

DEPORTES UTADEO

EN CASA



HEMOS ADECUADO
NUESTRA OFERTA PARA
ACOMPañARLOS EN ESTE
TIEMPO DESDE CASA, TODOS
LOS DEPORTES HAN SIDO
REDISEÑADOS PARA LA
VIRTUALIDAD. LOS
INVITAMOS A REALIZAR
ACTIVIDAD FÍSICA EN
FAMILIA CON NOSOTROS



UTADEO

CONÉCTATE CON NOSOTROS

MICROSITIO

Accede por utadeo.edu.co /
Bienestar Universitario / Deportes.
Encontrarás:

- Formulario inscripción
- Horarios
- Asesoría Nutricional
- Otros

AVATA

CURSO DEPORTES 2020 II

Tenemos entrenamientos en 11 actividades deportivas, adicionalmente Gym y Nutritadeo.

Iniciamos el 18 de agosto del 2020.

REDES SOCIALES



@deportesutadeo2020



Deportes UTadeo

CORREO ELECTRONICO

Esríbenos tus inquietudes y consultas en deportes@utadeo.edu.co

DEPORTES DE CONJUNTO

- BALONCESTO FEM. Y MASC.
- FÚTBOL SALA FEM. Y MASC.
- FÚTBOL FEM. Y MASC.
- RUGBY MIXTO
- VOLEIBOL FEM. Y MASC.
- ULTIMATE MIXTO



DEPORTES INDIVIDUALES

- AJEDREZ
- TAEKWONDO
- TENIS DE MESA
- TENIS DE CAMPO
- SQUASH

ENTRENAMIENTOS DEPORTIVOS

SIN LIMITE DE CUPO

INSCRIBETE

- Diligencia el formulario: encuentras el link en la biografía de nuestras redes sociales y en nuestro micrositio.
- Al curso Avata **DEPORTES 2020 II**

HORARIOS

Puedes consultarlos ingresando a la pagina web:
utadeo.edu.co / Bienestar Universitario / Deportes / Prácticas Deportivas

VIRTUAL GYM UTADEO

LA OFICINA DE
DEPORTES Y LOS
ENTRENADORES
DEL GYM NOS
PREPARAMOS PARA
DARLES LO MEJOR
DESDE LA
DISTANCIA

CLASES EN VIVO

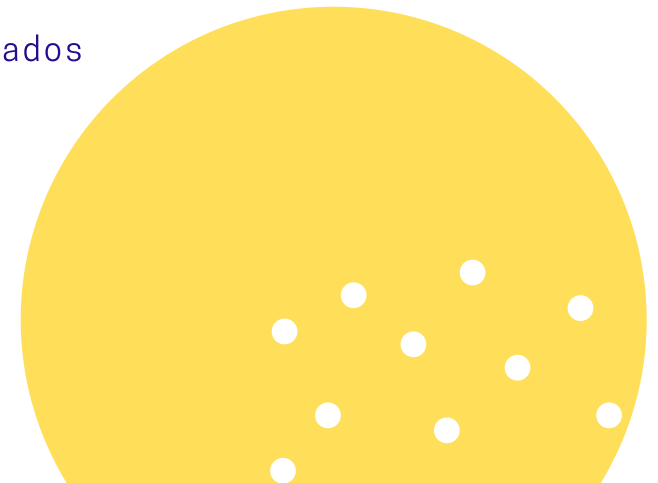
Tres veces a la semana vía Zoom se compartirá el enlace de ingreso por Avata, Instagram y el Grupo de Facebook.

CLASES DIRIGIDAS

En Instagram todos los sábados de 9:00 a 11:00 am



¡ACTIVATE!



RESISTENCIA

LUNES

Pierde grasa y
tonifica tu cuerpo



KEVIN MADROÑERO

6:00 P.M.

MUSCULACIÓN

MIÉRCOLES

Fortalecimiento de nuestro
aparato músculoesquelético



ALBERTO BONILLA

FULL BODY

VIERNES

ESTIMULACIÓN DEL SISTEMA
CARDIOVASCULAR Y TONIFICACIÓN
CORPORAL ENFOCÁNDONOS EN GLÚTEOS
ABDOMEN Y PIERNAS



JENNIFER ORJUELA



CLASES DIRIGIDAS

HIIT

Kevin Madroño

9:00 a.m.

CARDIO

Jennifer Orjuela

10:00 a.m.

MUSCULACIÓN

Alberto Bonilla

11:00 a.m.

TODOS
LOS
SÁBADOS

ENTRENAMIENTOS
POR
INSTAGRAM



**TODO EL
EQUIPO
DE
DEPORTES
ESTÁ
LISTO
PARA TI**



**¡TE
ESPERAMOS!**