UNIVERSIDAD DE GRANADA

Centro de Actividades Deportivas

Nueva sesión de entrenamiento #memuevoencasa ya disponible en redes sociales

30/03/2020

Deportes UGR MeMuevoEnCasa



Séptima sesión de #MeMuevoEnCasa. En el día de hoy os aportamos una nueva sesión de fullbody, de nuevo de mano de nuestro alumno Alvaro Salmerón (Ciencias del Deporte) y con la colaboración de Rocío Farráis (Comunicación Audiovisual), en el montaje y edición de video.

Recordarles que esta iniciativa pueden seguirla en nuestras redes sociales (Facebook, Instagram y Twitter) y para ello compartimos el enlace a nuestro perfil en YouTube con nuestra quinta sesión de ejercicio, la cuál pueden visualizar en cualquier momento.

Enlace YouTube Deportes UGR - Sesión 7 - #MeMuevoEnCasa

Le invitamos, como en días anteriores, a que suban una foto/vídeo y nos etiqueten en nuestras redes sociales para que veamos como #TeMuevesEnCasa.

Os esperamos el próximo miércoles para la 8ª sesión de entrenamiento, orientada a cardio. ¡No te la pierdas, atento a nuestras redes sociales y canal de YouTube!

Copyright© 2026 Universidad de Granada