - 15:30	(PAUSA COMIDA)
15:30 - 16:00	"PERIODIZACIÓN NUTRICIONAL" // Carles Tur
16:00 - 16:30	"CASO REAL: IRONMAN LANZAROTE 2017" // Fernando G ^a Oliveri
16:30 - 16:45	MESA REDONDA PONENTES // Modera Raúl Luzón
16:45 - 17:15	(PAUSA-CAFÉ)
17:15 - 18:15	"SHOW-COOKING" // Javier Sánchez // Carlos Ferrando
18:15 - 19:00	MESA REDONDA DEPORTISTAS // Juanito Martínez // Ana Revilla // Rubén Ruzafa

COLABORA:

