



ESCUELA NACIONAL PREPARATORIA
PLANTEL No. 3 "JUSTO SIERRA"

Coordinación de Actividades Deportivas
EQUIPO REPRESENTATIVO DE TAEKWONDO

Convocan a la Comunidad de la Preparatoria a participar en el proceso de conformación del
Equipo de

TAEKWONDO

Para el Ciclo Escolar 2024 – 2025 conforme a las siguientes

BASES:

*Único Día de Pruebas para 5º y 6º año:		JUEVES 29 de AGOSTO (No Recursadorxs)	
*Único Día de Pruebas para 4º año:		MARTES 10 de SEPTIEMBRE	
LUGAR	HORARIOS DE LAS PRUEBAS	PRESENTACIÓN PARA LAS PRUEBAS	ENTRENAMIENTOS
Gimnasio del Plantel (Área de Taekwondo)	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 11:00 am a 12:30pm: <u>Turno Vespertino</u> ➤ 1:00pm a 2:30pm: <u>Turno Matutino</u> 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Pants y playera (No mezclilla, No chamarras, No shorts) ✓ Tenis deportivos ✓ Hidratación ✓ Oxímetro (de preferencia) ✓ Gel antibacterial <p>*No asistir en caso de presentar algún síntoma COVID o algún síntoma de enfermedad respiratoria aguda.</p>	<p>Martes y Jueves:</p> <p>-1:00 a 2:30 pm -2:30 a 4:00 pm</p> <p>Se toman en contra turno. Ramas Femenil y Varonil.</p>

✓ DOCUMENTOS A ENTREGAR EL DIA DE LAS PRUEBAS:

(Entregar los siguientes documentos en un porta hojas transparente tamaño carta)

- 1) **ORIGINAL CERTIFICADO MÉDICO:** IMSS, ISSSTE, Centros de Salud o Cruz Roja. Con fecha de Agosto 2024 (No farmacias, No particulares, No copia).
- 2) **Copia** de la Hoja de Inscripción
- 3) **Copia** del Carnet del Seguro Facultativo IMSS-UNAM (vigente).
- 4) **Copia** de Último Certificado de Grado Kup o Dan, para quienes ya tienen grado y cinta en Taekwondo.

➤ Las pruebas físicas y técnicas son para todxs:

Novatxs o Principiantxs: No importa si has practicado o no esta disciplina con anterioridad.

Intermedixs y Avanzadx: además deberán presentar Poomsae según su grado y cinta.

- No presentarse en ayunas y no haber ingerido alimentos hasta una hora antes de las pruebas.
- Después de iniciadas las pruebas no será posible acceder.

ACTIVIDADES DESPUES DE LAS PRUEBAS	DÍA	HORARIO	LUGAR
Resultados de las Pruebas	Jueves 12 Septiembre	1:00 pm	Coordinación de Educación Física
Junta Informativa para lxs nuevxs integrantxs	Martes 17 Septiembre	1:00 pm	Área de Taekwondo
Junta con Madres y Padres de Familia	Jueves 19 Septiembre	5:00 pm	Vía Zoom

INFORMES:

SBN. Israel Moreno Valenzuela

Entrenador de la Selección de Taekwondo ENP 3

(En los días y horarios de entrenamiento en el Gimnasio del Plantel, Área de Taekwondo)

