UNIVERSIDAD DE GRANADA

Centro de Actividades Deportivas

Una nueva sesión de la iniciativa "Me muevo en casa".

24/03/2020



Una nueva entrega de entrenamiento en casa dentro de la iniciativa #MeMuevoEnCasa, en esta ocasión orientada al trabajo de la resistencia cardiovascular y muscular.

Esta iniciativa la podéis seguir en nuestras redes sociales (Facebook, Instagram y Twitter) y para ello compartimos el enlace a nuestro perfil en YouTube con nuestra cuarta sesión de ejercicio, la cuál podréis visualizar en cualquier momento.

Enlace YouTube Deportes UGR - Sesión 4 - #MeMuevoEnCasa

Te invitamos, como en días anteriores, a que subas una foto/vídeo y nos etiquetes en nuestras redes sociales para que veamos como tú también #TeMuevesEnCasa.

De nuevo agradecer la colaboración de nuestro alumno del grado de Ciencias del Deportes, Alvaro Salmerón, y de nuestra alumna del grado de Comunicación Audiovisual, Rocio Farráis.

¡Atento a nuestras redes sociales y canal de YouTube para la cuarta sesión, que será el próximo jueves!

Copyright© 2026 Universidad de Granada