**"¡Descubre el Poder Transformador de PAFF 2024: El Epicentro del Deporte y el Bienestar!"  Sábado 2 de marzo, Centro de Convenciones Atlapa.**

El PAFF, Panamá Sports & FIT Festival 2024, evento deportivo y de bienestar más destacado de la región, está listo para hacer historia en la escena deportiva y del estilo de vida. Esta jornada vibrante y llena de energía para toda la familia se llevará a cabo el sábado 2 de marzo de 2024 en el Centro de Convenciones ATLAPA de 8:00 a.m. a 8:00 p.m.

Más de 1,000 atletas participarán en una amplia variedad de disciplinas deportivas, clases de fitness y debates sobre temas relevantes para la salud. El PAFF será el punto de encuentro entre los profesionales de la industria del bienestar y los apasionados consumidores, proporcionando una plataforma única para la compra, venta, orientación y aprendizaje en un entorno divertido y dinámico.

Los expositores incluirán cadenas de gimnasios, equipos deportivos, entrenadores personales, especialistas en yoga, pilates, aeróbicos, nutricionistas, masajistas, empresas de alimentos saludables, proveedores de ropa deportiva y accesorios, así como escuelas de diversas disciplinas deportivas, entre otros. Esta diversidad asegura una experiencia integral para los asistentes, fomentando la unión, crecimiento y la promoción de un estilo de vida saludable en Panamá.

Cabe destacar que el Comité Olímpico de Panamá (COP), reconocido por liderar el movimiento olímpico en el país, se complace en anunciar su participación en la primera edición del Panamá Sports & FIT Festival 2024. Este evento marca una oportunidad emocionante para el COP de fomentar la actividad física y los valores deportivos en la comunidad panameña, al tiempo que fortalece los lazos con los aficionados al deporte en todo el país.

Conoce la programación:

**ZONA HOLÍSTICA**

**9:00 a.m. a 10:00 a.m. “CLASE DE YOGA PARA NIÑOS DE 7 A 11 AÑOS”**

Yisel Rodríguez Instructora en Sadhana Power Vinyasa Yoga RYT200 de Moon Yoga PTY

**10:00 a.m. a 11:30 a.m. “YOGA DE CONEXIÓN CON LA TIERRA”**

Givindha Mayã Instructora de Ashtanga y Hatha Yoga

**11:30 a.m. a 1:00 p.m. “PILATES”**

Meilyn Schavino, Instructora de Pilates y Fisioterapeuta

**1:00 p.m. a 2: 30 p.m. “MOVILIDAD Y DESPERTAR DE NUESTRAS CADERAS”**

Carol Jeannine Williams Instructora de Yoga RYT200 Yoga by Carol Jeannine

**2:30 p.m. a 4:00 p.m. “PILATES”**

Meilyn Schavino, Instructora de Pilates y Fisioterapeuta

**4:00 p.m. a 6:00 p.m. “ENERGY CLEANSE”** para limpiar y armonizar la energía con una sesión de Yoga, Respiración, Meditación Guiada y Relajación final con Baño Sonoro ("bowls de Cuarzo").

Leslie Vaghun Instructora de Yoga E-RYT800 Kale Yoga

**6:00 p.m. a 7:00 p.m. “BUTI YOGA, MOVIMIENTO MEDICINA”**

Ana Chanis Instructora de Yoga ZEN Panamá Studio

**TARIMA PRINCIPAL**

8:00 a.m. – 9:00 a.m. Inauguración del Evento y Corte de Cinta

9:00 a.m. a 10:00 a.m. Clase Magistral de Vinyasa Yoga con Leslie Vaghun de Kale Yoga

10:00 a.m. a 12:00 p.m. Maratón con JOSETRAINNER (Cardio Hit, Full Body, Baile y Rumba)

12:00 p.m. a 12:30 p.m. Presentación Especial de KarolFree Style

12:30 p.m. a 1:00 p.m. “Cross Training” con Daniel De Leon by Fitness Game

1:00 p.m. a 2:00 p.m. Rafa Insanity & Rosgfusco te traen "Mix Training"

2:00 p.m. a 3:00 p.m. Algis presenta "La Hora FIT"

3:00 p.m. a 3:30 p.m. “Power Fit Combat” by AIWA

3:30 p.m. a 3:50 p.m. Olimpiadas Especiales

3:50 p.m. a 4:00 p.m. “Breaking De Las Calles del Bronx a los Juegos Olimpicos” by Break Habits

4:00 p.m. a 5:00 p.m. Abdiel Abdul te invita a “Cardio Kick Boxing con Funcional”

5:00 p.m. a 6:00 p.m. Miguel Farias (llega desde Colombia) con su clase de “GAP” (Glúteo, Abdomen y Pierna)

6:00 p.m. a 7:00 p.m. Katherine Franco con su Clase Magistral “Power Booty” by KATHFIT

7:00 p.m. a 8:00 p.m. “La Hora Loca” Cierre Festivo y Celebración de para culminar un día lleno de energía y bienestar.

**OTRAS ZONAS DE ACCIÓN EN EL PAFF**

**Ajedrez**

9:00 a.m. a 1:00 p.m. Clases y Clínicas Clubes Asignados

1:30 p. m. a 6:00 p.m. Torneo Nacional de Ajedrez

Federación de Ajedrez de Panamá

**Arte Circense y Entretenimiento**

9:00 a.m. a 7:00 p.m. Clínicas, Clases y Eximiciones

Aero Danza, Mileika Ayala y Fior Jimenez

**Baloncesto**

9:00 a.m. a 7:00 p.m. Clínicas y Competencias Edades: 6 a 18 años

Mario Butler BIG BROTHER, Rolando Frazer, Federación de Baloncesto de Panamá

**Bici-escuela**

9:00 a.m. a 6:30 p.m. Clases de Montar Bicicleta y Seguridad Vial

Fundación Mónica Licona

**Boxeo**

9:00 a.m. a 1:00 p.m. Clínicas, Clases de Boxeo Sin Impacto para Niños

2:00 p.m. a 7:00 p.m. 15 Campeonatos de Boxeo Amateur

Federación de Boxeo Olímpico de Panamá

**Dardos**

9:00 a.m. a 7:00 p.m. Clínicas y Juegos

Panamá Darts

**Foot Table**

9:00 a.m. a 7:00 p.m. Clínicas y Juegos

Foot Table Panamá

**Functional Fitness**

9:00 a.m. a 7:00 p.m. Clínicas y Clases

La Chantin GYM

**Fútbol**

9:00 a.m. a 7:00 p.m. Clínicas y Activaciones

Federación Panameña de Fútbol (FEPAFUT)

**Gimnasia Artística**

9:00 a.m. a 7:00 p.m. Clases, Clínicas y Exhibiciones

No Limits Gymnastics Panamá

**Jiu Jitsu**

9:00 a.m. a 7:00 p. m. Torneo Nacional de 5 a 50 años de edad

Leonardo González, Asociación Nacional de Jiu Jitsu, Asociación Nacional de Jiu Jitsu Japones, Asociación Panameña de Jiu Jitsu Shiaikan

**KickBoxing & Muay Thai**

9:00 a.m. a 7:00 p. m. Clínicas, Clases y Exhibiciones (Katas, Muay Thai, Point Fighting, Light Contact, Kick Light, Full Contact, Low Kick , K1, Sports Combat League.

**Levantamiento de Pesas**

9:00 a.m. a 7:00 p. m. La Gran Final del Torneo Nacional de “Bench Press”  Federación Panameña de Potencia

**Pared de Escalar**

9:00 a.m. a 7:00 p. m.

Baboons Boulder Wall y SportLink Climb

**Patinaje Artístico Sobre Ruedas**Clínicas, Clases y Exhibiciones

9:00 a.m. a 7:00 p. m.

Loops Rollers Panama

**Tenis de Mesa**

9:00 a.m. a 7:00 p. m. Torneo Nacional

Asociación de Tenis de Mesa de Panamá

**SALA DE CONVERSATORIOS**

10:00 am Vida en360grados **“**Bienestar Como Estilo de Vida”

11:15 am Lo Mejor del Boxeo Conversatorios: “Dos (2) Campeones Mundiales de Boxeo Hoy día abogados de profesión”.

12:30 pm Luis Fernando García, Nutricionista Dietista, Conferencia: “Optimizando Tu Rendimiento”

02:00 pm Simón Alvarado, Conversatorio: “Runners: ¿Qué hacer y qué no hacer?”

03:15 pm Dr. Humberto Arrué, Conferencia: “Lesión SLAP: Me duele el hombro y no es el manguito rotador”

04:30 pm Federación Panameña de Ciclismo (FEPACI), Conferencia: **¿**Qué Saber del Ciclismo?

**Sábado 2 de marzo en Atlapa, te esperamos en el Panamá Sports & FIT Festival**

Un mundo de deportes, salud y bienestar físico te espera. ¡Te esperamos para vivir juntos este día espectacular!

BOLETOS ADULTO - $10.00 (compra digital)

BOLETO NIÑOS de 6 a 10 años- $7.00 \****Niños menores de 5 años entran gratis****\**

*Estos precios ya incluyen impuestos y cargos por servicio.*

¡No te quedes fuera! Los boletos ya están a la venta en[**www.Panatickets.com**](http://www.panatickets.com/)

**@PanamaSportsFestival**

**@yrpromociones**

**Se anuncio ayer 19 de febrero el**