



La recreación es una importante alternativa para la persona estudiante, ya que se invierte el tiempo libre de una manera sana y lúdica, procurando el crecimiento integral.

BENEFICIOS DE LA RECREACIÓN:



- Ser parte de actividades inclusivas.
- Mejorar la salud física, social, mental y espiritual.
- Invertir el tiempo libre de manera divertida.
- Obtén una mejor calidad de vida.
- Juegos sanos.
- Aprender nuevos juegos, mejorando capacidades motrices y cognitivas.
- Conocer nuevas personas y divertirte.



 (506)2277 - 3241
 mjonesb@una.cr

 RecreaciónDPEUNA
 RecreaciónDPEUNA



Talleres CULTURALES

DEPARTAMENTO DE PROMOCIÓN ESTUDIANTIL

Matricúlate en los **Talleres Culturales** y **aprovecha** tu tiempo libre en actividades sanas que te permitan crecer personalmente.

- Bádminton
- Baile al medio día
- Baile popular
- Baile folclórico
- Bases de dibujo artístico
- Danza del vientre
- Defensa personal
- Esgrima
- Futsala femenino
- Guitarra popular
- Lectura musical y solfeo
- Marimba folclórica costarricense
- Natación
- Percusión
- Técnicas de canto
- Tenis de mesa
- Yoga



 2277 - 3830

 talleres@una.cr

 TalleresCulturalesUNA

 TalleresCulturalesUNA

