

Hora	Conferencia	Ponente	Institución	País
07:00 a 08:30 hrs.	REGISTRO			
08:30 a 09:00 hrs.	INAUGURACIÓN			
09:00 a 09:45 hrs.	De la granja al maratón: La dieta sustentable para el atleta de resistencia	Nanna Meyer, Ph.D.	Universidad de Colorado, Comité Olímpico USA y Ex-presidente de PINES	
09:45 a 10:30 hrs.	Comer o no comer antes de correr: Estrategias de nutrición para antes de la carrera	Lic. Margarita Posada	Gerente de Nutrición de Chivas y Directora Asociaciones FMND	
10:30 a 11:15 hrs.	La forma correcta de hidratarse y mantener la energía durante la carrera	Lourdes Mayol, M.Sc.	Asesora Científica del GSSI y Directora Académica de la FMND	
11:15 - 11:45 hrs.	SESIÓN DE PREGUNTAS Y RESPUESTAS			
11:45-12:15 hrs.	RECESO			
12:15-13:00 hrs.	Tácticas de recuperación para atletas de resistencia	Ryan Nuccio, M.S	Científico GSSI	
13:00-13:45 hrs.	¿Muy saludable o en el extremo?: Bases clínicas de la Ortorexia Nerviosa	Christina Scribner, MS, RD, CSSD	Universidad del Estado de Arizona	
13:45-14:15 hrs.	SESIÓN DE PREGUNTAS Y RESPUESTAS			
14:15-16:00 hrs.	COMIDA			
16:00-16:45 hrs.	¿Cómo entrenar para un maratón?	Jonathan Esteve, Ph.D.	All in Your Mind / ERGO Lab	
16:45-17:00 hrs.	SESIÓN DE PREGUNTAS Y RESPUESTAS			
17:00-18:30 hrs.	Mesa Redonda: Estrategias de nutrición y entrenamiento en el running	Lic. Margarita Posada Aurora León, M.Sc. Lic. Josue Rodríguez Jonathan Esteve Entrenador y Corredores (por confirmar)	Directora Asociaciones FMND • Coordinadora de la Mesa Vicepresidenta FMND • Nutrióloga y corredora Advance Nutrition • Nutriólogo y corredor All in your mind/Ergo Lab • Entrenador	 
18:30 hrs.	CLAUSURA			