



Secretaría de Atención a la Comunidad Universitaria

Dirección General del Deporte Universitario  
DGPU

# CARRUSEL DEPORTIVO UNAM

SEMANA DEL  
17 AL 23 DE ABRIL

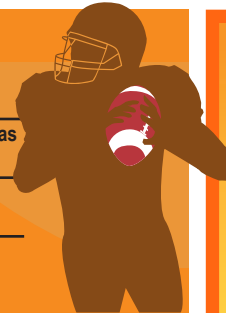
DEPORTE POR Y PARA LA COMUNIDAD UNIVERSITARIA



## FUTBOL AMERICANO

- 20 de abril  
Veterinaria vs Odontología  
Campo 6 CU, 14:00 horas
- 21 de abril  
Contaduría vs Arquitectura  
Campo 3 CU, 12:00 horas

- Derecho vs Zaragoza  
Campo 3 CU, 14:00 horas
- Economía vs Ciencias Políticas  
Campo 6 CU, 12:00 horas
- Cuautitlán vs Ingeniería  
Campo 6 CU, 14:00 horas



ENTRADA LIBRE

¡ASISTE Y APOYA A TU FACULTAD!

## SESIÓN ESPECIAL DE ENTRENAMIENTO DE VELOCIDAD EN LA CARRERA

Como parte del **Corredor de Activación Física**, te invitamos a participar en la sesión especial Nike Run Club. La velocidad ayuda a cualquier corredor, no importa el ritmo. **Sé más fuerte y más rápido.** En la pista de atletismo te llevaremos a una mezcla de velocidad e intervalos que elevarán tu carrera al siguiente nivel.

- Jueves 20 de abril**
- Horario:** 14:00 horas
- Sede:** Estadio Roberto "Tapatio" Méndez
- Requisitos:** Ser alumno universitario, traer tenis y ropa deportiva.
- Inscripción** previa al inicio del evento
- Informes a los teléfonos:** 5622-0526 y 27

CUPO LIMITADO



¡EN VIVO! **Sábado 22 de abril de 8:00 a 9:30 horas por el 860 AM**

**GOYA DEPORTIVO**

La voz del deporte universitario



## CULTURA FÍSICA



### ACTIVIDAD GRATUITA

#### Corredor de activación física

- Islas CU
- Actividades deportivas, baile, préstamo de material deportivo
- Frente a la explanada de DGOAE
- Jueves y viernes de 12:00 a 16:00 horas

#### Acondicionamiento físico general

- Resistencia aeróbica, fuerza y movilidad
- Pista de calentamiento
- Lunes a viernes de 7:00 a 14:00 y 15:30 a 17:30 horas
- Pista de calentamiento
- Lunes, miércoles y viernes de 15:15 a 16:15 horas
- Áreas verdes del Frontón Cerrado
- Lunes a viernes de 8:30 a 15:30 horas
- Jardín ubicado junto a la Torre de Ingeniería
- Lunes a viernes de 14:00 a 16:00 horas

#### Activación física funcional

- Centro Puma FIT Lobby Alberca Olímpica CU
- Lunes y miércoles de 11:00 a 14:00 y 17:00 a 19:00 horas
- Martes y jueves de 11:00 a 14:00 y 16:00 a 19:00 horas
- Viernes de 11:00 a 14:00 horas

#### Acondicionamiento rítmico aeróbico

- Lobby Frontón Cerrado
- Lunes a viernes de 12:00 a 16:00 horas

#### Deporteca

- Antiguo Pabellón de Rayos Cósmicos
- Lunes a viernes de 12:00 a 18:00 horas

## CAPACITACIÓN

### Curso

## EL NIÑO Y LA ACTIVIDAD FÍSICA

desde un enfoque multidisciplinario

Miércoles 19 y 26 de abril, 3 y 17 de mayo, de 15:00 a 20:00 horas  
Dirigido a: Profesionales del campo de la cultura física e instructores que atiendan a población infantil  
Duración: 20 horas.

### Curso-Taller

## DISEÑA TU DIETA

Sábados 22 y 29 abril, 12 y 20 mayo, de 9:00 a 14:00 horas  
Dirigido a: Público en general  
Duración: 20 horas

### Cursos

## SISTEMA DE CERTIFICACIÓN Y CAPACITACIÓN DE ENTRENADORES DEPORTIVOS

En coordinación con la Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte (CONADE)

- Fútbol asociación**  
Del 17 al 24 de abril  
De 9:00 a 15:00 horas  
Dirigido a: Entrenadores, educadores físicos, estudiantes en el área del deporte y personas interesadas en el tema, todos deben ser mayores de edad  
Duración: 50 horas

NIVEL 1

- Teoría general del entrenamiento deportivo**  
Del 24 al 28 de abril  
De 9:00 a 13:00 horas  
Dirigido a: Entrenadores, educadores físicos, estudiantes en el área del deporte y personas interesadas en el tema, todos deben ser mayores de edad  
Duración: 21 horas

NIVEL 2

INFORMES: 5622-0014 y 5622-0558  
[www.deporte.unam.mx/cecesd](http://www.deporte.unam.mx/cecesd)

## RECORRIDO BICITRÉN

¡¡Te esperamos frente al mural "El pueblo a la Universidad, la Universidad al pueblo"!!

- Lunes y miércoles, 12:30 y 13:30 horas



CAMPUS CENTRAL DE ESPECIALIZACIONES PATATERMINO MUNICIPAL UNAM

