



Plan de actuación
COVID-19

Deporte

El Centro de Actividades Deportivas de la UGR se suma a la **iniciativa #yomemuevoencasa** con una serie de videos de sesiones del plan de **entrenamiento en casa** que ha preparado para mantenernos activos durante estas semanas. Se trata de una serie de rutinas de ejercicios sencilla, sin necesidad de utilizar material y adaptada a cada nivel.

Permanece atento a su canal y sus redes sociales para las próximas sesiones:

- Canal youtube
- Twitter
- Instagram
- Facebook

Compartir en