UNIVERSIDAD DE GRANADA

Centro de Actividades Deportivas

¿Preparado para una sesión corta, pero intensa de cardio?

19/05/2020

Deportes UGR MeMuevoEnCasa



Sesión corta pero intensa de resistencia muscular y cardio vascular, la que nuestros alumnos, Alvaro Salmerón y Rubén Guardón nos han preparado en el día de hoy.

Podéis seguir esta iniciativa en nuestras redes sociales (Facebook, Instagram y Twitter) y para ello compartimos el enlace a nuestro perfil en YouTube con nuestra segunda sesión de ejercicio.

Enlace YouTube Deportes UGR - Sesión 26 - #MeMuevoEnCasa

Te recordamos nuestra invitación a subir una foto/vídeo y nos etiquetes en nuestras redes sociales para que veamos como tú también #TeMuevesEnCasa.

El próximo viernes una nueva sesión de movilidad de columna vertebral, tan necesaria en el día a día. ¡Atento a nuestras redes sociales y canal de YouTube!

Copyright© 2026 Universidad de Granada