



PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO PUMA FUNCIONAL FIT



- » Completamente gratuito para la comunidad universitaria.
- » Se adapta a cualquier nivel y a cualquier persona, por lo que no importa si no estás acostumbrado a realizar ejercicio.
- » Sesiones de una hora con diferentes implementos.

SEDE

Vestíbulo de la Alberca Olímpica Universitaria.

PARTICIPANTES

Estudiantes vigentes de nivel medio superior y superior, así como personal académico y administrativo de la UNAM.

DÍAS Y HORARIOS

MATUTINO

- Lunes, martes, jueves y viernes 10:00, 11:00, 12:00 y 13:00 horas.
- Miércoles 11:00, 12:00 y 13:00 horas.

VESPERTINO

Lunes a jueves 17:00 y 18:00 horas.

INFORMES

activacionfisica@deporte.unam.mx

NOTA

Para acceder al programa es preciso registrarse en Red Puma:

<https://redpuma.unam.mx/Registro>

#SOYDEPORTEUNAM