Publicado en *Coordinación General de Comunicación Social* (https://comsoc.udg.mx)

CUCEA cuenta con gimnasio de primer nivel

Ofrecerá los mismos servicios que uno privado

El Centro de Acondicionamiento y Recreación (CARE), en el cual se invirtieron 29 millones de pesos en construcción y 10 millones en equipamiento, fue inaugurado en el Centro Universitario de Ciencias Económico Administrativas (CUCEA).

El CARE fue creado por la necesidad de contar con un gimnasio que contribuya con la formación integral de los estudiantes, expresó el encargado del proyecto, licenciado Omar Velarde, quien señaló que el espacio propiciará que los alumnos se involucren con el deporte.

La meta es que al menos el 10 por ciento de la población estudiantil del CUCEA se integre, es decir, cerca de 2 mil personas, agregó.

El gimnasio va dirigido a estudiantes y trabajadores académicos y administrativos del CUCEA y en una segunda etapa pretenden incluir a los egresados y comunidad universitaria en general.

El espacio, con una superficie de mil 500 metros cuadrados, cuenta con una recepción, donde se incluye un software especial para gimnasios, de administración y acceso con sistema automatizado, oficinas administrativas, baños, vestidores con regaderas, lockers y vapor.

Hay un área destinada a los servicios de actividad física y prescripción del ejercicio, y además cuenta con un baño para personas con discapacidad y consultorio médico, ya que a todos los usuarios se les hará un examen médico y físico previo, para que, de acuerdo a sus condiciones, se les ofrezca un plan de entrenamiento que tome en cuenta también las metas y objetivos, además de un área de asesoría nutricional para los usuarios que lo deseen.

“El área de pesas está dividida en dos: la de entrenamiento de pesos libres y la de pesos integrados, la diferencia es que en libres es el peso que tu cargas y en integrados utilizas algún tipo de polea. Tenemos un área para deportes de combate, donde pretendemos potencializar las disciplinas que no tenemos tan arraigadas dentro del CUCEA como taekwondo, judo, karate, lucha universitaria, tanto para usuarios como para nuestras selecciones. En un futuro pensamos incluir otras actividades como artes marciales mixtas como parte de la oferta de clases”.

Cuenta con una sala de entrenamiento funcional para albergar entrenamiento tipo crossfit o TRX, donde pretenden incorporar aditamentos para el boxeo e impulsar esa disciplina. Una sala de expresión corporal, para las actividades que sean populares en los gimnasios como zumba, ritmos latinos y salsa. Sala cardiovascular con caminadoras, elípticas, escaladoras, bicicletas y aparatos para remo. Sala polivalente para actividades como esgrima, Pilates, yoga, Boot camp y una sala de spinning con 21 bicicletas.

“Es un gimnasio universitario que va a ofertar los servicios normales de uno privado. Es una combinación entre clases programadas como las que se imparten en otros gimnasios y de deportes que podemos potencializar. Sí tendrá un costo, estamos definiendo las cuotas, ya que debe ser un proyecto autofinanciable, pero será una cuota baja”.

Omar Velarde señaló que actualmente afinan algunos detalles y esperan en unas semanas más poder entrar en operaciones.

A T E N T A M E N T E
"Piensa y Trabaja"
Guadalajara, Jal., 14 de febrero de 2018

Texto: Laura Sepúlveda
Fotografía: Fernanda Velázquez

Etiquetas:
Omar Velarde [1]

URL Fuente: https://comsoc.udg.mx/noticia/cucea-cuenta-con-gimnasio-de-primer-nivel

Links
[1] https://comsoc.udg.mx/etiquetas/omar-velarde