

# COMUNIDAD ESTUDIANTIL:

Sé parte de los

## TALLERES DE FORMACIÓN INTEGRAL

### CUSUR 2025-A

HABILIDADES  
BLANDAS



MEDIO AMBIENTE



ARTE Y CULTURA



SALUD INTEGRAL



Fecha de inicio: 5 de febrero

Inscríbete  
del 20 al 30 de Enero



**Mayores informes:**

Coordinación de Extensión

Edificio "J" Tel. 341 575 22 22 Ext. 46164

Correo: [cusur.extension@cusur.udg.mx](mailto:cusur.extension@cusur.udg.mx)



# SALUD INTEGRAL



## TALLER

## HORARIO

Acondicionamiento físico (Grupo 1)	Martes	08:00 - 09:00	
Acondicionamiento físico (Grupo 2)	Jueves	08:00 - 09:00	
Amor al Postre	Martes	12:00 - 14:00	Virtual
Atletismo y Trail Running	Martes	07:00 - 09:00	
Basquetbol femenino	Lunes	18:00 - 20:00	
Basquetbol varonil	Miércoles	18:00 - 20:00	
Beisbol	Martes	14:00 - 16:30	
Box	Jueves	12:00 - 14:00	
Brigadas de Protección Civil (primeros auxilios, prevención y combate de incendios; búsqueda y rescate; seguridad y evacuación de inmuebles)	Jueves	10:00 - 12:00	
Futbol femenino	Miércoles	17:00 - 19:00	
Futbol varonil	Miércoles	15:00 - 17:00	
Hackeando tu salud: Herramientas y estrategias digitales para la nutrición y la salud	Miércoles	17:00 - 19:00	Virtual
Introducción a la salud integral y primeros auxilios	viernes	15:00 - 16:00	
Muro de escalada (Grupo 1)	Martes	17:00 - 19:00	
Muro de escalada (Grupo 2)	Miércoles	19:00 - 21:00	
Primeros auxilios (Grupo 1)	Miércoles	12:00 - 14:00	
Primeros Auxilios (Grupo 2)	viernes	12:00 - 14:00	
Sóftbol femenino	Lunes	14:00 - 16:00	
Tenis (Grupo 1)	Miércoles	13:30 - 15:00	
Tenis (Grupo 2)	Jueves	13:30 - 15:00	
Tochito femenino	Martes	11:00 - 13:00	
Tochito varonil	Martes	08:00 - 9:30	
Voleibol femenino avanzadas (Grupo 1)	Martes	09:00 - 11:00	
Voleibol femenino avanzadas (Grupo 2)	Jueves	09:00 - 11:00	
Voleibol femenino principiantes (Grupo 1)	Lunes	11:00 - 13:00	
Voleibol femenino principiantes (Grupo 2)	Miércoles	11:00 - 13:00	
Voleibol mixto (Grupo 1)	Lunes	16:00 - 18:00	
Voleibol mixto (Grupo 2)	Miércoles	16:00 - 18:00	
Voleibol mixto (Grupo 3)	Martes	15:00 - 17:00	



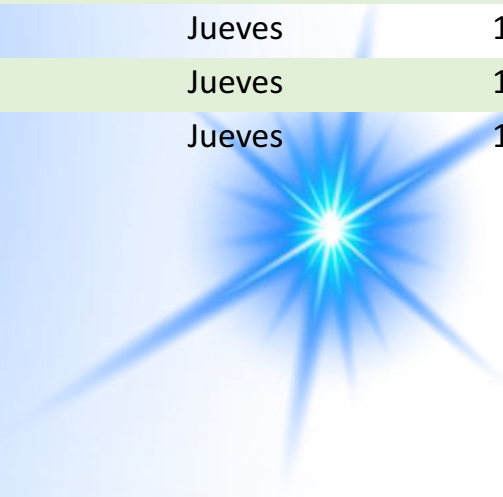
# ARTE Y CULTURA



## TALLER

## HORARIO

Baile (Banda y cumbia) Grupo 1	Lunes	16:00 - 18:00
Baile (Banda y cumbia) Grupo 2	Jueves	16:00 - 18:00
Baile moderno (Grupo 1)	Miércoles	10:00 - 12:00
Baile moderno (Grupo 2)	Jueves	16:00 - 18:00
Ballet folklórico	Martes Y Jueves	19:30 - 21:30
Canto e interpretación	Jueves	17:00 - 19:00
Canto e interpretación vocal	Jueves	11:00 - 13:00
Canto y vocalización	Martes	12:00 - 14:00
Club de escritura literaria	Jueves	14:00 - 16:00
Corte y confección II (Intermedio)	Martes y Jueves	16:00 - 18:00
Crea y captura: Taller de fotografía, edición y video	Martes	18:00 -20:00
Danza Árabe (Grupo 1)	Lunes	16:30 - 17:30
Danza Árabe (Grupo 2)	Miércoles	16:30 - 17:30
Hip hop dance	Jueves	17:00 - 19:00
Pintura en plastilina	Miércoles	10:00 - 12:00
Teatro	Martes	20:00 - 21:30
Teoría musical (Grupo 1)	Jueves	12:30 - 14:30
Teoría Musical (Grupo 2)	Jueves	14:30 - 16:30
Un Yogui dentro y fuera del tapete (yoga)	Jueves	17:00 - 19:00



# HABILIDADES BLANDAS



TALLER	HORARIO	
Ajedrez	Martes	11:00 - 13:00
Aprendiendo de negocios	Miércoles	11:00 - 13:00
Calabozos y dragones (Juegos De Rol)	Lunes	11:00 - 13:00
Con la fuerza de un león: Domina el arte de hablar en público	Jueves	19:00 - 20:30
Conecta y convence Oratoria para hablar en público en cualquier carrera	Jueves	10:00 - 12:00
Conversación de Ingles (Grupo 1)	Lunes	12:00 - 14:00
Conversación de Ingles (Grupo 2)	Miércoles	13:00 - 15:00
Diagnostico social	Jueves	09:00 - 11:00
Excel básico	Miércoles	17:00 - 19:00
Expresión oral y escrita	Miércoles	11:00 - 13:00
Finanzas personales	Jueves	09:00 - 10:00
Kit de autoayuda ante mis momentos de estrés (Grupo 1)	Lunes	16:00 - 18:00
Kit de autoayuda ante mis momentos de estrés (Grupo 2)	Miércoles	16:00 - 18:00
Oratoria y expresión	Miércoles	12:00 - 14:00
¿Qué onda con Neurociencias?	Lunes	13:00 - 15:00
Sanar el dolor con la Tanatología cuando el alma duele	Miércoles	18:00 - 20:00

Virtual

# MEDIO AMBIENTE



TALLER	HORARIO	
¿Conoces tu medio ambiente?	Miércoles	09:00 - 11:00
Huertos en casa	Miércoles	17:00 - 19:00
La Importancia de la interpretación cartográfica	Miércoles y	Miércoles 07:00 - 08:00
	Jueves	Jueves 11:00 - 12:00

