



# CARRUSEL DEPORTIVO UNAM

SEMANA DEL 23  
AL 28 DE AGOSTO

DEPORTE POR Y PARA LA COMUNIDAD UNIVERSITARIA

**LIVE** DeporteUNAM

FESTIVAL VIRTUAL DE

## BIENVENIDA

» SEMESTRE 2022-1 «

Fuerza general

AFG

Pumafit

Coordinación y velocidad

Espacio deportivo puma

Deporte universitario en

tu plantel

Juegos universitarios

Activación en CENDI

Gimnasia para todos

Ultimate

Retos deportivos

Buceo

Gimnasia estática

Deportecas

Gimnasios al aire libre

Aprende a nadar

Chi kung

Activación para la tercera

edad

Activación deportiva

Del **lunes 23** al **jueves 26** de las **11:00** a las **14:00**  
y el **sábado 28** de agosto de **9:00** a **11:00** horas.

Programa completo en: [deporte.unam.mx](http://deporte.unam.mx)

CÁPSULAS

**12:00 hrs.** | **LIVE** DeporteUNAM



### REHABILITACIÓN

POST-COVID

Lunes 23 de agosto



**EN DIRECTO** | **9:00 hrs.** | **LIVE** DeporteUNAM

### BARRA DE MEDITACIÓN

LUNES 23 AGOSTO  
EQUILIBRIO CON BASTÓN

MARTES 24 AGOSTO  
PILATES

MIÉRCOLES 25 AGOSTO  
ACTIVACIÓN 3RA. EDAD

JUEVES 26 AGOSTO  
YOGA: Equilibrio.

**EN DIRECTO** | **10:00 hrs.** | **LIVE** DeporteUNAM



LUNES 23 AGOSTO

#### CONSULTORIO DEPORTIVO

Tema: Ejercicio en pacientes con dislipidemia.



MARTES 24 AGOSTO

#### NUTRICIÓN Y DEPORTE

Tema: Dieta alta en proteínas para deportistas.



MIÉRCOLES 25 AGOSTO

#### LESIONES DEPORTIVAS

Tema: Dolor lumbar y fisioterapia.



JUEVES 26 AGOSTO

#### TÓPICOS DEL DEPORTE ADAPTADO

Tema: Batalla por un boleto a Tokio.

**EN DIRECTO** | **17:00 hrs.** | **LIVE** DeporteUNAM

### BARRA DE COMBATE

LUNES 23 AGOSTO

BOXEO

MIÉRCOLES 25 AGOSTO

LUCHAS ASOCIADAS

MARTES 24 AGOSTO

TAEKWONDO

JUEVES 26 AGOSTO

JUDO

**EN DIRECTO** | **18:00 hrs.** | **LIVE** DeporteUNAM

### RUTINA DE EJERCICIOS

para menores de 15 años

LUNES 23 AGOSTO

FUNCIONAL

MIÉRCOLES 25 AGOSTO

GIMNASIA

MARTES 24 AGOSTO

RUGBY

JUEVES 26 AGOSTO

FUTBOL

**EN DIRECTO** | **19:00 hrs.** | **LIVE** DeporteUNAM

LUNES 23 AGOSTO

#### SEMBLANZAS DEPORTIVAS

Tema: Juan Manuel Calderón Bajonero, Futbol Asociación.

MIÉRCOLES 25 AGOSTO

#### LECCIONES DE AJEDREZ

Tema: Compite con un seleccionado sacrificio de dama.

MARTES 24 AGOSTO

#### JUEGOS Y DEPORTES DEL MUNDO

Tema: Corea del Sur: Taekwondo.

JUEVES 26 AGOSTO

#### HISTORIAS Y ANÉCDOTAS DEL DEPORTE EN LA UNAM

Tema: Basquetbol Femenil.

ACTUALIZACIÓN

EN LÍNEA 2021

Centro de Estudios del Deporte

### Cursos sin costo | Cupo limitado

Arbitraje deportivo en frontón

**Imparte:** Prof. Alonso Gómez Peña

**Fecha límite de registro:** 31 de agosto de 2021

Historia del deporte desde la antigüedad hasta el siglo XXI

**Imparte:** Mtro. Otto Ulrike Amilcar Becerril García

**Fecha límite de registro:** 3 de septiembre de 2021

**Pre-registro:** <https://deporte.unam.mx/ced/cursostalleres.php>

**Convocatoria completa:** [deporte.unam.mx](http://deporte.unam.mx)

**Información:** [ced@deporte.unam.mx](mailto:ced@deporte.unam.mx)



REDESCUBRE EL DEPORTE UNIVERSITARIO

## PODCAST

Deporte UNAM

NUEVO

Tema: Sin límites: El deporte adaptado de la UNAM

Descárgalo en tu plataforma favorita.

