



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 20 AL 25 DE ENERO

CULTURA FÍSICA

ACONDICIONAMIENTO FÍSICO GENERAL

Presencial al aire libre

Estadio Roberto "Tapatío" Méndez

Lunes a viernes de 8:00 a 16:30 horas.

Jardín anexo Torre de Ingeniería

Lunes a viernes de 14:00 a 16:00 horas.

Pista de Calentamiento

Lunes a viernes de 7:00 a 17:00 horas.

Importante: Actividades sujetas a condiciones epidemiológicas y ambientales favorables.



Centro de Estudios del Deporte

CURSOS Y DIPLOMADOS 2025

Curso en línea | Introducción a la comunicación en la enseñanza del deporte

Fechas: 4 al 13 de febrero

Duración: 20 horas

Fecha límite de inscripción: 31 de enero



Curso en línea | Preparación en los deportes de combate

Fechas: 31 de enero al 28 de febrero

Duración: 20 horas

Fecha límite de inscripción: 30 de enero



Diplomado | Teoría del entrenamiento deportivo

Fechas: 12 de febrero al 4 de agosto

Duración: 120 horas

Fecha límite de inscripción: 11 de febrero



Informes: ced@deporte.unam.mx

Convocatorias completas en deporte.unam.mx

EN DIRECTO | LIVE DeporteUNAM

Elige la rutina que más se ajuste a tus metas

SALUD Y EQUILIBRIO

LUNES 20 ENERO

MIÉRCOLES 22 ENERO



ACONDICIONAMIENTO FÍSICO GENERAL



YOGA

MARTES 21 ENERO

JUEVES 23 ENERO



MOVILIDAD



PUMAFIT

VIERNES 24 ENERO



CHI KUNG

09:00 hrs.

CAPACITACIÓN Y ENSEÑANZA

LUNES 20 ENERO

CIENCIAS DEL DEPORTE

La estructura y funcionamiento deportivo profesional de futbol asociación

MIÉRCOLES 22 ENERO

EJERCICIO, SALUD Y DEPORTE

Sx de estrés tibial medial

MARTES 21 ENERO

NUTRICIÓN Y DEPORTE

¿Sirven los remedios para el resfriado?

JUEVES 23 ENERO

CONTIENDAS MENORES DE 15

Voleibol

VIERNES 24 ENERO

PSICOLOGÍA DEPORTIVA: Cultura, diversidad y equidad en psicología del deporte

10:00 hrs.

CONSEJOS DE ACTIVACIÓN

LUNES 20 ENERO



DEFENSA PERSONAL

MIÉRCOLES 22 ENERO



PERSONAS CON DISCAPACIDAD

MARTES 21 ENERO



REHABILITACIÓN

JUEVES 23 ENERO



PERSONAS DE LA 3RA EDAD

VIERNES 24 ENERO



MENORES DE 15 AÑOS

11:00 hrs.

DISCIPLINA DEPORTIVA

Semana de tenis de mesa

Lunes a viernes

18:00 h | Programa completo en: deporte.unam.mx



CONVERSATORIOS

LUNES 20 ENERO

SEMBLANZAS DEPORTIVAS

Julio Alberto Raygosa Olivares, entrenador tenis de mesa: Juego limpio 2024.

MIÉRCOLES 22 ENERO

LECCIONES DE AJEDREZ

Analiza los planes de 3 posiciones

MARTES 21 ENERO

JUEGOS Y DEPORTES DEL MUNDO

Brasil, capoeira 2ª parte

JUEVES 23 ENERO

HISTORIAS Y ANÉCDOTAS DEL FBA EN LA UNAM

VIERNES 24 ENERO

GÉNERO Y DEPORTE: Hablemos de género sin filtros

19:00 hrs.

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



LIVE DeporteUNAM y GoyaDeportivo

DeporteUNAM

deporte.unam.mx

UNAM
Nuestra gran Universidad