

**El Gobierno del Estado de Nuevo León
El Instituto Estatal de Cultura Física y Deporte
A través con el Sistema Estatal de Capacitación, Certificación y Acreditación en Cultura Física y Deporte
CONVOCAN**

A todos los instructores, promotores, activadores físicos y estudiantes de carreras deportivas a participar en el:

Taller Práctico de Activación Física

El cual se llevará de acuerdo a las siguientes:

BASES

Objetivo: Conocer y practicar diferentes modalidades de actividad física y del fitness.

1. Lugar y Fecha:

Se llevará a cabo en el Gimnasio Nuevo León Unido ubicado en Av. Manuel L. Barragán, Niños Héroes, Parque Niños Héroes, Monterrey, N.L., los días 24 y 25 de marzo del 2023

2. Programa:

24 de marzo

HORARIO	ACTIVIDAD	PONENTE
08:30 a 9:00	Confirmación de registro y asistencia	
09:00 a 11:00	Sistema de entrenamiento pilates fitness	Norma Arévalo
11:00 a 13:00	Recursos y estrategias para construir una coreografía Musicalizada	Jorge Cavazos
13:00 a 14:30	RECESO	
14:30 A 17:30	Estructura de una sesión de combat fitness	Gabriela Medina y Juan Pablo Barragán

25 de marzo

HORARIO	ACTIVIDAD	PONENTE
09:00 a 9:30	Confirmación de registro y asistencia	
09:30 a 13:00	Principios de un entrenamiento de poundfitness	Mónica Ornelas
13:00 a 14:30	RECESO	
14:30 a 17:30	Danza africana fitness	Isis Olmos
17:30 a 18:30	Entrega de constancias	



3. Inscripciones:

- Serán gratuitas y quedan abiertas a partir de la presente publicación cerrándose el 23 de marzo del 2023 a las 23:59 horas.
- La inscripción será a través de google forms:
<https://forms.gle/MYNFrMf4h49WvRbj7>
- Habrá cupo limitado a 200 personas

4. Informes:

Al teléfono 81 83 31 35 28 Ext. 117 y 119, a los correos peafnl@gmail.com o de manera presencial en la Jefatura de Activación Física, ubicada en el Gimnasio Nuevo León Unido, Av. Manuel L. Barragán s/n colonia Regina Monterrey N.L.

5. Ponentes:

PONENTES	ESPECIALIDAD
Norma Arévalo	Especialista en Metodología de Pilates
Jorge Cavazos	Instructor y Coreógrafo de Ritmos Latinos Fitness
Mónica Ornelas	Master Trainer Internacional en el Poudfitness
Gabriela Medina	Creadora de Combat Fusion
Juan Pablo Barragán	Colaborador de Combat Fusion
Isis Olmos	Directora Artística y Fundadora de Drum Dance

6. Dinámica:

Será de forma presencial, 100% practico y se recomienda ropa adecuada (tenis, toalla y un cambio de ropa extra). Cualquier cambio o ajuste en el programa se dará a conocer a todos los participantes entre las sesiones de trabajo.



7. Constancia:

Se otorgará a todos los participantes que cumplan con el 100% de asistencia y participación en el taller.

8. Control sanitario COVID-19

Todos los participantes deberán ajustarse a las medidas sanitarias recomendadas por la secretaria de salud que aplicara el comité organizador durante el evento.

9. Transitorios:

Cualquier asunto o caso no especificado en la presente convocatoria será resuelto por el comité organizador.

Atentamente



Lic. Francisco N. González Ortiz
Director General del INDE



Lic. Gilberto Alejandro Silva
Director de Cultura Física y Deporte

