



Secretaría de Servicio y Atención a la Comunidad Universitaria

Dirección General del Deporte Universitario

DGDU

CURSOS APRENDE A NADAR Y CLAVADOS

TERCER PERIODO 2025

Dirigido a **alumnos de la UNAM y Sistema Incorporado**, así como **académicos, exalumnos y trabajadores**.

Objetivo

Fomentar la cultura deportiva mediante actividades acuáticas, impulsando el aprendizaje de la natación y los clavados, mejorando la condición física general, promoviendo la cultura física en la comunidad universitaria.

» CURSO DE NATACIÓN ENTRE SEMANA

Desarrollo del curso: del **25 de agosto** al **7 de octubre**, de **martes a viernes**, de las **9:00** a las **17:00** horas. (1 hora por sesión).

» CURSO DE NATACIÓN SABATINO

Desarrollo del curso: del **30 de agosto** al **29 de noviembre**, **sábados** de las **9:00** a las **15:00** horas (2 horas por sesión).

COSTOS

Alumnos \$350.00 (trescientos cincuenta pesos 00/100 M.N.) y resto de la **comunidad universitaria \$700.00** (Setecientos pesos 00/100 M.N.).

» CLAVADOS ENTRE SEMANA

Desarrollo del Curso: del **25 de agosto** al **7 de octubre**, de **martes a viernes**, de las **9:00** a **11:00** horas y de **14:00** a **16:00** horas (2 horas por sesión).

» CLAVADOS ENTRE SABATINO

Desarrollo del Curso: del **30 de agosto** al **29 de noviembre**, **sábados** de las **9:00** a **12:00** horas (3 horas por sesión).

COSTOS

Alumnos \$550.00 (quinientos cincuenta pesos 00/100 M.N.) y resto de la **comunidad universitaria \$1,100.00** (mil cien pesos 00/100 M.N.).

» NIVELES Y REQUISITOS

I Principiantes: Sin requisito.

II Intermedios: Saber lo básico de crol y dorso.

III Avanzados: Saber crol, dorso y pecho.

Clavados: Saber flotar y crol.

» PROCEDIMIENTO DE REGISTRO

Realizar preinscripción en **Red Puma**

<https://redpuma.unam.mx/registro/login.aspx> y sube la siguiente documentación:

- Hoja responsiva firmada.
- Certificado Médico expedido por ISSSTE, Cruz Roja, Centro de Salud, o UNAM (Centro Médico, Medicina del Deporte), **no mayor a tres meses de vigencia**.
- **Alumnos:** tira de materias y credencial UNAM vigente.
- **Académicos y trabajadores:** último talón de pago y credencial UNAM vigente.
- **Exalumnos:** credencial de exalumno.
- Recibirás un correo electrónico confirmando que la documentación es correcta. En caso de ser necesario, se te indicará qué correcciones debes realizar.
- Presenta tu correo de confirmación **FASE 2** en digital y realiza el pago en la **Dirección General del Deporte Universitario**, ubicada en el costado poniente del **Estadio Olímpico Universitario**. El horario de atención es de **10:00** a **15:00** y de **17:00** a **19:00** horas.

» INSCRIPCIONES

Del **4 de agosto** al **5 de septiembre** del presente año.

» INFORMES

Teléfonos:

55 5622 0526 Y 27 Ext. 40458 y 41782

Correo Electrónico:

culturadeportiva@deporte.unam.mx

#SOYDEPORTEUNAM