

BOLETÍN No. 487 ->>

La escuela de iniciación deportiva de la UAA ofrece 9 actividades físicas para evitar el sedentarismo y fomentar la vida saludable.

Para evitar el sedentarismo, promover la activación física y contribuir a un estilo de vida saludable, el Departamento de Deportes de la Universidad Autónoma de Aguascalientes, desde hace casi siete años ofrece a niños de 3 a 12 años y sus padres diversas opciones para la realización de actividades físicas, a través de las Escuelas de Iniciación Deportiva, Gallitos.

A partir del día 10 de Septiembre y hasta el 10 de Diciembre de este año, en las instalaciones deportivas de la Máxima Casa de Estudios del estado "Profesor Enrique Olivares Santana", se llevarán a cabo las Escuelas de Iniciación Deportiva Gallitos, para que juntos, padres e hijos, dediquen tiempo, durante dos veces a la semana, la realización de actividades físicas que fomente un estilo de vida saludable y bienestar físico.

El Departamento de Deportes, que pertenece a la Dirección General de Servicios Educativos de la UAA, programó para niños y niñas de 4 a 5 años un curso de psicomotricidad, mientras que para los niños de 6 a 12 años, las disciplinas que se impartirán son: fútbol, beisbol, básquetbol, handball y una nueva llamada zumbakids con sesiones especiales para los pequeños.

En cuanto a la atención a padres de familia, la Universidad Autónoma de Aguascalientes tiene diversas opciones: acondicionamiento físico (ideal para principiantes en la práctica deportiva), zumba, y realización de actividades, entre ellas pesas, en las instalaciones del Gimnasio Universitario recientemente inaugurado. Cabe destacar que en todos los cursos se promueven los valores como la disciplina, el respeto, el compañerismo y el trabajo en equipo.

Asimismo, la Máxima Casa de Estudios del estado hace una invitación a todos los interesados en la realización de actividad física supervisada por expertos, ya que los titulares de cada disciplina son licenciados en Educación Física y licenciados en Cultura Física y Deporte, estos últimos egresados de la Autónoma de Aguascalientes, por lo cual, garantiza una atención de calidad y sin riesgos para la salud.

Los costos son de \$600.00 e incluyen las actividades del padre y el hijo, así como las playeras para el entrenamiento. Cabe mencionar, el cupo es limitado y este 6 de Septiembre es el último día para realizar el proceso de inscripción.

Para mayores informes acerca de las Escuelas de Iniciación Deportiva Gallitos, acudir al Edificio 214 o comunicarse al 910 74 00 extensión 7439, de 8:00 a 17:00 horas.

