

La Universidad Nacional Autónoma de México, a través de la Dirección General de Actividades Deportivas y Recreativas (DGADyR) y de la Oficina de Gestión del Campus Central, en coordinación con la Dirección General de Incorporación y Revalidación de Estudios (DGIRE) y en el marco de la promoción del deporte y la recreación invita a participar en las,



Ciclo escolar 2013-2014

Objetivo

Brindar opciones universitarias que favorezcan el esparcimiento y la recreación a través de la realización de actividades al aire libre que al mismo tiempo permitan reforzar el sentido de pertenencia a la UNAM.

Dirigido a

Estudiantes, docentes y directivos de las escuelas con estudios incorporados y de convenio de revalidación con la UNAM.



Opciones recreativas

a. CORREDOR DE ACTIVACIÓN FÍSICA Y RECREACIÓN

Programa que se encarga de acercar a la comunidad universitaria actividades como deportes modificados, juegos de mesa y artes circenses entre otros, para promover la activación física y la administración del tiempo libre, se pueden realizar en la explanada del Campus Central de la Ciudad Universitaria los jueves y viernes de 12:00 a 16:00 horas.

b. PASEO CICLISTA

Recorrido por el Campus Central de la Ciudad Universitaria nombrado Patrimonio Cultural de la Humanidad, se realiza los días miércoles en bicicletas que son proporcionadas por el programa Bicipuma, el número máximo es de 30 participantes.

c. SENDERISMO

Recorrido a pie por caminos de la Reserva Ecológica del Pedregal de San Ángel (REPSA), Jardín Botánico y la Zona Cultural de la Ciudad Universitaria, se lleva a cabo todos los martes y el número máximo de participantes es de 40.

a. CIRCUITO UNIVERSITARIO DE RECREACIÓN

A través de una reservación previa, la Coordinación de Servicios Universitarios de Recreación realiza una visita a las instalaciones de las escuelas para realizar actividades como: minitorneos, deporteca, ajedrez gigante, scrabble gigante, twister gigante entre otras, las visitas se llevan a cabo de lunes a miércoles de 11:00 a 16:00 horas.



b. PROGRAMA UNIVERSITARIO DE ACTIVACIÓN FÍSICA (CAPACIDADES FUNCIONALES)

Programa que se encarga de actividades que fomenten el hábito del deporte con ejercicios aeróbicos y anaeróbicos para mejorar su capacidad motriz y complexión corporal. Estas actividades se pueden realizar en la explanada del Campus Central de la Ciudad Universitaria de lunes a viernes de 7 a 10 horas.

c. PASEO CANTERA

Recorrido por las instalaciones del Club Pumas para conocer su historia, los espacios deportivos y el desarrollo de las fuerzas básicas del fútbol. El número máximo de participantes es de 40.

d. VISITA GUIADA AL CAMPUS CENTRAL

La Oficina de Gestión del Campus Central ofrece cuatro recorridos diferentes por las instalaciones nombradas Patrimonio Cultural de la Humanidad:

Recorrido 1:	Recorrido 2:
<ul style="list-style-type: none"> Estadio Olímpico Universitario** Torre de Rectoría Biblioteca Central Auditorio Alfonso Caso Unidad de Posgrado Facultad de Odontología Facultad de Medicina 	<ul style="list-style-type: none"> Estadio Olímpico Universitario** Torre de Rectoría Biblioteca Central
Recorrido 3:	Recorrido 4:
<ul style="list-style-type: none"> Auditorio Alfonso Caso Unidad de Posgrado Facultad de Odontología Facultad de Medicina 	<ul style="list-style-type: none"> Estadio Olímpico Universitario** Alberca Olímpica Frontones

**** Condicionado a disponibilidad de las instalaciones.**



Procedimiento

- A. Si previamente no ha realizado un registro en línea, es importante que revise el [INSTRUCTIVO](#) de pasos a seguir para que su registro sea exitoso.
- B. Cuatro semanas previas a la fecha en que requiera el servicio, llenar en línea el [formato de solicitud](#) "Actividades Recreativas Universitarias" y entregarlo acompañado de la relación de participantes que incluya nombre completo, número de cuenta y grado en el Departamento de Actividades Deportivas y Recreativas de la DGIRE. La confirmación se hará llegar a la escuela a más tardar 10 días hábiles posteriores a la aceptación de la solicitud.

NOTA: No se dará ingreso a la solicitud que carezca de firma y sello de la dirección técnica del plantel, así como el listado de participantes.

Costos

Las Actividades Recreativas Universitarias no tienen costo, en caso de solicitar el Circuito Universitario de Recreación para asistir a las instalaciones de las escuelas, estas tendrán que proporcionar el transporte de los recursos materiales y humanos.

Ciudad Universitaria, D.F., a 15 de agosto de 2013.

Mayores Informes:

Departamento de Actividades Deportivas y Recreativas

de la Subdirección de Extensión y Vinculación

Teléfono: 56226103

Correo electrónico: deportivas@dgire.unam.mx

