EINDE
ENCUENTRO INTERNACIONAL DE NUTRICIÓN DEPORTIVA
ARGENTINA 2026

Mendoza – 9 de Octubre

Sheraton Mendoza

PROGRAMA

La Ciencia del Rendimiento: Nutrición, Entrenamiento y Mentalidad.

Los horarios pueden sufrir modificaciones.

MÓDULO 1

7:00 - 8.15	ACREDITACIÓN
8:30 - 9:00	Apertura y presentación de ponentes.
	Composición corporal, Nutrición, Suplementos - Mitos y Realidades Científicas. Francis Holway.
9:00 - 9.45	RED-S - La baja disponibilidad energética y su impacto en la salud y el rendimiento deportivo. Antonella Robledo Irigoyen
9:45 - 10:00	Preguntas del público. Host Francis Holway.
10:00 - 10:45	Entrenamiento Híbrido: Combinando Fuerza y Cardio para optimizar resultados. Marcos Vázquez.
10:45 - 11:00	Preguntas del público. Host Francis Holway.
11:00 - 11.45	Proteína: ¿Cuánta necesitamos realmente? Ismael Galancho
11:45 - 12:00	Preguntas del público. Host Francis Holway.
12:00 - 12.45	Optimización hormonal en salud, estética y rendimiento: ¿Más es mejor? Borja Bandera.
12:45 - 13:00	Preguntas del público. Host Francis Holway.
13:00 - 15:00	RECESO

EINDE
ENCUENTRO INTERNACIONAL DE NUTRICIÓN DEPORTIVA
ARGENTINA 2026

Mendoza – 9 de Octubre

Sheraton Mendoza

PROGRAMA

La Ciencia del Rendimiento: Nutrición, Entrenamiento y Mentalidad.

Los horarios pueden sufrir modificaciones.

MÓDULO 2

15:00 - 15.30	El costo invisible del alto rendimiento. Antonella Robledo Irigoyen.
15:30 - 15:45	Preguntas del público. Host Francis Holway.
15:45 - 16.15	Carbohidratos, fruta y picos de glucosa: la verdad que nadie te cuenta. Ismael Galancho.
16:15 - 16:30	Preguntas del público. Host Francis Holway.
16:30- 17:00	Optimización metabólica en longevidad: ¿qué debemos saber? Borja Bandera.
17:00 - 17:15	Preguntas del público. Host Francis Holway.
17:15 - 17.45	Estoicismo para la Salud y el Rendimiento. Marcos Vázquez.
17:45 - 18:00	Preguntas del público. Host Francis Holway.
18:00 - 19:00	MESA REDONDA - Interacción con el público, preguntas. Francis Holway, Ismael Galancho, Antonella Robledo Irigoyen, Marcos Vázquez y Borja Bandera.