

## UdeG celebrará el Día Mundial de la Actividad Física

Entre las actividades destacan una macro clase de Tai chi, un rally, conferencias, una mega activación física y rodadas ciclistas

La Universidad de Guadalajara (UdeG) se sumará a la celebración del Día Mundial de la Actividad Física, que se conmemora cada 6 de abril, con diversas actividades, entre las que destacan una macro clase de Tai chi, un rally, conferencias, una mega activación física, rodadas ciclistas, exhibición del juego de pelota y un torneo de fútbol-tenis, a realizarse en toda la Red Universitaria durante lo que resta de este mes.

El doctor Juan Ricardo López y Taylor, representante nacional de la Red de Actividad Física de las Américas y docente del [Centro Universitario de Ciencias de la Salud \(CUCS\)](#) <sup>[1]</sup>, destacó la importancia de que esta Casa de Estudio participe en esta iniciativa a la que diversas dependencias estatales y universidades también se suman en favor de la promoción de la actividad física.

“Desde 2006 hemos venido realizando actividades y nos hemos integrado a la promoción de la actividad física en beneficio de la población, niños y personas de la tercera edad”, apuntó.

“Se llevará a cabo, el miércoles 26 de abril a las 10:00 horas, una mega activación física en todos los centros universitarios y preparatorias; el 27 de abril, a las 14:30 horas, tendrá lugar el VII Foro de Actividad Física y Salud en el auditorio Roberto Mendiola Orta del CUCS; ese mismo día, a las 19:30 horas, tendremos en las canchas de usos múltiples del CUCS una exhibición del juego de pelota y dos rodadas ciclistas abiertas a todo el público”, informó.

La Coordinadora de Cultura Física de la UdeG, doctora María Georgina Contreras de la Torre, destacó el respaldo de los centros universitarios, ya que muchos estudiantes no pueden participar en deporte de alto rendimiento, por lo que los motivan a participar en el deporte de forma recreativa.

“En todos los centros se llevan a cabo diversas actividades recreativas durante todo el año. Todos los alumnos de la Red Universitaria requieren de este movimiento, necesario para no tener tantos problemas psicológicos. Es de gran interés de toda la universidad que participen en alguna actividad para una vida saludable”, precisó.

La Coordinadora de Cultura y Educación para un Estilo de Vida Saludable, del Sistema de Educación Media Superior (SEMS), maestra Sofía Villaseñor González, expresó que en preparatorias buscan favorecer y generar estrategias que fomenten estilos de vida saludable.

“Hay chicos que no tienen interés en el tema deportivo y buscamos involucrarlos en actividades físicas recreativas y, de ahí, partir para tener atletas de alto rendimiento. Tenemos 190 mil estudiantes y necesitamos incentivarlos para que se involucren en la actividad física, y que la realicen de forma sistemática”, indicó.

Habrán también un concurso de carteles y de camina, trota y corre para todos los estudiantes de la universidad.

Todas las actividades, sedes y horarios se pueden consultar en las siguientes páginas de Facebook: Actívate UDG y Vida Saludable SEMS.

## **Atentamente**

**“Piensa y Trabaja”**

**“2023, Año del fomento a la formación integral con una Red de Centros y Sistemas Multitemáticos”**

**Guadalajara, Jalisco, 19 de abril de 2023**

**Texto: Laura Sepúlveda**

**Fotografía: Adriana González**

## **Etiquetas:**

[María Georgina Contreras de la Torre](#) [2]

[Juan Ricardo López y Taylor](#) [3]

[Sofía Villaseñor González](#) [4]

---

**URL Fuente:** <https://www.comsoc.udg.mx/noticia/udeg-celebrara-el-dia-mundial-de-la-actividad-fisica>

## **Links**

[1] <https://www.cucs.udg.mx/>

[2] <https://www.comsoc.udg.mx/etiquetas/maria-georgina-contreras-de-la-torre>

[3] <https://www.comsoc.udg.mx/etiquetas/juan-ricardo-lopez-y-taylor>

[4] <https://www.comsoc.udg.mx/etiquetas/sofia-villasenor-gonzalez>