



# CONGRESO DIABETES

“Un abordaje multidisciplinar”

## BIS 2023

BIENESTAR Y SALUD PARA TODOS

## PROGRAMACIÓN JORNADA DEPORTIVA

9 Y 10 DE NOVIEMBRE 2023

Lugar: Campus Deportivo Universidad Santo Tomás

BUCARAMANGA / SANTANDER





# PROGRAMACIÓN JORNADA DEPORTIVA

 **CAMPUS DEPORTIVO**  
**Universidad Santo Tomás**  
Km 13 Autopista Piedecuesta

 **9 - 10**  
**de noviembre**



## La Rumba aeróbica y diabetes

**Población objetivo**

Adultos, adultos mayores,  
población universitaria



## Yoga y diabetes

**Población objetivo**

Adultos, adultos mayores,  
población universitaria



## Pilates y diabetes

**Población objetivo**

Adultos, adultos mayores,  
población universitaria



## Valoración del riesgo cardiovascular

**Población objetivo**

Adultos, adultos mayores,  
población universitaria



## Cardio box y diabetes

**Población objetivo**

Adultos, adultos mayores,  
población universitaria

Responsables:



CENTROS DE  
**ACONDICIONAMIENTO FÍSICO**  
DE BUCARAMANGA





## **CRONOGRAMA** NOVIEMBRE 9

### Actividad

2 - 4 p.m.

4 - 6 p.m.

Rumba aeróbica

Pilates

Valoración del riesgo cardiovascular

## **CRONOGRAMA** NOVIEMBRE 10

### Actividad

8 - 10 a.m.

10 - 12 m.

Cardio box

Yoga

Valoración del riesgo cardiovascular



# CONGRESO DIABETES

*“Un abordaje multidisciplinar”*



UNIVERSIDAD  
**SANTO TOMÁS**  
—BUARAMANGA—

VIGILADA MINEDUCACIÓN - SNIES: 1705



**fcv**  
Cuidamos Vidas