



TALLER DE NUTRICIÓN

incluye evaluación INBODY



NUTRITION PLAN

“APRENDE A ELEGIR Y COCINAR SALUDABLE”

¡Convierte el conocimiento en acción!

Te invitamos a nuestro Taller Nutricional Práctico, diseñado para que aprendas a tomar mejores decisiones sobre los alimentos que consumes y su impacto en tu salud. En este taller, no solo comprenderás la composición de los alimentos, sino que también descubrirás cómo elegir opciones más saludables y aplicarlas en la cocina.

Además, como parte del taller, realizaremos una evaluación de composición corporal con InBody, lo que te permitirá conocer tu porcentaje de grasa, masa muscular y otros indicadores clave para personalizar aún más tu alimentación y entrenamiento.

También recibirás material educativo exclusivo con toda la información del taller para que puedas aplicarla en tu día a día. Te recomendamos traer papel o cuaderno para tomar apuntes.

Detalles del evento

📍 Ubicación: Suárez Mujica 950

🕒 Horario: 10:30 - 13:30

¡Reserva tu cupo y aprende a transformar tu alimentación de manera práctica y efectiva!



EXPOSITORES



Rafael Correa
Nutricionista



Valeska Vidal
Nutricionista



Felipe Muñoz
Nutricionista