



PROGRAMA DEPORTE Y SALUD



El Vicerrectorado y el Departamento de Bienestar Universitario preocupados por la salud de sus docentes y empleados en su mayoría sedentarios por tercer año consecutivo ha organizado el Programa Deporte y Salud 2007, programa que permitirá fomentar el hábito hacia el deporte y la actividad física recreativa con lo que estamos seguros contribuiremos a disminuir el estado de stress, el sobrepeso y el sedentarismo en nuestra población productiva, el mismo que lo efectuaremos seis días a la semana durante el periodo 26 de mayo a 24 de noviembre del 2007 en la Sala de la AET y/o en las canchas de los predios centrales.

Cronograma de actividades a realizarse en el mencionado programa:

1. Inicio del Programa: Lunes 28 de mayo hasta el 24 de noviembre del 2007
2. Duración: 7 meses
3. Horario:

Días	Horas	Lugar
LUNES MIÉRCOLES Y VIERNES	19h30 a 21h00	ASO. EMPLEADOS, CANCHAS DEPORTIVAS Y PREDIOS CENTRALES UTEQ
MARTES Y JUEVES	16h30 a 18h00	ASO. EMPLEADOS UTEQ
SABADOS	16h00 a 18h00	COLISEO WELLINGTON CHANG

4. Personal que participará

- a) Personal Médico y Para-medico
 - Dr. Carlos Yong Hallón
 - Dr. Yober Intriago
 - Dra. Miriam Loor
 - Lcda. María Borja
- b) Secretaria:
 - Egres. Doris De La Cueva
- c) Auxiliar de servicios
 - Sr. Henry Mayorga



d) *Instructores: Lcdo. Guillermo Reyes, Lcdo Oswaldo Afá, Lcdo. Lalo Macías, Prof. Luis Rodríguez, Prof. Jonny Alarcón, Prof. Jorge Pérez, Prof. Guillermo Jaramillo, Jorge Pérez, Prof. Omar Grijalba, Prof. Daniel Muñoz.*

5. *Lugares para prácticas deportivas*

- a) *Predios centrales UTEQ*
- b) *Predios Finca La María*
- c) *Polideportivo Wellington Chang Lúa*

6. *Lugares para recreación*

- *Centro turístico Somag (La Maná)*
- *Vereda del Sol (La Maná)*
- *Complejo deportivo La Esperanza*
- *Centro turístico Carlos Patricio (La Maná)*
- *Lugar Turístico natural Cascada del Armadillo*

7. *Costo del Programa*

- ❖ *Comunidad \$ 45.00 Cuatro pagos:*
Al inscribirse \$ 15.00
3 pagos mensuales \$ 10.00
- ❖ *Familiares de la comunidad: Hijos, hermanos, cónyuges, Padres*
Al inscribirse \$ 15.00
2 pagos mensuales \$ 7,50
- ❖ *Universitarios: docentes, empleados y estudiantes de la universidad*
Costo \$ 30.00 Descuento por roles
- ❖ *Familiares del grupo universitario, hijos, hermanos, cónyuges y padres*
Costo \$ 20.00

