

The background of the middle section is a photograph of a large group of people, mostly young adults, participating in a physical activity or sports program. They are in an outdoor setting, possibly a courtyard or sports field, with a building in the background. The entire image is overlaid with a semi-transparent magenta filter. A solid light blue vertical bar is on the right side of the image.

PROGRAMA DE VIDA SALUDABLE ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTES

#SOMOSUTALCA



PROGRAMA DE VIDA SALUDABLE, ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTES

Programa de excelencia académica, reconocido por su contribución a la vida saludable, formación y bienestar de los estudiantes de la Universidad de Talca y la comunidad.

MISIÓN

Promover la vida saludable por medio del currículum formal y otras instancias de participación de actividad física y deportes.

DEPORTE MASIVO

- Campeonato de Fútbol 1° año.
- Fútbol Varones, Fútbol Damas.

CAMPEONATO INTERESCUELAS

- Básquetbol, Voleibol, Fútbol y Futbolito Tenis.

JUEGOS UNIVERSITARIOS

- Olimpiadas Utaínas.

DEPORTE ESPONTÁNEO

- Solicitud de recintos.

MASIVOS

- Zumba, Combat, Insanity.

DEPORTE SELECTIVO

Cada selección tiene niveles por categoría, según rendimiento y otra variable

- Atletismo. Damas, Varones
- Gimnasia Rítmica
- Básquetbol. Damas, Varones
- Vóleibol. Damas, Varones
- Fútbol. Damas, Varones
- Fútbol Varones
- Tenis. Damas, Varones
- Tenis de Mesa. Damas, Varones
- Handbol. Damas, Varones
- Rugby

FITNESS

El programa de Actividad Física y Deportes realiza clases dirigidas de Zumba- Body Combat- GAP- Power Jump- Full Abs- Pilates y Spinning. Además de contar con un profesor especialista encargado de guiar el trabajo muscular de quienes asistan a la sala de musculación.



PROGRAMA DE VIDA SALUDABLE, ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTES

CAMPEONATOS INTERESCUELAS

Los campeonatos interesuelas de la Universidad de Talca se realizan desde hace más de 25 años en el campus Talca, mientras que en el último tiempo se agregaron los campus de Curicó y Santiago Santa Elena.

Dichos eventos se realizan uno en cada semestre académico, obteniendo un campeón por etapa.

Estos torneos son organizados por el Programa de Vida Saludable, Actividad Física y Deportes con la asesoría de profesores de Educación Física especializados en cada una de las disciplinas.

INFRAESTRUCTURA DEPORTIVA

Cuatro canchas de pasto natural, con medidas reglamentarias para la práctica de fútbol y rugby.

- 2 en Talca.
- 1 en Curicó.
- 1 en Linares.

Tres canchas de pasto sintético para Baby fútbol, futbolito y Fútbol.

- 2 en Talca.
- 1 en Curicó.

Tres canchas de tenis de arcilla.

- 2 en Talca.
- 1 en Curicó.
- 1 en Linares.

GIMNASIO

Instalaciones en los Campus Talca y Curicó con clases semanales en diversos horarios.



#SOMOSUTALCA

admision.otalca.cl