



Secretaría de Servicio y Atención a la Comunidad Universitaria

Dirección General del Deporte Universitario  
DGDU



CLASES

# ACONDICIONAMIENTO FÍSICO GENERAL

2024



Cuida y fortalece tu cuerpo a través de un programa de ejercicios planificado y dirigido.

## PARTICIPANTES

Dirigido a estudiantes y comunidad universitaria en general (académicos, investigadores, exalumnos, académicos y trabajadores).

## DÍAS DE IMPARTICIÓN

Lunes a viernes.

## SEDES, INSTRUCTORES Y HORARIOS

- **Estadio Roberto "Tapatío" Méndez**  
Profa. Luz María Caro Parra de 8:00 a 11:30 horas.  
Profa. María del Rosario Martínez Hernández de 11:30 a 16:30 horas.
- **Pista de calentamiento**  
Profa. Genoveva Jiménez Orozco de 7:00 a 14:00.  
Prof. Lorenzo Morales León de 7:00 a 9:00 y de 15:00 a 16:00 horas.  
Profa. Luz María Caro Parra de 15:00 a 17:00 horas.

- **Explanada Central de Ciudad Universitaria, Las Islas**

Prof. Lorenzo Morales León de 12:30 a 14:30 horas.

- **Jardín anexo a Torre de Ingeniería**

Profa. Patricia Andrade Flores de 14:00 a 16:00 horas.

## INFORMES

Teléfono: 55 56220526 Y 27 Ext. 40458, 41782 y 40463

Correo electrónico:

[culturadeportiva@deporte.unam.mx](mailto:culturadeportiva@deporte.unam.mx)

**Nota:** Indispensable registrarse en REDPUMA y subir documentos referidos para obtener acceso al espacio de elección.

**ACTIVIDAD SIN COSTO**

#SOYDEPORTEUNAM