



PROGRAMA VIDA SALUDABLE

CONVOCATORIA

Incluir la activación física como parte de un estilo de vida saludable en la comunidad escolar, a través de programas que promuevan y apliquen acciones para el desarrollo y fortalecimiento de capacidades acordes al rendimiento físico individual.

BASES

El programa está dirigido a la comunidad escolar interesada en el cuidado de su salud a través de nutrición y medicina deportiva, así como la realización de actividad física acorde al rendimiento en el que se encuentra el participante.

REQUISITOS

Llenar el formato de registro de Actividades Deportivas ubicado en la página de la ESM

<http://www.esm.ipn.mx/Estudiantes/Documents/Actividades%20Deportivas/Agosto/rCADf.pdf>

Llenar carta compromiso que acredite la participación anual en el programa .

Los inscritos deberán participar en actividad física, acondicionamiento o una disciplina deportiva.

Los horarios del programa serán Lunes, Miércoles y Viernes de 9:00 a 13:00 horas, martes y jueves 9:00 a 17:00 horas.

Es necesario que los participantes entreguen **certificado médico** donde **mencione que son aptos para realizar actividad física.**

INSCRIPCIONES

10 al 18 de septiembre



Inscripciones en la Coordinación de Actividades Deportivas, ubicada en la biblioteca.
Horarios de inscripción: 9:00 a 17:00 horas.