

ENLACE INSTITUCIONAL

CHRISTIAN ESPINOSA
beisbol@ipn.mx

UBICACIÓN

Sala de profesores de las
oficinas de la alberca en
Zacatenco.
5557296000 Ext. 54676

SEDES Y HORARIOS

- Campo 1
Martes y jueves
13-15 h
Martes a viernes
9-12 h

REQUISITOS

- Documentos de identificación:
 - Acta de nacimiento
 - CURP
 - Credencial que lo acredite como alumno del IPN
3 fotografías tamaño infantil color o blanco y negro
Hoja de vigencia IMSS, ISSSTE
- Descargar, leer, firmar y entregar:
 - FORMATO UNIVERSAL
 - AVISO DE PRIVACIDAD
 - LINEAMIENTOS

DESCRIPCION DE LA DISCIPLINA

- ¿Qué es?
El béisbol es un deporte que se juega entre dos equipos de nueve jugadores cada uno. Es especialmente popular en países como Estados Unidos, Japón, República Dominicana, México, y Venezuela, se juega en un campo con forma de diamante, que incluye una base en cada esquina (primera, segunda, tercera base y home plate). El objetivo principal del juego es anotar carreras. Para ello, los jugadores deben golpear una pelota lanzada por el pitcher (lanzador) con un bate y correr alrededor de las bases para regresar al home plate. Un partido de béisbol consta de nueve entradas (innings), en las cuales cada equipo tiene la oportunidad de batear y de jugar a la defensa. El equipo con más carreras al final de las nueve entradas gana el juego. Si el juego está empatado después de nueve entradas, se juegan entradas adicionales hasta que un equipo salga victorioso.

- ¿Para qué sirve?
El Beisbol es un deporte que combina habilidad, estrategia y trabajo en equipo, con un fuerte componente cultural en las regiones donde se practica

- Beneficios:
Favorece el desarrollo muscular.
Mejora la condición cardiovascular.
Fomenta la coordinación mano-ojo.
Incrementa la flexibilidad y la agilidad.
Aumenta la resistencia física.
Favorece el desarrollo de estrategias y toma de decisiones-
Mejora la concentración.
Facilita el trabajo en equipo.
Favorece la competitividad saludable.
Incrementa las habilidades de liderazgo, disciplina, responsabilidad, paciencia y Perseverancia
Fomenta un estilo de vida activo.