

EVENTOS RECREATIVOS

ENLACE INSTITUCIONAL

BLANCA SUAREZ AGUILAR
culturafisicadad@ipn.mx
bsuarez@ipn.mx
5557296000 ext. 54684

UBICACIÓN

A un costado de las oficinas
de la alberca en Zacatenco

EVENTOS PROGRAMADOS:

“Semana Nacional de la Cultura Física y
el Deporte CONADE”

“Día Internacional del Deporte para el
Desarrollo y la Paz”

“Reto Espartano”

Día naranja “Lucha Contra la Violencia
hacia las Mujeres y Niñas”, los días 25
de cada mes

“2^{da}. Carrera Recreativa” y “1^{ra}. Carrera
con Obstáculos de Botargas” el 26 de
abril a las 8 horas en el Estadio Wilfrido
Massieu.

“3^{ra}. Carrera Recreativa” y 2^{da}. Carrera
con Obstáculos de Botargas” el 28 de
junio a las 8 horas en el Estadio
Wilfrido Massieu.

“Dia Mundial del Desafío”, el día 28 de
mayo.

DESCRIPCION

EVENTOS RECREATIVOS

Son actividades que agrupan a un gran número de participantes, organizadas con un fin de competición, como son las carreras recreativas mensuales, la carrera de botargas, el reto espartano, festivales de cultura física, concursos, etc., para la comunidad estudiantil, docentes, administrativo y público en general.

Beneficios:

- Impacto Social y Comunitario: Fomentan el sentido de pertenencia, orgullo comunitario y cohesión social al reunir a personas con intereses compartidos. Asimismo, pueden motivar a la población local a realizar actividad física y adoptar estilos de vida más activos.
- Beneficios para la Salud: Promueven el ejercicio, lo que ayuda a prevenir enfermedades crónicas, mejora la condición física y beneficia la salud mental al reducir el estrés y la ansiedad.
- Desarrollo Personal: Fomentan valores como la disciplina, la constancia, el trabajo en equipo y la superación personal en los participantes.