



Scoprire, sperimentare: FIBO 2026 rende il lifestyle sano un'esperienza concreta

Descrizione

COMUNICATO STAMPA - CONTENUTO PROMOZIONALE

COLONIA, Germany, 16 aprile 2026 /PRNewswire/ - Il fitness è molto più del semplice allenamento. Dal 16 al 19 aprile, FIBO trasforma la fiera di Colonia in uno spazio esperienziale dedicato a fitness, salute e lifestyle, dove i visitatori possono scoprire nuove forme di allenamento, approfondire le conoscenze e raccogliere spunti per uno stile di vita più attivo.

Per quattro giorni, la fiera propone un programma ricco e variegato per principianti, appassionati e professionisti. Al centro vi sono proposte pratiche che uniscono informazione, ispirazione ed esperienze interattive - dai workout ai seminari alle tecnologie innovative.

«FIBO 2026 è per tutti - per chi si avvicina allo sport, per chi si allena regolarmente o chi cerca nuovi stimoli professionali. Il nostro obiettivo è rendere tangibili movimento, alimentazione e benessere e offrire ai visitatori la possibilità di sperimentare uno stile di vita sano e integrarlo nella quotidianità», afferma Silke Frank, Direttrice dell'evento.

Movimento da sperimentare

Nelle Experience Area i visitatori possono mettersi in gioco: dal Pilates ai Flow Workout fino a Hula-Hoop e Afroletics. Guidati da trainer, il focus è sull'esperienza condivisa e sulla scoperta di nuovi format e della comunità.

Alimentazione e recupero

Uno stile di vita sano si basa su movimento, alimentazione e recupero. FIBO mostra come l'alimentazione vegetale possa sostenere performance, muscoli e rigenerazione, approfondendo anche il trend del matcha. Offrendo risposte su nutrizione, routine e allenamento.

Nuovi approcci e tecnologie

Accanto ai metodi tradizionali trovano spazio approcci innovativi come il neurotraining e i concept Body & Mind, discipline come powerlifting, arm wrestling, Muay Thai e indoor cycling. Le tecnologie come mixed reality, gemelli digitali e wearable rendono il training pi 1 personalizzato e interconnesso, con progressi digitalmente visibili.

Dettagli dell'evento 16-19 aprile 2026, fiera di Colonia

Contatto stampa Leonie Ophey Leonie.Ophey@rxglobal.com

View original content: <https://www.prnewswire.com/it/comunicati-stampa/scoprire-sperimentare-fibo-2026-rende-il-lifestyle-sano-unesperienza-concreta-302743642.html>

Copyright 2026 PR Newswire. All Rights Reserved.

COMUNICATO STAMPA - CONTENUTO PROMOZIONALE: Immediapress   un servizio di diffusione di comunicati stampa in testo originale redatto direttamente dall'ente che lo emette. Adnkronos e Immediapress non sono responsabili per i contenuti dei comunicati trasmessi

 

[immediapress/pr-newswire](https://www.immediapress.com/pr-newswire)

Categoria

1. Comunicati

Tag

1. ImmediaPress

Data di creazione

Aprile 16, 2026

Autore

redazione