UNIVERSIDAD DE GRANADA

Centro de Actividades Deportivas

Sesión de "Full body" con material para le sesión 23

05/05/2020

Deportes UGR MeMuevoEnCasa



Nueva sesión de #MeMuevoEnCasa. En el día de hoy os aportamos una sesión de fuerza, usando material convencional y otros elementos propios de una casa.

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 la sesión de hoy, la cuál pueden visualizar en cualquier momento.

Enlace YouTube Deportes UGR - Sesión 23 - #MeMuevoEnCasa

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

Como siempre agradecer el buen trabajo de nuestro grupo de alumnos y alumnas de las prácticas ICARO: Alvaro Salmerón (Ciencias del Deporte), Rubén Guardón y Rocío Farráis (Comunicación Audiovisual), Alicia Rosado y Aniria Ramón (Marketing y Estudio de mercados), y Sara Fernández (egresada de la UGR).

Copyright© 2026 Universidad de Granada