

---

## Facultad de Estudios Superiores Zaragoza

---

### Datos del plan de estudio

**Nombre de la disciplina deportiva:** Acondicionamiento físico general

**Dirigido a:** Comunidad Universitaria en lo general y Zaragozana en particular y en caso de deportes como Fútbol asociación, Tae Kwon do, Atletismo, Lucha olímpica y Boxeo se abre a categoría infantil y juvenil a miembros de la sociedad en general. Respecto a los servicios médicos deportivos estos se dirigen a la comunidad interna y externa.

### Requisitos de ingreso:

Realización de un examen médico  
Trámite de credencial deportiva

### Síntesis/descripción breve:

La FES Zaragoza, a través del Dpto. de Actividades Deportivas y Recreativas, busca promover y fomentar el deporte y la recreación entre su comunidad, abriendo sus puertas a la comunidad externa, teniendo como objetivo central que obtengan los múltiples beneficios de la actividad física y el ejercicio sistemático contribuyendo así a elevar su calidad de vida

### Contacto

**Nombre:** Cosme Ortega Ávila

**Puesto:** Jefe del Departamento de Actividades Deportivas FES Zaragoza

**Teléfonos:** 56230716; 5521296771

**Email:** [oac@puma2.zaragoza.unam.mx](mailto:oac@puma2.zaragoza.unam.mx)

<http://deportivas.feszaragoza.wordpress.com>