

DEPORTES IBERO PUEBLA / OTOÑO 2019

#TúDasParaMás

•CLASES FITNESS IBERO ACTÍVATE•

PAGA \$650.00 HASTA EL 18 DE AGOSTO DE 2019 Y PARTICIPA EN TODAS LAS CLASES FITNESS
(COSTO A PARTIR DEL 19 DE AGOSTO: \$900.00)

| Horario | Lunes | Martes | Miércoles | Jueves |
|-----------------|----------------------------|----------------------------|------------------------|----------------------------|
| 10:00 - 11:00 h | Barre Fitness / I 012 | Ketbell / I 009 | Boot Camp / I 009 | Trainig Chair / I 009 |
| 11:00 - 12:00 h | Ent. en suspensión / I 010 | Ball Fitness / I 010 | Pilates / I 010 | Zumba / I 010 |
| 12:00 - 13:00 h | Pilates / I 010 | Yoga / I 010 | Crazy Training / I 010 | Gap / I 010 |
| 13:00 - 14:00 h | Zumba / I 010 | Gap / I 010 | Pilates / I 010 | Barre Fit / I 010 |
| 14:00 - 15:00 h | Insanity / I 010 | Baketas Fit / I 010 | Ent. Funcional / I 010 | Stick Funcional / I 010 |
| 15:00 - 16:00 h | Yoga / I 010 | Ent. en suspensión / I 010 | Zumba / I 010 | Ent. en suspensión / I 010 |
| 16:00 - 17:00 h | | | | |
| 17:00 - 18:00 h | Box / I 010 | Yoga Kundalini / I 004 | Box / I 010 | Yoga Kundalini / I 004 |
| 18:00 - 19:00 h | Box / I 010 | Pilates Mat / I 004 | Box / I 010** | Pilates Mat / I 004 |
| 19:00 - 20:00 h | | Vinysa Yoga / I 010 | | Vinysa Yoga / I 010 |
| 20:00 - 21:00 h | | Pilates Funcional / I 010 | | Pilates Funcional / I 010 |

Salud integral / Vida saludable integral
 Tono muscular / Definición y fuerza
 Cardio / Mejora de condición física y disminución de grasa
 Box**
Viernes mismo horario

Todos los pagos por servicios se harán en una sola exhibición. Después de realizado un pago no habrá devoluciones.
Inscripciones e Informes: luisagustin.cadena@iberopuebla.mx / T. 229.07.00 ext. 14414

•TALLERES DEPORTIVOS•

| Taller | Costo hasta el 24 de agosto | Costo después del 24 de agosto | Horario | Lugar |
|--------------------|-----------------------------|--------------------------------|--|--------------------|
| Ajedrez | \$650 | \$950 | L - J de 17:00 a 18:30 h | Salón B 002 |
| Futbol* | \$450 | \$650 | M, Mi y J de 17:00 a 18:30 h | Campo 2 |
| Escalada Deportiva | \$450 | \$650 | M y J de 13:00 a 15:00 h | Muro de escalada |
| Ping Pong | \$650 | \$950 | L - J de 17:00 a 18:30 h | Sala Lúdica |
| Tenis* | \$925 | \$1,400 | L - V de 09:00 a 11:00 h M y J de 17:00 a 19:00 h | Canchas de tenis |
| Kickboxing-Hapkido | \$650 | \$950 | L - J de 09:00 a 10:30 h | Salón I 010 |
| Voleibol de sala | \$450 | \$650 | M y J de 11:00 a 13:00 h | Gimnasio-Auditorio |

Inscripciones e Informes: christian.gutierrez@iberopuebla.mx / T. 229.07.00 ext. 14412

Realiza tu servicio becario en cualquiera de estos talleres (Limitado a dos becarios por taller).

*Cupo limitado / Pregunta por los precios especiales para personal.

Torneos Intramuros / Copa Xavi Otoño 2019 / Inscripciones abiertas

- Torneo Copa Xavi de Fútbol / Junta previa 30 de agosto, oficinas campo 2 / Inscripción \$800.00 / Cupo limitado
 - Torneo Copa Xavi de Voleibol de Playa mixto / Sábado 12 de octubre / 09:00 h / Cancha de Voleibol / Inscripción \$25.00
 - Torneo Copa Xavi de X- Box FIFA 19 / Del 17 al 19 de septiembre / 11:00 h / Sala lúdica
- Inscripciones e Informes: christian.gutierrez@iberopuebla.mx / T. 229.07.00 ext. 14412

•Gimnasio IBERO•

Lunes a viernes de 06:30 - 21:00 h, sábado de 08:00 a 14:00 h / Precio para alumnos licenciatura activos:
\$1,250.00 por el periodo de otoño / Pregunta por los precios especiales para colaboradores

Inscripciones e Informes: luisagustin.cadena@iberopuebla.mx / T. 229.07.00 ext. 14414



Ibero Puebla / Deportes Ibero Puebla



@IberoPuebla