



Secretaría de Servicio y Atención a la Comunidad Universitaria

Dirección General del Deporte Universitario
DGDU

CURSO

GIMNASIA NEUROMUSCULAR

OBJETIVO GENERAL:

El participante conocerá la práctica y manejo de técnicas neuromusculares para desarrollar habilidades de elasticidad, flexibilidad y movilidad.

IMPARTIDO POR:

Ma. Carmen Hernández Cervantes.
Ileri Sánchez Hernández.

TEMAS:

- Concepto de Gimnasia Neuromuscular.
- Práctica de meditación, relajación y gimnasia estática.

DIRIGIDO A:

Personas interesadas en el tema.

FECHAS:

Del **17 de febrero** al **26 de mayo** del 2025.

DÍAS Y HORARIOS DE IMPARTICIÓN:

Lunes de **10:00** a **14:00** horas.

LUGAR:

Centro de Estudios del Deporte (CED). Estacionamiento 8 del Estadio Olímpico Universitario.
(El curso considera trabajo en línea a través de Classroom).

DURACIÓN:

40 horas.

COSTO:

\$5,500.00 (cinco mil quinientos pesos 00/100 M.N.).

FECHA LÍMITE DE INSCRIPCIÓN:

17 de febrero del 2025.

REQUISITOS:

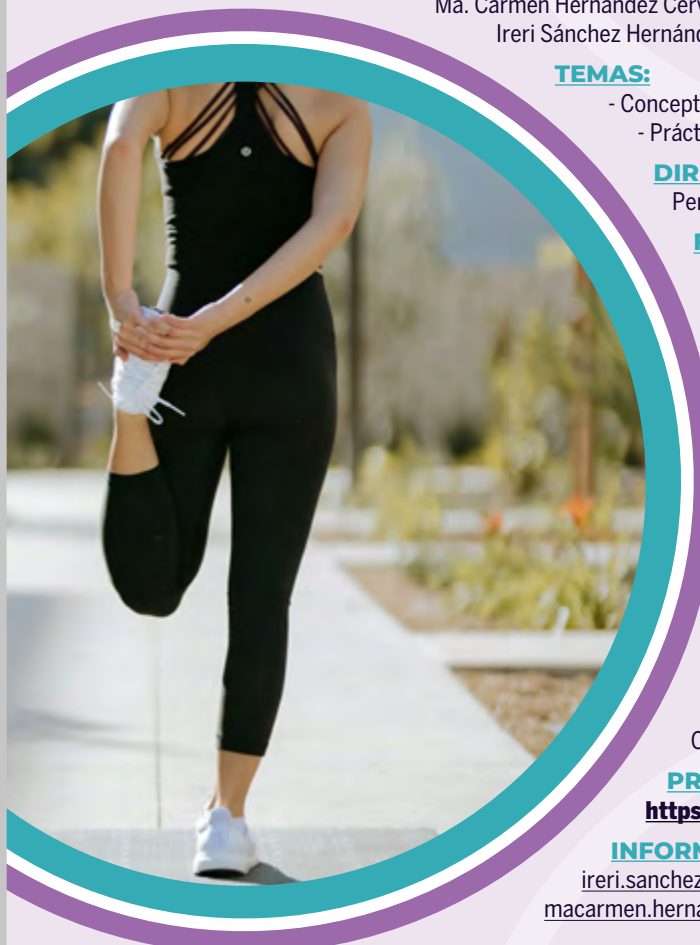
Certificado de bachillerato terminado como requisito mínimo.

PRE-REGISTRO:

<https://deporte.unam.mx/ced/cursosmasajedep.php>

INFORMES:

ireri.sanchez@deporte.unam.mx
macarmen.hernandez@deporte.unam.mx



La aceptación está sujeta a la evidencia documental, al cupo y al resultado de la entrevista.

#SOYDEPORTEUNAM



CUPO LIMITADO