

## Fiesta deportiva en la UTPL

Andrea Leon  
04/05/2017



Categorías:

Administrativos, Alumnos, Docentes, UTPL

La [Organización Mundial de la Salud](#) [1] (**OMS**) recomienda que los adultos con edades comprendidas entre los 18 a los 64 años deberían realizar actividades recreativas o de ocio con el fin de mejorar las funciones cardiorrespiratorias, musculares, sistema ósea, reducir el riesgo de enfermedades no transmisibles y depresión.

De acuerdo a la OMS se debería dedicar al menos dos horas y media de actividad física aeróbica moderada, o bien una hora con veinticinco minutos de actividad física aeróbica intensa; aunque para quienes deseen pueden hacer una combinación equivalente de ambas actividades.

Bajo esta perspectiva y dentro del marco de lo 46 años de vida institucional, la [UTPL](#) [2] realizó la inauguración de las VII **Olimpiadas Deportivas** que contó con la participación de 12 grupos en representación de docentes, administrativos, empresas aliadas a la universidad y estudiantes.

Dentro de esta fiesta deportiva inaugural, también se vivió momentos de compañerismo cuando la comunidad universitaria participó en los [juegos tradicionales](#) [3] como trole, macateta, trompos y 6 piernas; en donde quedó demostrada la estrategia integradora de los equipos.

Estas olimpiadas deportivas motivan la participación dentro de las disciplinas de baloncesto, fútbol, maratón, ajedrez, tenis de mesa, atletismo y ecuavoley; que se estarán cumpliendo durante las próximas semanas en el campus UTPL.

**Source URL:** <https://noticias.utpl.edu.ec/fiesta-deportiva-en-la-utpl>

### Links

[1] <http://www.who.int/es/>

[2] <http://www.utpl.edu.ec/>

[3] <http://milan.consulado.gob.ec/es/juegos-tradicionales-ecuatorianos/>