



Secretaría de Servicio y Atención a la Comunidad Universitaria

Dirección General del Deporte Universitario
DGDU

CARRUSEL DEPORTIVO UNAM

DEPORTE POR Y PARA LA COMUNIDAD UNIVERSITARIA

SEMANA DEL 14 A 19 DE OCTUBRE

CULTURA FÍSICA

ACONDICIONAMIENTO FÍSICO GENERAL

Presencial al aire libre

Estadio Roberto "Tapatío" Méndez

Lunes a viernes de 8:00 a 16:30 h

Jardín anexo Torre de Ingeniería

Lunes a viernes de 14:00 a 16:00 h

Pista de Calentamiento

Lunes a viernes de 7:00 a 14:30 y de 15:00 a 17:00 h

Espacio Deportivo Puma, Islas de CU

17 y 18 de octubre | 12:00 a 16:00 horas | Baile, yoga, tai chi y mucho más



Pumafit | Vestíbulo de la Alberca Olímpica Universitaria

• Lunes, jueves y viernes de 10:00 a 14:00 h

• Miércoles 11:00 a 14:00 h

• Lunes a jueves de 17:00 a 19:00 h

Acuafit Alberca Olímpica Universitaria

• Lunes a viernes de 12:00 a 13:00 h

Importante: Actividades sujetas a condiciones epidemiológicas y ambientales favorables.



Plática-taller: ¿Sabes qué hace la UNAM en casos de violencia de género?

Miércoles 16 de octubre | 14:00 h
Auditorio Dr. Alberto Cueva Rojas
Facultad de Medicina.



ENTRADA LIBRE

TAPANCO ALBERCA OLÍMPICA UNIVERSITARIA

Lunes a viernes de 7:00 a 20:00 h | Sábados de 8:00 a 10:00 h
| Karate, jumping, taekwondo, pilates, baile deportivo y mucho más.

Actividades completas en deporte.unam.mx | Registro en **Red Puma**

EN DIRECTO | DeporteUNAM

Elige la rutina que más se ajuste a tus metas

Rutinas de activación: Lunes a viernes a las 9:00 h
Programa completo en deporte.unam.mx

DEPORTE UNIVERSITARIO en tu plantel

De 12:00 a 16:00 horas

• **Lunes 14**
Escuela Nacional de Trabajo Social

• **Martes 15**
ENP 7

• **Miércoles 16**
Facultad de Contaduría y Administración

• **Jueves 17**
ENP4

JUEGOS UNIVERSITARIOS 2025-1/2

FUTBOL ASOCIACIÓN FEMENIL

14 de octubre | 13:00 h
Campos CU 5, 10 y Complejo Deportivo C.P Alfredo Harp Helú

FLAG FEMENIL

16 de octubre | 13:30 horas
Campo 3 FBA

FLAG VARONIL

14 de octubre | 13:30 horas
Campo 3 FBA

FUTBOL ASOCIACIÓN VARONIL

15 de octubre | 13:00 h
Campos CU 5, 10, 11 y Complejo Deportivo C.P Alfredo Harp Helú

BÉISBOL

15, 16 y 17 de octubre | a partir de las 11:00 h | Parque Universitario de Béisbol

VOLEIBOL DE SALA

19 de octubre | a partir de las 10:00 h
Canchas al aire libre de voleibol complejo deportivo del campus central de CU

FUTBOL RÁPIDO

19 de octubre | a partir de las 8:00 hasta las 18:00 h
Cancha de futbol rápido de CU

LIGA ABE Baloncesto Varonil Frontón Cerrado

Miércoles 16 de octubre
18:00 horas
UNAM vs UMAD

Sábado 19 de octubre
13:00 horas
UNAM vs TEC PUEBLA

PODCAST Deporte UNAM NUEVO

El ejercicio es medicina: claves para una vida saludable



CAPACITACIÓN Y ENSEÑANZA	
LUNES 14 OCTUBRE	MIÉRCOLES 16 OCTUBRE
CIENCIAS DEL DEPORTE Fuentes innovadoras de proteínas en el deporte	EJERCICIO, SALUD Y DEPORTE Síndrome subacromial
MARTES 15 OCTUBRE	JUEVES 17 OCTUBRE
NUTRICIÓN Y DEPORTE ¿Qué tan malos son los jugos de frutas?	CONTIENDAS MENORES DE 15 Flag
VIERNES 18 OCTUBRE PSICOLOGÍA DEPORTIVA: Estrés	

Consejos de activación lunes a viernes, 11:00 h
Programa completo en deporte.unam.mx

DISCIPLINA DEPORTIVA

Semana de ajedrez | Lunes a viernes | 18:00 h
Programa completo en deporte.unam.mx



CONVERSATORIOS	
LUNES 14 OCTUBRE	MIÉRCOLES 16 OCTUBRE
SEMBLANZAS DEPORTIVAS A. Valeria Pintor Pedraza, Facultad de Arquitectura	LECCIONES DE AJEDREZ Defensa india de rey variante fianchetto
MARTES 15 OCTUBRE	JUEVES 17 OCTUBRE
JUEGOS Y DEPORTES DEL MUNDO África /Inglaterra Dodgeball	HISTORIAS Y ANÉCDOTAS DEL FBA EN LA UNAM
VIERNES 18 OCTUBRE GÉNERO Y DEPORTE: Si tú cuidas... ¿Quién te cuida a ti?	

EL DEPORTE UNIVERSITARIO EN TODOS TUS SENTIDOS

Sábados de 8:00 a 9:30 A.M. por **Radio UNAM**, 860 de AM, por radio.unam.mx y por

DeporteUNAM y GoyaDeportivo



DeporteUNAM

deporte.unam.mx

