



Sistema de Atención Integral a la Salud  
Universidad Veracruzana



Universidad Veracruzana  
Secretaría de Administración y Finanzas



Te invitamos a la plática informativa:

## Iniciación a la práctica del ejercicio

El objetivo de esta plática es reconocer cuáles son los principios básicos para la práctica del ejercicio físico, que lleven a una realización segura, eficaz y que permita tener una continuidad, sumando a un estilo de vida saludable.

La plática informativa será impartida por el Dr. Carlos Manuel Chacón Rodríguez, licenciado en Educación Física, Deporte y Recreación por la UV, con maestría en Ciencias Aplicadas al Deporte y doctorado en Educación. Se desempeña como Gestor de Salud en el SAISUV, a cargo de coordinar y facilitar las actividades de Ejercicio físico para el bienestar.

Los invitamos a asistir a esta plática informativa el lunes 12 de febrero del 2024, de 10:00 a 11:00 horas, a través de:

Zoom ID de la sesión: 890 3458 8080 Contraseña: 134761

Más información  
[www.uv.mx/saisuv/](http://www.uv.mx/saisuv/)