



FESTIVAL VIRTUAL DE BIENVENIDA

» SEMESTRE 2022-1 «

HORA	LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26
11:00 hrs.	VIDEO DE BIENVENIDA AL DEPORTE UNIVERSITARIO			
11:10 hrs.	FUERZA GENERAL: Peso corporal Profesor Luz Caro	AFG: Presentación del programa Profesora Patricia Andrade	PUMAFIT: EMOM Profesora Daniela Paulín / Angélica Uribe	AFG/COORDINACIÓN Y VELOCIDAD: Conos y pelota Profesor Lorenzo Morales
12:00 hrs.	ESPACIO DEPORTIVO PUMA/ DEPORTE UNIVERSITARIO EN TU PLANTEL Profesora Mariana Ramírez y Miguel Ramírez	JUEGOS UNIVERSITARIOS ¿Qué son? ¿Cómo puedo participar? Profesores Roberto Juárez y Georgina García	ACTIVACIÓN EN CENDI Profesores Mario Edgar Martínez, Eduardo Peralta y Miguel Ángel Torres	GIMNASIA PARA TODOS Profesora Rosario Carbajal
13:00 hrs.	ULTIMATE ¿Qué es y dónde lo practico? Profesora Marcela Trejo	RETO DEPORTIVO: ¿Cuál es la diferencia? Baile vs Sambo	RETO DEPORTIVO: ¿Cuál es la diferencia? Yoga vs Lacrosse	BUCEO Profesor Miguel Fuentes
14:00 hrs.	GIMNASIA ESTÁTICA Profesora Angélica Uribe	DEPORTECAS Profesores Mónica Aguilar y Eduardo Navarrete	GIMNASIOS al aire libre Profesora Daniela Paulín	APRENDE A NADAR, clavados y todo sobre la alberca de CU Profesores Juan José Jaimes y Luis Bolaños

HORA	SÁBADO 28
9:00 hrs.	CHI KUNG: Activación de la digestión Profesor Dulce Trejo
10:00 hrs.	ACTIVACIÓN PARA LA TERCERA EDAD Profesor Enrique Espinosa
11:10 hrs.	ACTIVACIÓN DEPORTIVA: Animación y porras Profesor Oswaldo Soto

Del **lunes 23** al **jueves 26** y **sábado 28** de agosto.

En vivo por **LIVE** **DeporteUNAM**

#SOYDEPORTEUNAM

