



Clases Formación Deportiva Preparatoria - Campus Puebla

Te presentamos la oferta de **Clases de Formación Deportiva Prepa** para el semestre Agosto – Diciembre 2024 en Campus Puebla. Para poder participar en estas clases y talleres es necesario **inscribir la materia en IRIS del 22 al 29 de julio al momento de hacer tu horario académico.**

Fútbol: a través de ejercicios y espacios de juego, aprenderás, desarrollarás y perfeccionarás los fundamentos técnicos del fútbol: recepción (control), conducción y golpeo de balón (tiro o pase). De forma alterna, también podrás desarrollar tus capacidades físicas y pasar un buen momento de recreación y sana convivencia.

Clave	Nombre	Grupo	Frecuencia	Hora inicio	Hora Fin	Duración
XF3002	Futbol soccer Varonil	1	Ma, Ju	15:30	17:00	16 semanas
XF3001	Futbol soccer mixto	1	Lu, Mi, Vi	15:3	16:30	16 semanas

Padel: El pádel es un deporte de paleta con origen en México. Se juega siempre en parejas y consta de tres elementos fundamentales para su desarrollo: la pelota, la pala y el campo de juego o pista. Consiste en hacer botar la bola en el campo contrario, con la posibilidad de rebotar en las paredes y en los cristales.

Traer Raqueta Propia

Clave	Nombre	Grupo	Frecuencia	Hora inicio	Hora Fin	Duración
XTEN3002	Tenis (Padel)	1	Ma, Ju	16:30	18:00	16 semanas

Escalada: La escalada es una actividad que consiste en realizar ascensos sobre paredes, valiéndose de la fuerza física propia. Se considera escalada todo ascenso con las extremidades inferiores y las extremidades superiores

Se recomienda traer calzado adecuado (gatas)

Clave	Nombre	Grupo	Frecuencia	Hora inicio	Hora Fin	Duración
XESC3001	Escalada	1	Lu, Mi, vi	15:30	16:30	16 semanas

Basquetbol: a través de ejercicios y espacios de juego, aprenderás, desarrollarás y perfeccionarás los fundamentos técnicos del basquetbol: recepción (control), conducción y lanzó de balón (tiro o pase). De forma alterna, también podrás desarrollar tus capacidades físicas y pasar un buen momento de recreación y sana convivencia.

Clave	Nombre	Grupo	Frecuencia	Hora inicio	Hora Fin	Duración
XBAS1003	Basquetbol Mixto	1	Lu, Mi, Vi	16:30	17:30	16 semanas

Tocho Bandera: El fútbol bandera es una modalidad de fútbol americano que se juega sin placajes. En vez de tirar al suelo al jugador contrario, el equipo defensor debe retirar uno de los dos banderines o pañuelos que cuelgan a los lados de la cintura; estos pueden ir ya sea con un cinturón o dentro del pantalón corto.

Clave	Nombre	Grupo	Frecuencia	Hora inicio	Hora Fin	Duración
XTOC3001	Tocho Bandera Femenil	1	Lu, Mi, Vi	16:30	17:30	16 semanas