FullMusculo organiza Experiencia Sapiens, la conferencia de salud y fitness en español más grande jamás realizada

Una conferencia online y gratuita, del 2 al 5 de noviembre, que reunirá a los 20 mayores referentes de la salud y el fitness de Latinoamérica y España

La Experiencia Sapiens reunirá a los 20 mayores referentes de Latinoamérica y España en salud y fitness y se prevé que acudan más de 100.000 personas. Se trata de la tercera conferencia, organizada por FullMusculo, pero la primera que se centrará en un enfoque de salud holístico o integral.

Este evento tiene el objetivo de fomentar una buena salud y un buen estado físico, teniendo en cuenta no solo el ejercicio y la alimentación, sino también involucrando otros factores igual de importantes, como los ritmos circadianos, la exposición al sol, el control de la ansiedad, el estrés, la exposición a tóxicos y el sistema inmune, la dieta cetogénica, el ayuno intermitente y también el uso y el abuso de ciertos elementos presentes en la dieta diaria de una persona como el café o el alcohol.

Entre los ponentes, que acudirán a Experiencia Sapiens, se encuentran: el Dr. Guillermo Rodriguez Navarrete @Nutrillermo, El Dr. Jorge Bayter, El Dr. Carlos Jaramillo y la Entrenadora Ale Estefanía. No serán los únicos, ya que, en total, el evento reunirá a los 20 mayores referentes de Latinoamérica y España en salud y fitness.

Será un evento totalmente gratuito y online que comenzará el día 2 de noviembre y terminará el día 5. Todas las personas que deseen asistir, tendrán que registrarse previamente para conseguir su entrada gratuita. Las conferencias se transmitirán en directo a través del canal de Youtube de FullMusculo.

En total, serán más de 12 horas de charlas y ponencias en las que se hablará de salud, nutrición, entrenamiento y psicología. El evento estará moderado por David de Ponte, fundador y CEO de FullMusculo, la comunidad de fitness más grande de Latinoamérica y España.

Las conferencias comenzarán a partir de las 18.00 (hora española) y tendrán una duración aproximada de 30 minutos cada una, durante las cuales los asistentes podrán escuchar la opinión de varios expertos en los distintos ámbitos que están involucrados en la salud global de una persona.

Algunas de las conferencias que tendrán lugar son:

Miércoles 2 de noviembre, Introducción a la nutrición moderna: más allá del bacon, huevo y aguacate,

con el Dr. Guillermo Rodríguez Navarrete.

Jueves 3 de noviembre, La alimentación como medicina, con el Dr. Carlos Jaramillo.

Viernes 4 de noviembre, sesión con Ale Estefanía para hablar sobre el entrenamiento de fuerza efectivo.

Sábado día 5 de noviembre, modelo carbohidrato-insulina: la pandemia de la obesidad desde una nueva perspectiva con el Dr. Jorge Bayter.

Acerca de FullMusculo:

Es la comunidad fitness más grande de Latinoamérica y España. Un espacio de información, divulgación y educación sobre temas relacionados con la salud, la nutrición, el entrenamiento, la psicología, la suplementación y el estilo de vida en general, basado en la última evidencia científica.

Una comunidad donde acuden y participan decenas de profesionales de todo el mundo, cada año, para colaborar y aportar sus conocimientos desde el blog, el podcast y las redes sociales de FullMusculo.

Más información en:

<https://www.instagram.com/fullmusculo/>

Datos de contacto:

David de Ponte Lira
CEO de FullMusculo
+1(903) 494-6322

Nota de prensa publicada en: [España](#)

Categorías: [Nacional](#) [Nutrición](#) [Otros deportes](#) [Psicología](#) [Fitness](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>