

# PORTAFOLIO DE SERVICIOS

## ÁREA DE ACTIVIDAD FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE

### SEDE NEIVA

Luis Alejandro Bedoya Contreras  
Coordinador Deporte y Cultura  
[luis.bedoya@fumc.edu.co](mailto:luis.bedoya@fumc.edu.co)

## Deportes de conjunto

El área de Deportes tiene a disposición para la práctica deportiva a nivel formativo y competitivo varias disciplinas deportivas.

A nivel competitivo se conformará el seleccionado representativo con estudiantes que tengan experiencia, que hayan competido o que posean habilidades y destrezas en cada modalidad deportiva.



# Fútbol masculino



## Fútbol masculino

**Día:** sábados

**Hora:** 8:00 a 10:00 a.m.

**Lugar:** Club los Andaquies

**Instructor:** Juan Carlos Ibáñez Rivera

**Correo institucional:** juancarlosibanezrivera@fumc.edu.co

## Fútbol Sala



### Fútbol sala masculino

**Día:** lunes

**Hora:** 8:00 a 10:00 p.m.

**Lugar:** Polideportivo techado los Mártires

**Día:** miércoles

**Hora:** 8:00 a 10:00 p.m.

**Lugar:** Polideportivo techado los Mártires

### Fútbol sala femenino

**Día:** lunes

**Hora:** 6:00 a 8:00 p.m.

**Lugar:** Polideportivo techado los Mártires

**Día:** miércoles

**Hora:** 6:00 a 8:00 p.m.

**Lugar:** Polideportivo techado los mártires

**Instructor:** Juan Carlos Ibáñez Rivera

**Correo institucional:** juancarlosibanezrivera@fumc.edu.co

# Baloncesto



## Baloncesto mixto

**Día:** miércoles

**Hora:** 10:00 a.m. a 12:00 m.

**Lugar:** Polideportivo techado Campo Núñez

**Día:** sábado

**Hora:** 10:00 a.m. a 12:00 m.

**Lugar:** Club los Andaquies

**Instructor:** Juan Carlos Ibáñez Rivera

**Correo institucional:** juancarlosibanezrivera@fumc.edu.co

## Voleibol



### Voleibol femenino

**Día:** lunes – miércoles - viernes

**Hora:** 6:00 a 7:00 p.m.

**Lugar:** Polideportivo techado Campo Núñez

### Voleibol masculino

**Día:** lunes – miércoles – viernes

**Hora:** 7:00 a 8:00 p.m.

**Lugar:** Polideportivo techado Campo Núñez

**Instructor:** Karol Yiced Valencia Lozada

**Correo institucional:** [karolyicedvalencialozada@fumc.edu.co](mailto:karolyicedvalencialozada@fumc.edu.co)

## Deportes individuales

El área de Deportes tiene a disposición para la práctica deportiva a nivel formativo y competitivo varias disciplinas deportivas.

A nivel competitivo se conformará el seleccionado representativo con estudiantes que tengan experiencia, que hayan competido o que posean habilidades y destrezas en cada disciplina deportiva.



## Deportes de raqueta



### Tenis de mesa

**Día:** lunes

**Hora:** 10:00 a.m. a 12:00 m

**Lugar:** Quinto Piso

**Día:** miércoles

**Hora:** 2:00 a 4:00 p.m.

**Lugar:** Quinto Piso

**Instructor:** Juan Carlos Ibáñez Rivera

**Correo institucional:** [juancarlosibanezrivera@fumc.edu.co](mailto:juancarlosibanezrivera@fumc.edu.co)

## Deporte recreativo

Espacio que busca incentivar a la comunidad universitaria a utilizar su tiempo libre en actividades físicas y deportivo-recreativas, que permitan generar hábitos de vida activa para mejorar la calidad de vida de sus beneficiarios.

Juegos y actividades estarán a tu entera disposición en los días programados.

### Karaoke

**Día:** miércoles

**Hora:** 4:00 a 5:00 p.m.

**Lugar:** Quinto Piso

### Rumba aeróbica

**Día:** JUEVES

**Hora:** 6:00 a 8:00 p.m.

**Lugar:** Auditorio

### Yoga

**Día:** miércoles

**Hora:** 5:00 a 6:00 p.m.

**Lugar:** Auditorio



**¡Aprovecha tu tiempo libre al máximo, anímate y participa!**

## Acondicionamiento físico gimnasio

Es un espacio físico dentro de la universidad dotado de máquinas de musculación, cardiovasculares y diferentes implementos propios para entrenar, que brinda a toda la comunidad universitaria la posibilidad de ejercitarse y mejorar su condición física y por ende su calidad de vida.

**Días:** martes - miércoles – jueves – viernes

**Hora:** 7:30 a.m. a 9:30 a.m.

**Días:** lunes - miércoles

**Hora:** 4:00 p.m. a 6:00 p.m.

**Días:** martes

**Hora:** 4:30 p.m. a 7:30 p.m.

**Días:** jueves - viernes

**Hora:** 2:00 p.m. a 4:00 p.m.



Instructor: Juan Carlos Ibáñez Rivera

Correo institucional: [juancarlosibanezrivera@fumc.edu.co](mailto:juancarlosibanezrivera@fumc.edu.co)

Más

María Cano

