



# 2do. Informe de Actividades

Periodo

Del 01 de Octubre 2019 al 30  
Septiembre 2020



# INTRODUCCIÓN

Para Comude Zapopan, las actividades deportivas y recreativas son sin lugar a dudas el eje estructural de la movilidad para llevar adelante la estrategia de la recuperación del tejido social como lo ha propuesto nuestro Presidente Municipal Pablo Lemus.

En el período que comprende este informe de actividades, de octubre 2019-septiembre 2020, se tuvo una serie de altibajos en las prácticas deportivas y recreativas.

Por un lado, en los meses de noviembre y diciembre de 2019 Zapopan fue sede de eventos internacionales en gimnasia y box.

En tanto que en 2020 mientras estaban los manteles puestos para albergar una edición más del Abierto de Zapopan de la WTA, tuvo que postergarse por la pandemia de Covid-19 en marzo, lo que obligó en forma paralela a suspender toda actividad en los 96 espacios deportivos administrados por Comude.

Sin embargo, ello no fue motivo para que Comude Zapopan se quedara inactivo, por el contrario, la inquietud y visión de nuestro Director General Gustavo Santoscoy, hizo poner sobre la mesa al Presidente Municipal Pablo Lemus una serie de propuestas para mantener en actividad deportiva y recreativa a las y los zapopanos.

De esta manera surgieron programas pilares en esta gestión administrativa como consecuencia de la crisis sanitaria, como el de Acondicionamiento Físico de manera virtual y el reto "México corre por su Héroes", por mencionar algunos.

En el programa de Acondicionamiento Físico se logró la producción de alrededor de 200 videos y transmisiones en vivo vía facebook para mantener en actividad a los usuarios de las diferentes disciplinas deportivas y recreativas que Comude ofrece, logrando aproximadamente un millón de visitas, sí, un millón de visitas en los más de 100 días que duró este programa.

En tanto, en el reto "México corre por sus Héroes", programa emprendido el 22 de julio en solidaridad y en pleno reconocimiento al personal de salud que realiza grandes esfuerzos por atender a pacientes con coronavirus, a finales de septiembre sumaba la participación de 4,838 atletas registrados de 12 países: Estados Unidos, Uruguay, Argentina, Canadá, Brasil, Ecuador, Panamá, España, Colombia, Macao, Costa Rica y México, con un acumulado de más de 500,000 kilómetros recorridos, de una meta de 841,275 kilómetros.

En Comude Zapopan no hemos dejado de estar en movimiento a través de la multiplicidad de programas, tales como Escuelas de Iniciación Deportiva, Deporte Adaptado, Adulto Mayor y Mantenimiento de Unidades, por mencionar unos.

En Comude Zapopan, hay compromiso y responsabilidad para que el deporte y la recreación estén al alcance de todos.





# Escuelas de Iniciación

Equipo de Natación de Comude Zapopan

1 de Octubre 2019

Destacada actuación tuvo el equipo de natación de Comude Zapopan (integrado por 80 atletas), en su reciente participación en la X Edición de la Travesía Barra-Melaque, donde consiguieron 25 medallas en las categorías máster, infantil y juvenil.



## Final de Fútbol Femenil

7 de Octubre 2019

Final inédita de fútbol femenino entre dos equipos de Zapopan en la Copa Telmex-Telcel Jalisco, luego de que Club Guadalajara Zapopan y Comude Zapopan pasaron a la final, tras vencer a EML Lagos y San Martín Hidalgo con marcador global de 3 goles a 1 y 4 a 2, respectivamente.





### **Participación en “Torneo Tec Milenio 2019”.**

26 de Octubre 2019

Lugar: Parque la Estrella. Participantes: 100 Resultado: Quedamos en 3 lugar con ambas categorías Juvenil B Femenil y Varonil.



### **Travesía ABH Guayabitos 29 de Octubre 2019**

Bajo la tutela de los entrenadores Fernando Orozco, Alfredo Meza, Mario Reyes, Mario Rosales y Pedro Retano, el equipo acuático de Comude Zapopan con 57 nadadores se hizo presente en la Travesía ABH Guayabitos. Lograron varios triunfos.







## **Final de Fútbol Femenil**

**14 de Octubre 2019**

En un encuentro muy parejo celebrado en la Unidad Deportiva Miguel de la Madrid, el equipo de Comude Zapopan perdió la final de 2 goles a 1 ante el representativo de Chivas Zapopan en la Copa Telmex-Telcel.



## **Copa Nacional Mamá Fut 2019**

**10 de Octubre 2019**

Del 31 de octubre al 3 de noviembre Monterrey, Nuevo León, fue sede de la Copa Nacional Mamá Fut 2019, donde participaron más de 40 equipos de todo el país, según el Comité Organizador de este certamen ¡Comude Zapopan presente en los grandes eventos!







## **Escuelas de Iniciación**

### **Expo Deportiva**

22 de Noviembre 2019

Más de 2,800 mil alumnos de las diferentes escuelas y ligas deportivas, así como de los programas de Deporte Adaptado y de Adulto Mayor de Comude Zapopan, participaron durante la primer Expo Deportiva que se realizó en la pista de atletismo del Parque Zapopan.



Asimismo se sumaron a este evento masivo programas como Adulto Mayor, Deporte Adaptado, Escuelas por Convenio y Ligas Deportivas. La Expo Deportiva representa uno de los grandes eventos de carácter deportivo y recreativo que realiza el Gobierno de Zapopan por conducto del Consejo Municipal del Deporte, al congregar en este acto a atletas de todas las disciplinas que se ofrecen.

### **MamaFut**

26 de Noviembre 2019

Buenos resultados dejó la participación de los equipos de fútbol de MamaFut Jalisco en el torneo nacional desarrollado en Monterrey, Nuevo León. Las representantes de Jalisco consiguieron el tercer lugar en dicha competencia.





## **Escuelas de Iniciación**

### **Reunión de Gimnasta Mundial**

3 de Diciembre 2019

"La base del éxito es el esfuerzo" estas fueron las palabras de la leyenda de la gimnasia mundial Oksana Chusovitina, en la plática que sostuvo este día.



## **Performance**

**4 de Diciembre 2019**

Con la asistencia de más de mil 500 personas reunidas en el Gimnasio de Usos Múltiples de Comude Zapopan, la gimnasta Oksana Chusovitina, además de realizar una exhibición, recibió un reconocimiento de manos del presidente municipal Pablo Lemus.







## Evento de Box

06 de Diciembre 2019

Evento "Box Knockout Zapopan" en la Unidad Deportiva La Estrella. Con la presencia de los ex campeones mundiales • Carlos "El Cañas" Zárate Serna • Alfonso Zamora Quiroz • Guadalupe "Lupe" Pintor Guzmán • Daniel "Ratón" Zaragoza Bocardo • José "Pipino" Cuevas González y Humberto "La Chiquita" González.



## Béisbol infantil

28 de Enero 2020

Con la participación de las selecciones de Tototlán, Alfareros SUTAJ, Zalamea y Legión Americana Zapopan, se desarrolló un cuadrangular de béisbol infantil categoría 11-12 años en la Unidad Deportiva Paseos del Sol de Zapopan.







## **Programas COMUDE**

### **Escuelas de Iniciación**

#### **Análisis Escuelas de Iniciación**

Se brinda a la sociedad una amplia variedad de disciplinas deportivas y eventos, el cuál promueve las bases para el deporte y la recreación, de forma ordenada y disciplinaria. Va dirigido a niños entre 4 a 12 años, adolescentes entre 13 a 17 años y adultos de 18 en adelante.



#### **Béisbol infantil**

Liga Cuervos de Zapopan

29 de febrero

Inauguración de la temporada de la Liga de Béisbol Cuervos de Zapopan





## **Tae Kwon Do**

Copa Zapopan

29 de febrero

Se realiza la 35ª edición de la Copa Zapopan de Tae Kwon Do



## **Escuelas Deportivas**

Segundo Torneo de Basquetbol

13 de marzo

- Se llevó a cabo el segundo torneo de basquetbol en la Unidad Deportiva República con la participación de 200 alumnos.







## Torneo Municipal de Futbol

14 de marzo

- Se llevó a cabo el Torneo Municipal de Futbol en las Unidades Deportivas Ángel “El Zapopan” Romero Llamas (Tabachines), Miramar y Santa Margarita con las participación de 200 alumnos.







## PROGRAMA ADULTO MAYOR

Caminata Abrazo Mundial

6 de Octubre 2019

A propuesta de la OMS de la actividad intergeneracional, más de 200 personas adultas, entre ellas una de 87 años y unos pequeños de 2 y 6 años, participaron en la Caminata Abrazo Mundial, recorriendo 3 kilómetros por avenida Patria, de la Unidad Deportiva “El Polvorín”, hacia avenida Américas.



### Grupo Adulto Mayor

9 de Octubre 2019

Personas del grupo de Adultos Mayores de Comude Zapopan realizan múltiples actividades ocupacionales, entre ellas de manualidades de papel maché para elaborar sus calaveras para vestir los festejos con motivo del tradicional Día de Muertos.



### Equipo Adulto Mayor

23 de Octubre 2019

Cambiar el color blanco por el rosa en su vestimenta durante sus cotidianas clases de yoga por parte de los integrantes del equipo de Adulto Mayor de Comude Zapopan, fue con el propósito de crear conciencia en el Mes del Cáncer de Mama, sobre la importancia que juega la prevención de esta enfermedad.





## **Grupo de adulto mayor**

8 de Noviembre 2019

Con el buen ánimo que los caracteriza, integrantes del grupo de Adultos Mayores de Comude Zapopan participaron en un evento más de los festejos de Día de Muertos en la Unidad Deportiva El Polvorín.



## **Pickleball**

9 de Noviembre 2019

En la primera competencia oficial de “pickleball” que se realizó en Chapala, los equipos de Comude Zapopan logran importantes resultados. Mientras en categoría principiantes femenil se obtiene tercer lugar, en categoría principiantes varonil logran segundo y tercer lugar.



## **Adulto Mayor**





## **Convivio Navideño**

11 de Diciembre 2019

Ante más de 1,500 Adultos Mayores de Comude Zapopan, en su tradicional convivio navideño, el presidente municipal Pablo Lemus anunció más apoyos a este sector para el próximo año.

"Vamos a fomentar más las actividades recreativas y deportivas entre ustedes" les dijo el alcalde zapopano. En tanto, mientras la regidora Mónica Magaña destacó el ejemplo de su participación y activación que caracteriza a los adultos mayores de Zapopan, el director general de Comude Gustavo Santoscoy reiteró su compromiso de fortalecer el programa de Adulto Mayor con más actividades y apoyos.



## **Enero 2020**

### **Adulto Mayor**

#### **Análisis Adulto Mayor**

Buscamos impactar en la mejora de las capacidades físicas, la salud mental y la emocional de los Adultos Mayores; a través de la sana convivencia, eventos recreativos, la práctica deportiva y la participación en competencias recreativas y lúdicas, así como exhibiciones deportivas.

Total de Alumnos en Enero 2020 3,286 alumnos.







## Adulto Mayor

Escuela de pickleball

7 de febrero

En apoyo de los adultos mayores se abren escuelas de pickleball en las unidades de Tabachines y Santa Margarita



## Prevención de violencia

Mujeres del programa de Adulto Mayor las capacitan en prevención de violencia





## **Convivencia**

12 de marzo

La señora Maye Villa, presidenta del DIF Zapopan convive con adultos mayores en la Unidad Deportiva La Estrella.



## **Clases en línea**

13 de Abril

### **Adulto Mayor**

En atención a las recomendaciones de salud ante el problema del COVID-19, se subieron a la página de Facebook Comude Zapopan distintos videos de diferentes disciplinas deportivas para realizar rutinas y ejercicios desde casa. Aquí las profesoras Laura Moreno y Bertha Hernández en clases para adultos mayores. Impacto 16,291 visualizaciones.





**Video**

**21 de Abril**

**Adulto Mayor**

En el programa Adulto Mayor de Comude Zapopan participan más de 3 mil usuarios que siguen activos día a día, esperando ver la luz al final de esta situación y hoy te necesitan más que nunca.

Es por eso que te invitamos a no salir de casa y así salir victoriosos de esta contingencia sanitaria que cada día nos une más a todos los zapopanos como una gran familia. Te invitamos a que nos compartas una foto con el Adulto Mayor que amas, ¡Porque lo quiero lo cuido!







## DEPORTE ADAPTADO

7 de Octubre 2019

Alumnos del programa de Deporte Adaptado de Comude Zapopan, estuvieron en la Cineteca de la Universidad de Guadalajara como parte de sus actividades físicas, recreativas y culturales que de inclusión desarrollan cotidianamente.



Liga Córdica

**10 de Octubre 2019**

En la segunda jornada de la Liga Córdica 21, el equipo de Comude Zapopan de Tastoanes, categoría Síndrome Down, se impuso 7 goles a 1 al representativo de El Salto, y en donde destacó la actuación de Fernando Michel Ávalos al anotar 6 de los 7 goles.





## 25 de Octubre 2019

Con marcador de 23 goles a 0, Tastoanes de Zapopan en categoría Síndrome Down venció a Córdica 21 "B", donde Fernando Michel anotó 17 goles y convertirse en el máximo rompe redes con 25 tantos en la tercera jornada del torneo de fútbol de la Liga Córdica 21.



## Deporte Adaptado

### Liga Córdica

6 de Noviembre 2019

Con tres goles de Fernando Michel, quien llegó a 28 anotaciones en la cuarta jornada de la Liga Córdica 21, el equipo de Síndrome Down de Tastoanes de Zapopan venció al representativo de Comunidad Down por marcador de 7 goles a 2.







## Liga Córdica

21 de Noviembre 2019

Después de una complicada contienda de futbol el equipo de los "Tastoanes" de Zapopan en la categoría de Síndrome de Down saca la victoria de 5 a 3 en contra del equipo anfitrión y pasa a la final en la VI edición Torneo de Copa de la Liga Córdica 21.



## Liga Córdica

28 de Noviembre 2019

El equipo de "Los Tastoanes" en la categoría de Síndrome de Down, representando al municipio de Zapopan da cátedra ante el equipo de Comude Guadalajara obteniendo el campeonato de la Liga Córdica 21 con un marcador final de 5 a 3. ¡Muchas felicidades a nuestros Campeones!





## **Programa Deporte Adaptado**

10 de Noviembre 2019

Con gran alegría los instructores del Programa de Deporte Adaptado de Comude Zapopan, realizaron una demostración de futbol para ciegos y personas de baja visión en la Unidad Deportiva "El Polvorín".



## **Demostración de "golbol"**

24 de Noviembre 2019

Instructores de Deporte Adaptado hicieron una demostración de "Golbol" (juego que se basa principalmente en el sentido auditivo para detectar la trayectoria de la pelota, dicha pelota lleva un cascabel en la parte interior) es un deporte creado específicamente para personas ciegas o con baja visión y ayuda a desarrollar capacidades de concentración y cualidades físicas.







## Deporte Adaptado

### Posada Deporte Adaptado

13 de Diciembre 2019

"El deporte y la recreación son básicos para el desarrollo personal. Nadie debe quedar sin realizar estas actividades", puntualizó la regidora. En tanto que el titular de Comude al tiempo de agradecer a padres y profesores por su esfuerzo y tiempo hacia este grupo, reiteró su propósito de respaldar los programas para este sector vulnerable.

El programa de Deporte Adaptado de Comude Zapopan cuenta con 554 usuarios que participan en múltiples actividades tales como tenis de mesa, acondicionamiento físico, natación, fútbol, entre otras



### Liga Córdica

16 de Diciembre 2019

"Los Tastoanes" de Zapopan en la categoría Síndrome de Down, participaron en la premiación que organizó la Liga Córdica en el estadio 3 de Marzo.





## Programas de inclusión para grupos vulnerables

**23 de Enero 2020**

En Zapopan, los programas de inclusión para los grupos más vulnerables tienen todo el respaldo institucional, señaló Gustavo Santoscoy, Director General de Comude durante la entrega de material deportivo y recreativo a los integrantes del equipo de fútbol de Los Tastoanes. El alcalde de Tenamaxtlán Gilberto Pérez, hizo la donación de dichos material. En el acto realizado en la Unidad Deportiva Tabachines, donde se contó con la asistencia de Ivonne Vargas, presidenta de JAB, Coloreando tu vida, A.C., representantes de autoridades estatales y municipales, así como padres de familia, se coincidió en señalar que la inclusión es tarea de toda la sociedad.



### Deporte Adaptado

**ENERO 2020**

#### Análisis Deporte Adaptado

Programa para brindar igualdad de oportunidades para la recreación, activación física y la práctica deportiva para las personas con discapacidades permanentes y transitorias del municipio de Zapopan







## **Deporte Adaptado**

**FEBRERO 2020**

Tenis de Mesa

Exhibición de tenis de mesa para integrantes de Deporte Adaptado en la Unidad Deportiva El Polvorín.



## **Equipo de fútbol Tastoanes**

20 de febrero

Participación del equipo de futbol de Tastoanes en la Liga Córdica







## Reconocimiento a Tastoanes

28 de febrero

Mural alusivo en honor de jugadores y profesores de los Tastoanes



## Carril Rosa

12 de febrero

La señora Maye Villa, presidenta del DIF Zapopan encabezó festejos del cuarto aniversario del carril rosa







**Marzo 2020**

**Deporte Adaptado**

**Festival acuático**

3 de marzo

Segundo Festival Acuático de Deporte Adaptado en el Polideportivo del Code.



**Liga Córdica**

5 de marzo

Inician su participación Tastoanes de Zapopan en la Liga Córdica





## Clases en línea

10 de Abril

### Deporte Adaptado

En atención a las recomendaciones de salud ante el problema del COVID-19, se subieron a la página de Facebook Comude Zapopan distintos videos de diferentes disciplinas deportivas para realizar rutinas y ejercicios desde casa. Aquí el profesor César Hernández en clase de deporte adaptado. Impacto 4,307 visualizaciones.







**CARRERAS**  
**EVENTOS**

**Carrera Rural Extrema Río Blanco**

20 de Octubre 2019

Más de dos mil atletas se dieron cita en la carrera rural extrema Río Blanco-San Esteban este domingo para enfrentar su propio reto a lo largo de los 14 kilómetros que comprendió esta ruta.



**Carrera de Las Mesitas**

17 de Noviembre 2019

Más de 2,000 corredores emprendieron la travesía de 10.3 kilómetros de la carrera rural extrema de Las Mesitas.





Gustavo Santoscoy, Director General de Comude Zapopan, al término de la premiación de los ganadores, destacó el esfuerzo y tenacidad de los participantes en esta carrera por el alto grado de dificultad de la variada altimetría del terreno. Luego externó su beneplácito por la entusiasta participación de los atletas en el serial extremo rural realizado en este año en Zapopan.



**Carrera por la Fundación de Zapopan**

8 de Diciembre 2019

Con este cierre atlético, la carrera por la Fundación de Zapopan, donde se entregaron 5,000 números para 5 y 10 kilómetros, el municipio zapopano se consolida como la capital en el ámbito deportivo. Prácticamente seis minutos duró la estela de corredores que arrancaron del punto de salida para emprender las rutas de 5 y 10 kilómetros por las principales calles del municipio.





Con la carrera por la Fundación de Zapopan cerramos con alrededor de 50,000 inscritos que recorrieron 101 kilómetros en el marco de las carreras del Serial Urbano Rural y el Medio Maratón de Zapopan durante el año de 2019.

Mientras el primer lugar femenino de los 5K fue para Daniela La Madrid al cruzar la meta con un tiempo de 21'02"; en la categoría de 10K Fabiola Ávalos logró el primer sitio con un tiempo de 44'07".

En la rama varonil en los 5K el ganador fue Refugio Serrano con 17'03"; en tanto que el monarca en los 10K fue Alberto Hernández al cronometrar 34'20" al cruzar la meta.



**Carrera Día del Policía**

**26 de Enero 2020**

Más de mil policías corren por las calles en Zapopan. Dejan los uniformes por tenis, short y camisetas más de mil elementos de diferentes corporaciones de seguridad pública y corren por las calles de Zapopan. Este domingo, en punto de las 08:00 horas, afuera de las oficinas de la Comisaría de la Policía de Zapopan, más de tres mil corredores emprendieron la travesía de 5K y 10K que comprendió la séptima edición de la tradicional Carrera del Día del Policía 2020 en Zapopan. En total fueron 3,500 corredores, mil policías y 2,500 civiles que participaron en esta justa atlética. El clima templado fue benéfico para los corredores rebasaran las expectativas, ya que inicialmente era para tres mil participantes.







## **Medio Maratón**

### **Rumbo al Medio Maratón**

4 de marzo

Primer entrenamiento rumbo al Medio Maratón Internacional de Zapopan.



## **Medio Maratón**

**08 de Abril**

### **Atletismo**

A raíz de la situación que estamos viviendo por la pandemia del COVID-19 y en atención a las indicaciones de las autoridades federales, estatales y municipales, el Comité Organizador del Medio Maratón Internacional de Zapopan 2020 y el Serial Urbano Rural 2020, posponen dichos eventos (fechas por confirmar). Hay que atentos a las redes sociales oficiales.







## PRESENTACIÓN DE RETO

22 de Julio

### México corre por sus Héroes

El Presidente Municipal de Zapopan, Pablo Lemus Navarro, fue el encargado de sumar los primeros kilómetros del homenaje a los médicos que combaten el coronavirus, "México Corre por sus Héroes", en la caminadora especial que Comude Zapopan, pone a disposición de quienes quieran participar en este evento que es totalmente gratuito.

En su primera sesión, que se llevó a cabo en el parque El Polvorín, cumpliendo con todas las medidas de salud, el primer edil recorrió cuatro kilómetros, con un registro de registro de 22:30. Misma distancia que alcanzó en una segunda ronda.

Enseguida y luego de la sanitización de la caminadora, tocó el turno a la Regidora de la Comisión de Deportes de Zapopan, Mónica Magaña, quien recorrió 1 kilómetro y 770 metros, en un tiempo de 8:30 minutos.





## Director de Comude

23 de Julio

México corre por sus Héroes

El primer día de oficial del homenaje "México Corre por sus Héroes", el director de Comude Zapopan", Gustavo Santoscoy, fue el encargado de abrir la actividad con su entrenamiento en la caminadora. Este es un evento totalmente gratuito, en el que entre todos, correremos un kilómetro por cada médico o enfermera del país, el reto es llegar a 841,275 kilómetros.



## RETO DE CORREDORES

24 de Julio

México corre por sus Héroes

Segundo día de actividades de "México Corre por sus Héroes", evento gratuito organizado por Comude Zapopan, y esta mañana en el parque El Polvorín, más gente se agrega al reto de sumar kilómetros para llegar a la meta de 841,275, que significan un kilómetro por cada uno de los médicos y enfermeras que combaten al coronavirus. Únete a este homenaje, corriendo o caminando, toda la información en la página [www.comudezapopan.gob.mx](http://www.comudezapopan.gob.mx).





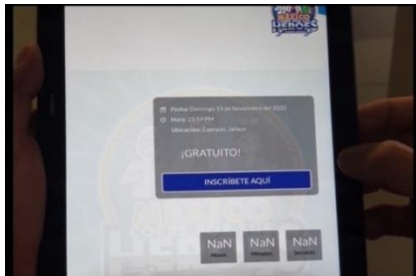


## Aplicación para inscribirse

25 de Julio

México corre por sus Héroes

Explicación por parte del profesor Rafael Pérez del tutorial para ingresar a la aplicación de Márcate para participar en el evento "México corre por sus Héroes". Tres videos.



## PUBLICACIÓN DE POSICIONES

27 de Julio

México corre por sus Héroes

El evento "México corre por sus Héroes", otorgará una medalla edición especial a los 8 mil corredores que más kilómetros acumulen y de ellos, los mejores dos mil ganarán, además, una camisa y sus nombres serán inscritos en el muro de los héroes que será develado en el parque El Polvorín, al lado del médico al que dedicaron su participación, pero todos los que registren tendrán un diploma virtual.

Si quieres saber cuál es tu posición en la clasificación general, éstos son los días en que se publicará la lista de todos los participantes en el evento. Busca más información en la página

[www.comudezapopan.gob.mx](http://www.comudezapopan.gob.mx)





## Uso de la caminadora

27 de Julio

México corre por sus Héroes

Todos los viernes, la caminadora eléctrica que Comude Zapopan pone a disposición de los participantes del homenaje “México corre por sus Héroes”, dedicado a todo el personal médico que está combatiendo al coronavirus, estará colocada en una posición estratégica en algunas de las delegaciones de Zapopan. Este 31 de julio la primera cita será en la plaza de Atemajac del Valle, a partir de las 9:30 hrs. ¡Te esperamos! No olvides que, para asistir, es obligatorio cumplir con todas las medidas de salud.



## KILÓMETROS ACUMULADOS

27 de Julio

México corre por sus Héroes

96,775.186 KILÓMETROS acumulados al día de hoy! ¡Gracias a todos los participantes que están corriendo por nuestros héroes. ¡Seguimos recibiendo sus kilómetros! Estamos más cerca de la meta de 841,275 kilómetros.

Comude Zapopan Oficial #MéxicoCorrePorSusHéroes





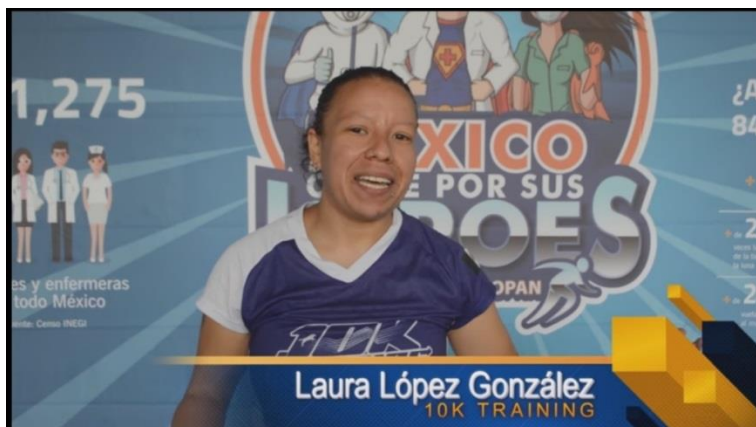


## CLUBES ATLÉTICOS

28 de Julio

México corre por sus Héroes

¡Vamos a activarnos! Muchos clubes atléticos ya están participando en el evento “México corre por sus Héroes”, de Comude Zapopan. Tú también sube aquí una foto que represente a tu equipo para que todos vean que están tomando parte en este homenaje para todo el personal médico de México, principalmente para aquellos que luchan contra el Covid-19. Recuerda que habrá un premio especial para el club que más kilómetros acumule hasta el 15 de noviembre, además de que el nombre del equipo, al igual que el de los 2 mil atletas que más distancia registren, será colocado en el muro de los héroes que será develado en la Unidad Deportiva El Polvorín.



## SANITIZACIÓN DE LA CAMINADORA

29 de Julio

México corre por sus Héroes

Seguimos acumulando kilómetros en "México corre por sus Héroes". Cada vez que uno de los participantes hace uso de la caminadora de Comude Zapopan, personal capacitado se encarga de hacer una limpieza detallada de todo el equipo. Tras la desinfección, el siguiente participante debe usar gel, cubrebocas y pasar por el tapete sanitizante.





## **PARTICIPACIÓN DE CLUBES**

29 de Julio

México corre por sus Héroes

El equipo Guerreros del Asfalto, también está presente en el evento “México corre por sus Héroes”. Al igual que ellos, regístrate a través de la app gratuita Márcate e invita a los integrantes de tu club a participar, en este evento sin costo, que organiza Comude Zapopan y que es un homenaje para el personal médico que lucha contra el coronavirus.



## **ADULTOS MAYORES**

30 de Julio

México corre por sus Héroes

“México corre por sus Héroes” te necesita, a ti que perteneces al grupo de adulto mayor. Por ello, Comude Zapopan, te invita a ser parte del evento.







## CAMPEÓN PANAMERICANO

30 de Julio

México corre por sus Héroes

En “México corre por sus Héroes”, también están presentes los deportistas más importantes del país como Fabián de Luna, medallista de oro en gimnasia artística de los Juegos Panamericanos de Lima.



## CLUBES ATLÉTICOS

30 de Julio

México corre por sus Héroes

Los clubes atléticos participan en “México corre por sus Héroes” y los “Rebeldes Runners” ya están acumulando kilómetros. Tú también participa y trae a los integrantes de tu equipo en este evento gratuito de Comude Zapopan que sirve para rendir un homenaje a toda la comunidad médica por su entrega en la atención de la pandemia por el Covid-19.





## ATEMAJAC DEL VALLE

31 de Julio

México corre por sus Héroes

Muy buena aceptación tuvo entre los habitantes de la delegación de Atemajac del Valle el evento "México Corre por sus Héroes" que organiza el gobierno de Zapopan.



## RECONOCIMIENTO

31 de Julio

México corre por sus Héroes

El evento "México corre por sus Héroes" que organiza el gobierno de Zapopan por conducto de Comude, es un pleno reconocimiento al personal de salud por sus acciones en atender personas contagiadas por Covid-19.







## 1 DE AGOSTO

### Caminadora

#### México corre por sus Héroes

De visita en la delegación de Atemajac de Valle la caminadora "México corre por sus Héroes", destacó la entusiasta participación de los vecinos, evento que organiza Comude Zapopan.



## RETO PERSONAL

2 de Agosto

#### México corre por sus Héroes

Pedro Alatorre, ultra maratonista, tiene el reto de sumar alrededor de mil kilómetros corriendo un medio maratón diariamente -21.5 kilómetros- hasta el 15 de noviembre en que concluye "México corre por sus Héroes".





## USO DE LA CAMINADORA

3 de Agosto

México corre por sus Héroes

Este lunes en el marco del evento "México corre por sus Héroes", la caminadora fue instalada en la Unidad Deportiva "La Estrella", en la colonia Arcos de Zapopan. Comude Zapopan agradece la entusiasta participación de los corredores que se hicieron presentes para acumular más kilómetros en este homenaje al personal médico que combate el coronavirus. ¿Tú ya eres parte de esta actividad?



## USO DE LA CAMINADORA

4 de Agosto

México corre por sus Héroes

Sigue adelante el evento "México Corre por sus Héroes" y mientras muchos siguen acumulando kilómetros corriendo o caminando en la calle, unidades deportivas o el parque, otros se dieron cita esta mañana en la unidad "La Estrella" como Adriana, maestra en clases de yoga, para sumarse a la experiencia de correr en la caminadora. Anímate y participa en este evento de Comude Zapopan.







**Invitación**  
5 de Agosto  
México corre por sus Héroes

Cada vez son más los campeones mundiales y panamericanos que se unen a "México Corre por sus Héroes" y ahora es Laura Puentes la que te invita a sumarte a esta iniciativa de Comude Zapopan. ¡Te estamos esperando, es un evento totalmente gratuito! Busca las bases en [www.comudezapopan.gob.mx](http://www.comudezapopan.gob.mx)



**Tabla general**  
5 de Agosto  
México corre por sus Héroes





Este jueves terminará la expectación porque daremos a conocer la clasificación de todos los participantes en la App de Márcate en el evento "México Corre por sus Héroes". Sabremos quien es el líder y cuantos kilómetros lleva acumulados. ¿Aún no participas? Te puedes registrar en cualquier momento, recuerda que se acumulan los kilómetros todos los días hasta el 15 de noviembre.

LISTA DE PUNTEROS

6 de Agosto

México corre por sus Héroes

Ellos son los que están al frente de las dos clasificaciones de “México Corre por sus Héroes”, muchas felicidades. La clasificación completa está disponible en la aplicación Márcate. En este evento de Comude Zapopan no hay límite de participantes y lo pueden hacer caminando o corriendo. Seguimos esperando tu registro.

MUCHAS GRACIAS  
A TODOS LOS PARTICIPANTES

hasta el momento llevamos  
**118,767.69**  
Kilómetros acumulados  
14,11% de la meta

CADA KILÓMETRO ES IMPORTANTE PARA LOGRARLO

★ ★ ★ ★ ★ **TOP 10** ★ ★ ★ ★ ★

CATEGORÍA VARONIL

1	Francisco Ibarra Miranda	388k
2	César Esteban González	268k
3	Luis Cruzaley Gabriel	254k
4	Drago Diaz López	207k
5	Jesús Hernández Fernández	206k
6	Osvaldo Sánchez Avila	205k
7	Luis Omar Díaz de Sandi Muñoz	180k
8	David Trigo Portillo	172k
9	Jaime Rios Salas	169k
10	Arturo Mercado González	168k

CATEGORÍA FEMENIL

1	Verónica Mia Camacho Ramírez	221k
2	Juana Márquez Villalobos	213k
3	Lidia Larrea Gómez	194k
4	Yessica Herena Ahumada	186k
5	Paulina Quintero Castillo	184k
6	Noemi Montes de Oca Jaime	183k
7	Mailettica Cataño Ruiz	178k
8	Flor de Lis Tapia Topete	168k
9	Karla Abrego Abrego	165k
10	Guadalupe Gómez Ulloa	159k





## MULTI MARATONISTA

7 de Agosto

México corre por sus Héroes

Esta mañana "México Corre por sus Héroes" tuvo la visita de la experimentada corredora Maguie Quintero, quien acumuló kilómetros en la caminadora y la pista en agradecimiento al personal médico que lucha contra el coronavirus.



## Pista de atletismo

7 de Agosto

México corre por sus Héroes

Muy emotiva y con mucha participación se llevó a cabo la jornada de este viernes en la caminadora oficial de "México Corre por sus Héroes", que en esta ocasión estuvo a un lado de la pista atlética del Parque Zapopan. Mucho esfuerzo y entrega de los participantes en agradecimiento a todo el personal médico.

No te olvides de agregar kilómetros el fin de semana, porque no pararemos hasta alcanzar la meta.





## Magui Quintero

7 de Agosto

México corre por sus Héroes

Con una gran actitud de sumar kilómetros para agradecer al personal médico que atiende el coronavirus, la experimentada y multi maratonista Magui Quintero participa entusiastamente en "México corre por sus Héroes" de Comude Zapopan, que hoy estuvo de visita con la caminadora oficial en el Parque Zapopan. La carismática deportista, quien ha corrido en los principales eventos majors de atletismo del mundo, te invita a ti, a que te inscribas y formes parte de este homenaje único e irrepetible.



## Runners Tapatías

8 de Agosto

México corre por sus Héroes

En "México Corre por sus Héroes" se ha puesto muy interesante la pelea por los primeros lugares de la categoría por equipos. ¿El tuyo ya está participando?  
Aquí Diana Miranda dice presente por Runners Tapatías, quienes todos los días están sumando kilómetros en honor a nuestros héroes los médicos.  
¡Regístrate e invita a los compañeros de tu equipo!







## UNIDAD EL POLVORÍN

10 de Agosto

México corre por sus Héroes

La caminadora insignia de "México Corre por sus Héroes", evento gratuito de Comude Zapopan, sigue su gira visitando en sus domicilios a muchos de los participantes que cada día son más. Aquí en la Unidad El Polvorín.

No olvides seguir registrando todos los kilómetros que recorres en tus calles, parques o unidades deportivas. Todos suman y ayudan a dar un merecido reconocimiento al personal médico por su entrega y dedicación en la atención a la pacientes afectados por el Covid-19.



## VISITA EN HOGARES

11 de agosto

México corre por sus Héroes

Gracias a todos los participantes. Poco a poco la caminadora se hace presente en los hogares que la solicitan para sumar kilómetros en "México corre por sus Héroes". Si aún no estás registrado, te invitamos a participar en este evento gratuito donde decimos gracias a todo el personal médico que lucha contra el coronavirus.





## INFOGRÁFICO

12 de Agosto

México corre por sus Héroes

El homenaje al personal médico "México Corre por sus Héroes" llega este viernes 14 de agosto a la plaza principal de San Esteban. Te estaremos esperando desde las 9:30 de la mañana, para que subas a la caminadora oficial del evento, te tomes la foto y sumes más kilómetros.



## DEDICATORIA ESPECIAL

12 de Agosto

México corre por sus Héroes

Cada día en "México corre por sus Héroes" encontramos nuevas y emotivas historias. Como la de Laura Santos, quien dice que ella corre con una dedicatoria muy especial, su hija es doctora. Tú también comparte con nosotros el motivo por el cuál corres o caminas en este evento de Comude Zapopan. Todos los kilómetros cuentan para homenajear al personal médico.







## POLICÍA DE ZAPOPAN

13 de Agosto

México corre por sus Héroes

En la Comisaría General de Seguridad de la Policía de Zapopan, tomaron muy en serio su participación en "México corre por sus Héroes" y esta mañana no le dieron descanso a la caminadora oficial del evento.

Instalada en el hangar de la Policía, la actividad inició desde muy temprano y fue el propio Comisario General, Roberto Alarcón, quien abrió el día sumando 4.2 kilómetros en 32 minutos.



## SAN ESTEBAN

14 de Agosto

México corre por sus Héroes

La caminadora sigue su recorrido por diferentes rincones del municipio y este viernes en la delegación de San Esteban, los vecinos de lugar pusieron la muestra y con un gran espíritu de colaboración, subieron a la caminadora oficial de "México Corre por sus Héroes" para aportar kilómetros en este homenaje para todo el personal médico.





**PARTICIPACIÓN POLICIAL**

14 de Agosto

México corre por sus Héroes

Los policías muy participativos en "México corre por sus Héroes" y en la caminadora oficial, instalada en el hangar del escuadrón aéreo, el Comisario General de Seguridad Publica de Zapopan, Roberto Alarcón, se mantiene activo.



**MÁS PARTICIPACIÓN**

15 de Agosto

México corre por sus Héroes

Cada día son más las personas que se agregan a "México Corre por sus Héroes", que es un evento sin fines de lucro y donde rendimos un homenaje a todo el personal médico. Ya tenemos presencia en toda la República Mexicana. Recuerda que se puede participar corriendo o caminando.







## VILLANOS RUNNING

16 de Agosto

México corre por sus Héroes

Los equipos siguen sumando kilómetros en "México corre por sus Héroes" y ahora el líder es "Villanos Running", seguido de "Corredores Comude Zapopan". ¿Tu equipo está en la lista? Es tiempo de agregar kilómetros para que también brille en este evento que ahora es internacional porque están participando corredores de 9 países.



## VILLA FANTASÍA

17 de Agosto

México corre por sus Héroes

Iniciamos la semana con mucha energía y ahora con una muy buena demanda de vecinos, la actividad de "México Corre por sus Héroes" estuvo presente en la entrada del parque "Villa Fantasía" en la colonia Seattle.





**INVITACIÓN A SUMARSE**

17 de Agosto

México corre por sus Héroes

En este evento gratuito todos podemos sumar, algunos lo hacen corriendo, pero también se puede hacer caminando. Unos ya están dentro y te invitan a inscribirte. El reto está en marcha y terminará el 15 de noviembre.



**BOMBEROS DE ZAPOPAN**

18 de Agosto

México corre por sus Héroes

"México corre por sus Héroes" con el personal de la Coordinación Municipal de Protección Civil y Bomberos de Zapopan. El ritmo lo impuso desde muy temprano el Coordinador General, Comandante Sergio Ramírez López, quien en 30 minutos recorrió casi cuatro kilómetros en la caminadora oficial.







## ACADEMIA DE POLICÍA

19 de Agosto

México corre por sus Héroes

Mucha energía en la Academia de Formación Policía de Zapopan. Personal de todos los rangos se unió a "México Corre por sus Héroes" de Comude Zapopan. Integrantes de la Academia, sin importar el rango, se pusieron los tenis para subir a la caminadora oficial.



## BOMBEROS DE ZAPOPAN

19 de Agosto

México corre por sus Héroes

Los bomberos también exponen su vida todos los días por salvar a personas que lo necesitan y enfrentan a la muerte, pero ellos entienden que ahora es tiempo de agradecer a la comunidad médica su lucha contra el coronavirus y por ello, están comprometidos a sumar kilómetros en "México corre por sus héroes". El Coordinador General, Comandante Sergio Ramírez López, aquí pone la muestra y deja la estafeta lista para todos aquellos que quieran agregarse a este homenaje de Comude Zapopan.





**RETO PERSONAL POR 1,000 KMS.**

20 de Agosto

México corre por sus Héroes

En el marco del evento "México Corre por sus Héroes", Pedro Alatorre inició su cuarto reto personal, en el cual pretende correr un medio maratón diario durante 50 días, para aportar 1,050 kilómetros a este evento en honor al personal médico que atiende la pandemia de Covid-19.



**CAMINADORA EN TESISTÁN**

21 de Agosto

México corre por sus Héroes

Este viernes la caminadora fue colocada en la plaza principal de Tesistán, donde el arranque de la jornada estuvo a cargo de la delegada, Elizabeth Velázquez. La grata sorpresa del día la dio Esteban Guadalupe Villalpando, quien a sus 73 años se subió a la cinta de correr para trotar.







## INFOGRÁFICO

15 de Julio

México corre por sus Héroes

En este homenaje se puede correr pero también se puede caminar, como es el caso de Flor de Lis Tapia, quien lucha por mantenerse en los primeros lugares de este evento gratuito de Comude Zapopan.



## PRIMER LUGAR FEMENIL

22 de Agosto

México corre por sus Héroes

El reto de llegar a los 841,275 kilómetros se mantiene en "México corre por sus Héroes". Este día agradecemos a todos los que están participando y agregando sus recorridos en este homenaje al personal médico. Una de ellas es Juana Márquez Villalobos, del equipo Rebeldes Runners y quien hasta el último corte se mantenía en el primer lugar femenino con 463 kilómetros.





## LÍDER VARONIL

23 de Agosto

México corre por sus Héroes

El evento "México corre por su Héroes" llegó este fin de semana a su primer mes de haber iniciado y tras el corte del viernes pasado, Francisco Ibarra Miranda se encuentra en el primer lugar de la clasificación varonil.

Con una gran decisión y mostrando su experiencia en la ruta, hasta ahora suma 831.30 kilómetros, que lo mantienen en la cima de las posiciones.



## MARATONISTA MUNDIAL

23 de Agosto

México corre por sus Héroes

Él es Andrés Espinoza, uno de los atletas mexicanos más reconocidos en las pruebas de gran fondo, con triunfos en competencias internacionales como el maratón de Nueva York, Los Ángeles y Lisboa, entre otros, además de ser dueño de la mejor marca mexicana para el maratón con 2:07:19.

El corredor originario de San Luis Potosí y quien asistió a los Juegos Olímpicos de Sídney y Atenas, participa en "México corre por sus héroes" y te invita a que formes parte de este evento sin precedentes, en el cual están registrados representantes de todos los estados de la República Mexicana.







## INFOGRÁFICO

24 de Agosto

México corre por sus Héroes

Este viernes "México corre por sus Héroes" estará de visita en la delegación de Santa Ana Tepetitlán, en Zapopan.

Te esperamos para que te sumes a este evento gratuito en el cual, vamos a correr un kilómetro por cada uno de los integrantes del personal médico que lucha contra el coronavirus.



## ATLETAS NACIONALES

24 de Agosto

México corre por sus Héroes

Los atletas más destacados del país se están uniendo cada día al evento "México Corre por sus Héroes".

Ellos son los seleccionados nacionales Paola Morán, Mariela Real, Cristina Guevara y Valente Mendoza, quienes apoyan esta actividad de Comude Zapopan y te invitan para que junto con ellos, rindamos un homenaje a todo el personal médico que atiende a enfermos de Covid-19





## CRISTINA GUEVARA

24 de Agosto

México corre por sus Héroes

Luego de casi dos años de ausencia a causa de una fuerte lesión, Cristina Guevara regresó a las pistas buscando recuperar su lugar en las pruebas de 800 y 1500 metros de atletismo. Su participación en los Juegos Centroamericanos y Panamericanos la convierten en una de las atletas más experimentadas y ella también es parte de "México Corre por sus Héroes".



## MARIELA REAL

21 de Julio

México corre por sus Héroes

Con determinación, dedicación y perseverancia, Mariela Real Crespo, intensificó entrenamientos en busca de alcanzar la marca exigida para ganar su boleto para los Juegos Olímpicos de Tokio del próximo año.

La especialista en los 800 metros planos también está presente en "México corre por sus Héroes" y te invita para que te actives, te registres y sumes kilómetros en este homenaje al personal médico.







**COLEGIO DE BACHILLERES**

25 de Agosto

México corre por sus Héroes

El ímpetu y la energía de los jóvenes quedó de manifiesto esta mañana con su entusiasta participación en "México corre por sus Héroes" que estuvo de visita en el Colegio de Bachilleres del Estado de Jalisco. Esta mañana la caminadora oficial estuvo instalada en el patio principal donde se registró una muy buena participación de maestros y alumnos invitados.



**COMISARÍA DE LA POLICÍA**

26 de Agosto

México corre por sus Héroes

Los oficiales continúan demostrando los avances del programa Policía Sano y esta mañana dieron evidencias de su resistencia física en la caminadora oficial de "México corre por sus Héroes" que se instaló en el patio central de la Comisaría General de Seguridad Pública de Zapopan.





## VALENTE MENDOZA

22 de Julio

México corre por sus Héroes

Aún con el recuerdo del espectacular cierre que tuvo para ganar la final de la prueba de los 400 metros en la Universiada, celebrada en Nápoles, Italia en el 2019, el velocista mexicano Valente Mendoza, entrena fuerte para dar la marca exigida por World Athletics para asistir a los Juegos Olímpicos de Tokio 2021. Mendoza Falcón, quien consiguió una segunda medalla en esa universiada en la prueba de relevos 4X400, aceptó con gusto unirse al homenaje que Comude Zapopan rinde al personal médico que atiende a enfermos de coronavirus y ahora, no sólo participa en “México corre por su Héroes”, sino que también te invita a sumarte a este evento gratuito.



## CRUZ VERDE LAS ÁGUILAS

27 de Agosto

México corre por sus Héroes

El motivo principal de “México corre por sus Héroes” es rendir un homenaje a todo el personal médico que lucha todos los días contra el coronavirus y este día los profesionales de la salud se agregaron al evento sumando kilómetros en la caminadora oficial que estuvo instalada en la Cruz Verde de la Unidad Administrativa de las Águilas.







**PARTICIPA A SUS 80 AÑOS**

27 de Agosto

México corre por sus Héroes

Cada vez llega más gente con mucho entusiasmo a participar en “México corre por sus héroes” y la edad no es motivo para quedar fuera. Esta mañana en la Cruz Verde de la Unidad Administrativa de las Águilas, la señora Elsa Flores Salazar, dio una muestra de una gran vitalidad y alegría. A sus 80 años arrancó los aplausos de los asistentes al convertirse en la mujer de mayor edad en subir a la caminadora.



**DIRECTOR DE SERVICIO MÉDICOS**

27de Agosto

México corre por sus Héroes

El Director General de los Servicios de Salud de Zapopan, Dr. Salvador García Uvence, puso el ejemplo al recorrer la primera distancia del día, después subió el Dr. Noel Arqueta Flores, Director de Urgencias, en el segundo turno. Después se vino desfile de doctores, enfermeras, paramédicos y personal administrativo, entre otros.





**SANTA ANA TEPETITLÁN**

28 de Agosto

México corre por sus Héroes

La caminadora de Comude Zapopan del reto "México corre por sus Héroes" sigue sumando adeptos y este viernes se reflejó en la entusiasta participación de corredores que se dieron cita en la plaza de la Delegación de Santa Ana Tepetitlán.



**CAMINADORA EN MONTERREY**

29 de Agosto

México corre por sus Héroes

La caminadora de Comude Zapopan de visita en la Pista Atlética de la Ciudad Deportiva Monterrey, Nuevo León, como parte del reto "México corre por sus Héroes" en pleno reconocimiento al personal de salud en la lucha por el Covid-19.







**ATLETAS SELECCIONADOS**

29 de Agosto

México corre por sus Héroes

El evento “México corre por sus Héroes” visitó la ciudad de Monterrey, Nuevo León, donde deportistas de alto rendimiento manifestaron su apoyo total a este homenaje que se rinde a todo el personal médico que atiende a enfermos de coronavirus. Corredores como José Luís Santana Marín, Juan Joel Pacheco y Arturo Esparza, clasificados a los Juegos Olímpicos de Tokio, se sumaron a la actividad en esta ciudad regia.



**IZA DANIELA FLORES**

30 de Agosto

México corre por sus Héroes

En Monterrey, Nuevo León, algunos atletas seleccionados mexicanos no perdieron la oportunidad de unirse al reto “México corre por sus Héroes”, como la velocista de 100 y 200 metros, Iza Daniela Flores, quien busca su clasificación a los Juegos Olímpicos de Tokio, luego de ganar medalla de plata en la Universiada de China en Taipei en 2017.





## MONTERREY, NUEVO LEÓN

30 de Agosto

México corre por sus Héroes

Luciano Ramírez, presidente de la Asociación de Atletismo del Estado de Nuevo León A. C., destacó la propuesta del Consejo Municipal del Deporte de Zapopan del reto “México corre por sus Héroes”, en reconocimiento al personal de salud que atiende pacientes con coronavirus.

“Claro que los médicos son héroes por toda la labor que están haciendo y esperemos que pronto salgamos de esta contingencia para volver a la realidad”, dijo.

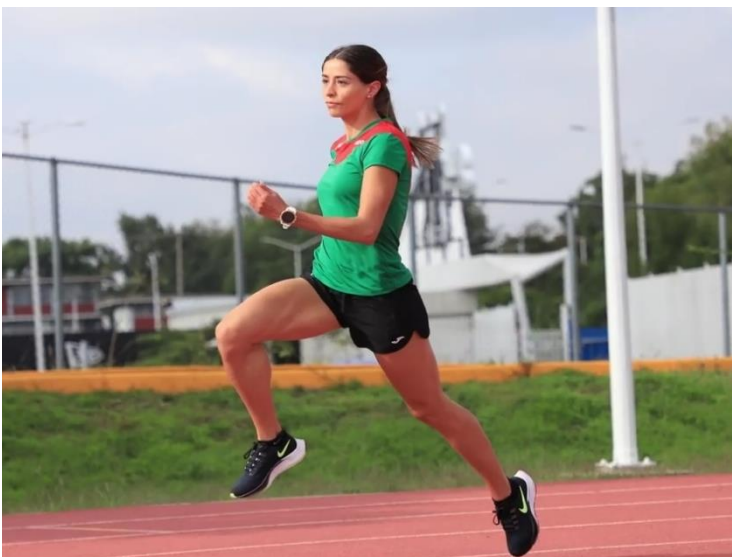


## PAOLA MORÁN

31 de Agosto

México corre por sus Héroes

Paola Morán es otra de las atletas más destacadas del país que también está presente en "México corre por sus Héroes". Tiene asegurada su participación en los Juegos Olímpicos de Tokio; medallista de oro en individual y plata por equipos, en la Universiada Mundial que se realizó en Nápoles; plata en los Juegos Panamericanos de Lima y semifinalista en los Campeonatos Mundiales de Atletismo de Doha.







Monterrey, Nuevo León

### 1 DE SEPTIEMBRE

México corre por sus Héroes

El atleta tapatío, José Luis Santana Marín y el lagunero Joel Pacheco que se preparan para los Juegos Olímpicos de Tokio, participaron en “México corre por sus Héroes”, en la ciudad de Monterrey, Nuevo León.





## CAMINADORA

1 de Septiembre

México corre por sus Héroes

Más personas se siguen sumando al reto "México corre por sus Héroes" para acumular kilómetros en pleno reconocimiento al personal de salud que atiende a pacientes con coronavirus. La caminadora de Comude Zapopan estuvo en las colonias de Zapopan como Lomas de Tabachines, El Centinela y Las Cabañitas.



## POLICÍA DE ZAPOPAN

2 de Septiembre

En el ingreso principal a la Comisaría General de Seguridad Pública de Zapopan, se registró actividad en la caminadora de "México corre por sus Héroes".







## EL DIENTE

3 de Septiembre

México corre por sus Héroes

Espectacular resultó la jornada de este día en “México corre por sus Héroes”. La caminadora oficial del evento fue colocada en el camino de terracería a San Esteban, con una maravillosa vista a la cañada y al cerro del Diente.



## MONTERREY, NUEVO LEÓN

4 de Septiembre

México corre por sus Héroes

En este evento inédito organizado por Comude Zapopan, participan deportistas de todo el país , entre ellos Arturo Esparza, seleccionado mexicano que tiene asegurada su participación en los próximos Juegos Olímpicos de Tokio.



**VÍCTOR PÉREZ**  
CORREDOR REGIOMONTANO



**GERARDO VILLAREAL**  
CORREDOR REGIOMONTANO



**JESÚS ESPARZA PÉREZ**  
CORREDOR JALISCIENSE



**IVÁN MORENO**  
CORREDOR REGIOMONTANO



**TEPATITLÁN DE MORELOS**

4 de Septiembre

México corre por sus Héroes

Integrantes del equipo Galgos calentaron el día en Tepatitlán de Morelos, Jalisco, donde estuvo de visita “México corre por sus Héroes” en el ingreso principal de la unidad deportiva Hidalgo.



**TEQUILA, JALISCO**

5 de Septiembre

México corre por sus Héroes

El equipo Gacelas de Tequila, Jalisco, participa activamente en el reto “México corre por sus Héroes”. Al frente del grupo se encuentra el experimentado corredor Juan Carlos “Tequila” Cárdenas.







**PARQUE ZAPOPAN**

5 de Septiembre

México corre por sus Héroes

Con sus coloridos y llamativas caracterizaciones de súper héroes, los Henry Runners están de fiesta por su cuarto aniversario.

Y para iniciar su celebración, se subieron a la caminadora oficial de “México corre por sus Héroes” que se instaló en la pista de atletismo en Parque Zapopan.



**SEÑORA MAYE VILLA DE LEMUS**

7 de Septiembre

México corre por sus Héroes

La Presidenta del DIF Zapopan, Maye Villa de Lemus, hizo un espacio en su apretada agenda para subir a la caminadora y aumentar los kilómetros en el evento en “México corre por sus Héroes”, que inició la semana visitando las instalaciones del sistema DIF de Avenida Laureles y Periférico.





**ULTRA MARATONISTA**  
8 de Septiembre  
México corre por sus Héroes

El ultra maratonista, Pedro Alatorre, realizó el medio maratón número 17 en un circuito por avenida Patria y acueducto, con salida y meta final en la Cabecera Municipal de Zapopan.

El corredor zapopano, tiene como reto personal recorrer 50 medios maratones en 50 días, dentro del evento “México corre por sus Héroes”.







## **UNIDAD EL POLVORÍN**

9 de Septiembre  
México corre por sus Héroes

Los integrantes del equipo Margaritos Runner Team se unieron oficialmente a “México corre por sus Héroes” y dentro de su entrenamiento habitual, se dieron cita para poner a prueba la caminadora oficial del evento que en esta ocasión fue instalada en la explanada de la unidad deportiva El Polvorín.



## **HANGAR DE LA POLICÍA**

9 de Septiembre  
México corre por sus Héroes

Los policías de Zapopan se mantienen firmes en su apoyo a “México corre por sus Héroes” y el primer lugar que tienen en la clasificación por equipos los motiva a seguir sumando kilómetros en este evento en honor a la comunidad médica que atiende a enfermos de coronavirus.





**PLAZA CAUDILLOS**

10 de Septiembre

México corre por sus Héroes

Las dependencias del Ayuntamiento de Zapopan están apoyando el evento “México corre por sus Héroes” y este jueves tocó el turno a la Dirección de Parques y Jardines.







KILÓMETROS ACUMULADOS

11 de Septiembre  
México corre por sus Héroes

En “México corre por sus Héroes” cada día caminamos, corremos o trotamos para acercarnos poco a poco a la meta. Ya somos casi 4 mil 500 los que estamos participando con 320,885 kilómetros acumulados, sin embargo, queremos que también te unas y te actives.

Ciudad de los niños

Gracias a Todos

320,885.232

KILÓMETROS TOTALES ACUMULADOS A LA FECHA

Nuestro agradecimiento para todos los corredores y muy especialmente a los equipos que participan en el evento, ya que son promotores del deporte y sin ustedes esto no sería posible

ASÍ VA LA TABLA DE POSICIONES POR EQUIPO

11,677kms

Policía de Zapopan

6,333kms

Corredores Comude Zapopan

5,879kms

Villanos Running

5,077kms

Rebeldes Runners



**TEQUILA, JALISCO**

12 de Septiembre

México corre por sus Héroes

Casa Orendain, en Tequila, Jalisco, abrió sus puertas para recibir la caminadora oficial de “México corre por sus Héroes” con la presencia de los integrantes del club Gacelas de ese Pueblo Mágico enclavado cerca del Volcán de Tequila.



**TEQUILA, JALISCO**

12 de Septiembre

México corre por sus Héroes

En Comude Zapopan, a través de su Director General, Gustavo Santoscoy, agradecemos todas las facilidades otorgadas por Casa Orendain, fundada en 1926, para llevar a cabo una jornada más de “México corre por sus Héroes” en el Pueblo Mágico de Tequila, Jalisco.

También reconocemos y aplaudimos el apoyo del equipo atlético Gacelas de Tequila, mismo que ratificó su apoyo a este evento.







## VÍA RECREATIVA

13 de Septiembre

México corre por sus Héroes

La Vía RecreActiva volvió a entrar en funciones este domingo y en este primer día, se hizo presente “México corre por sus Héroes” con la caminadora instalada a un lado de la unidad deportiva El Polvorín, a donde se sumaron los equipos Rebeldes Runners, Villanos Runners y Ermitaños Runners, así como ciudadanía en general.







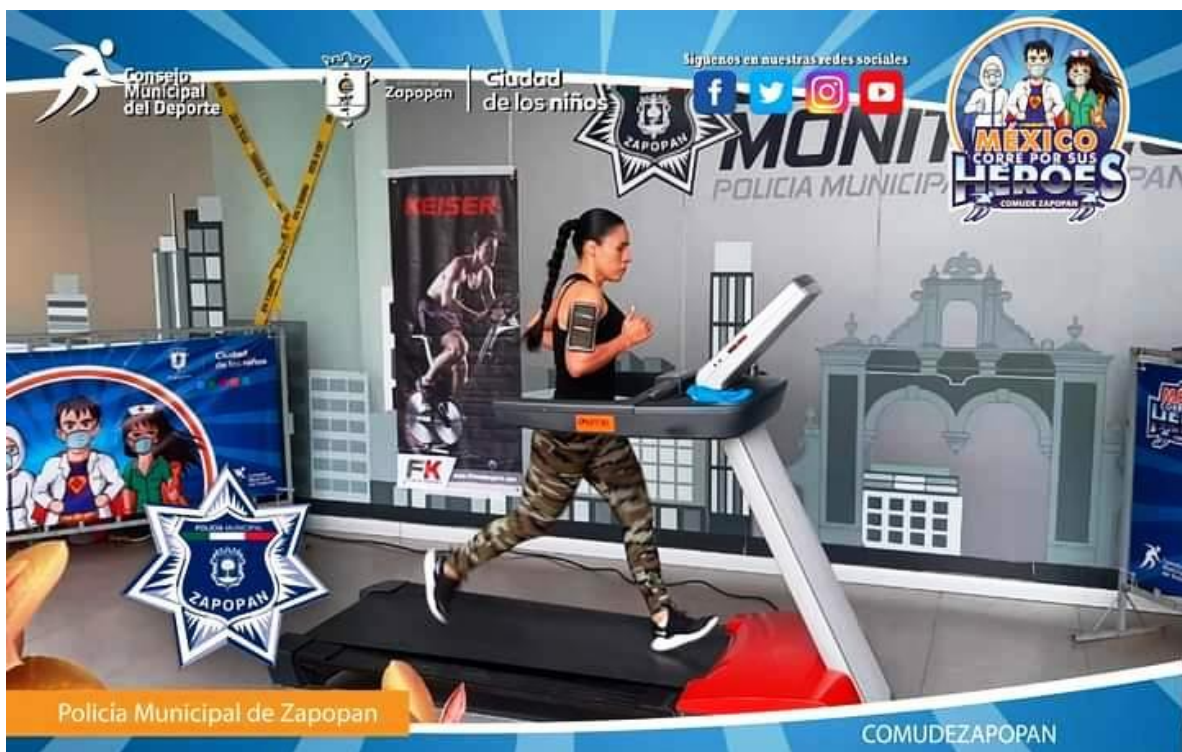
## 24 HORAS ININTERRUMPIDAS

14 de Septiembre

México corre por sus Héroes

La Policía de Zapopan inició este lunes 14, el reto de correr durante 24 horas ininterrumpidas en la caminadora oficial, para aportar más kilómetros a “México corre por sus Héroes”.

En punto de las 11 de la noche, el Comisario General, Roberto Alarcón, inauguró la jornada corriendo 30 minutos. En total, en 24 horas acumularon 257.292 kilómetros, con la participación de 45 elementos de diversos departamentos de la corporación.







## OFICINAS DE ICOE

15 de Septiembre

México corre por sus Héroes

Integrantes del Instituto de Capacitación y Oferta Educativa de Zapopan, firmaron oficialmente su incorporación a "México corre por sus Héroes", con una nutrida y energética sesión en la caminadora que estuvo instalada frente a las oficinas de Comude Zapopan en Tabachines.



## TUXTLA GUTIÉRREZ, CHIAPAS

15 de Septiembre

México corre por sus Héroes

Mandamos un saludo especial a toda la gente de Tuxtla Gutiérrez, Chiapas que está participando en "México corre por sus Héroes". Felicidades a Abraham Ocaña Molina por sus 204 kilómetros y vamos por más.

Muchas gracias por enviar tu foto.







De varias entidades  
**17 DE SEPTIEMBRE**  
México corre por sus Héroes

“México corre por sus Héroes” es un evento que ha tenido éxito en todo el país gracias a la participación de los corredores en este homenaje a la comunidad médica.



**MAGDALENA, JALISCO**  
18 de Septiembre  
México corre por sus Héroes

“México corre por sus Héroes” retomó su atención a los corredores foráneos y ahora la caminadora oficial del evento visitó Magdalena, Jalisco. Miembros de la Escuela Municipal de Corredores de Magdalena le dieron vida a una colorida y calurosa tarde.







**COLONIA SANTA MARGARITA**

19 de Septiembre

México corre por sus Héroes

En Comude Zapopan damos la bienvenida a pizzas a la leña Mile a "México corre por sus Héroes". Esta mañana la caminadora oficial del evento estuvo en su sucursal de Santa Margarita, donde registramos una muy buena respuesta de los corredores.



**VÍA RECREATIVA**

20 de Septiembre

México corre por sus Héroes

Este domingo la caminadora estuvo muy solicitada en la Vía RecreActiva de Zapopan, sobre avenida Patria. Aparte de los visitantes, que cada vez se agregan más a "México corre por sus Héroes", la jornada contó con el entusiasmo y energía del equipo Villanos Running, que está en el tercer lugar de la clasificación de clubes atléticos.





**VIRGINIA, ESTADOS UNIDOS**

21 de Septiembre

México corre por sus Héroes

El evento en honor a los médicos y enfermeras que atienden a enfermos por coronavirus tiene presencia en 12 países, como el caso en Estados Unidos y en toda la República mexicana.

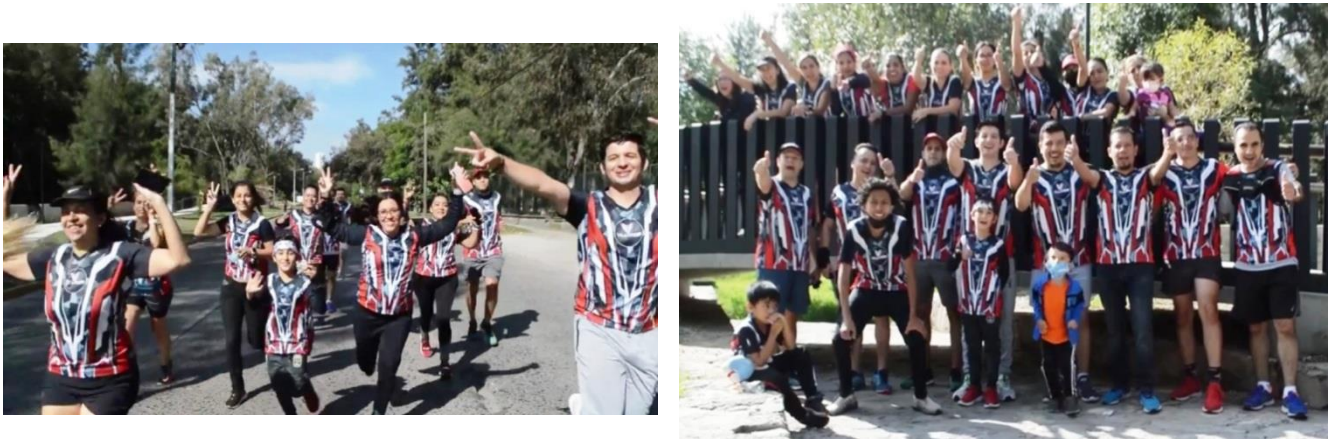


**VÍA RECREATIVA**

22 de Septiembre

México corre por sus Héroes

Ellos son los Villanos Running, un equipo entusiasta, solidario y sobre todo, comprometido con el apoyo a sus integrantes. Y con base en la unión, participan en "México corre por sus Héroes" de Comude Zapopan. Actualmente ocupan el tercer lugar de la categoría por equipos. (Video)







## CONCENTRO CDECD

23 de Septiembre

México corre por sus Héroes

Algunos de los integrantes de los diferentes departamentos de la Coordinación de Desarrollo Económico y Combate a la Desigualdad, estuvieron muy activos en la caminadora oficial de "México corre por sus Héroes".



## KILÓMETROS ACUMULADOS

23 de Septiembre

México corre por sus Héroes

Con mucho éxito continúa adelante el evento "México corre por sus Héroes" de Comude Zapopan y gracias a la participación de todos los inscritos, les informamos que estamos a punto de llegar a la mitad de la meta de este homenaje para todos los médicos y enfermeras que luchan contra el Covid-19. Vamos a sumar entre todos 841,275 kilómetros, uno por cada miembro del personal médico de México.





Estadio Akron  
**23 DE SEPTIEMBRE**

México corre por sus Héroes

Con el majestuoso y moderno estadio Akron de fondo, integrantes del Morfín Running Team empezaron a sumar kilómetros para “México corre por sus Héroes” de Comude Zapopan. La actividad de este día fue combinada, ya que estuvieron en la caminadora oficial del evento y después agregaron más distancia corriendo por las avenidas cercanas al recinto. Destacamos la presencia de Luis Fernando Zapién, atleta mexicano paralímpico y quien está buscando su clasificación a los Juegos de Tokio



**PUEBLA, PUEBLA**  
24 de Septiembre  
México corre por sus Héroes

Puebla también está presente en el homenaje para todo el personal médico que organiza Comude Zapopan. Desde esa hermosa ciudad, Gabriela Vallejo está participando en "México corre por sus Héroes".







**CENTRO ACUÁTICO DE ZAPOPAN**

24 de Septiembre  
México corre por sus Héroes

Instalada a un costado de la alberca en el Centro Acuático de Zapopan, este día la caminadora oficial de "México corre por sus Héroes" recibió a reconocidas corredoras del estado, así como al presidente de la Asociación Jalisciense de Clubes Atlético, Guillermo Torres.



**REGIDORA MÓNICA MAGAÑA**

25 de Septiembre  
México corre por sus Héroes

Apoyada por jóvenes universitarios y de asociaciones civiles, todos ellos voluntarios, Mónica Paola Magaña, regidora del Ayuntamiento de Zapopan, Mónica Paola Magaña, cumplió el reto de sumar 100 kilómetros, entre todos ellos, tanto en la caminadora como en el circuito de la unidad El Polvorín, para agregarlos al evento de Comude Zapopan en honor a los médicos y enfermeras, "México corre por sus Héroes".





## Pista de Atletismo Tabachines

**26 DE SEPTIEMBRE**

México corre por sus Héroes

La caminadora del evento "México Corre por sus Héroes" sigue sumando kilómetros, este día visitó la Unidad Deportiva Ángel "El Zapopan" Romero Llamas (Tabachines) donde se dieron cita algunos corredores de distintos equipos con la finalidad de seguir apoyando al sector de salud.



## UNIDAD EL POLVORÍN

27 de Septiembre

México corre por su Héroes

Satisfactoria respuesta tuvo Mónica Paola Magaña, regidora del Ayuntamiento de Zapopan, a su convocatoria para formar un equipo de jóvenes voluntarios y lograr el reto de sumar, entre todos, 100 kilómetros, tan solo en la mañana del viernes. La distancia la alcanzaron combinando la actividad en la caminadora oficial y el circuito de la unidad el Polvorín, para agregarlos a "México corre por sus Héroes", evento gratuito de Comude Zapopan, donde se busca correr un kilómetro por cada miembro de la comunidad médica que atiende a enfermos de coronavirus. (Video)







## VÍA RECREATIVA

27 de Septiembre

México corre por sus Héroes

Este domingo en la Vía Recreativa, en "México corre por sus Héroes" estuvieron presentes integrantes de los equipos Corredores Comude Zapopan y Jaguares Urbanos, quienes junto con algunos de los paseantes, no le dieron descanso a la caminadora oficial del evento. Fue una jornada de muchos kilómetros y mejor ambiente.



## VÍA RECREATIVA

28 de Septiembre

México corre por sus Héroes

En "México corre por sus Héroes", el equipo Corredores Comude Zapopan que actualmente se encuentran en segundo lugar en la tabla de posiciones por equipos, estuvo presentes en la Vía Recreativa. (Video)





**BOSQUE EL CENTINELA**

29 de Septiembre

México corre por sus Héroes

El bosque El Centinela ofreció un ambiente inmejorable para la actividad de este día en la caminadora oficial del evento “México corre por sus héroes”. Los corredores del equipo Guerreros del Asfalto iniciaron su entrenamiento matutino en el equipo eléctrico, antes de continuar con su rutina por los senderos de este frondoso bosque que tiene una extensión de 107 hectáreas.



**SAN JOSÉ, COSTA RICA**

29 de Septiembre

México corre por sus Héroes

¡En Costa Rica pura vida! Y hasta ese querido país centroamericano mandamos un saludo a Carolina Jiménez, quien es otra de las atletas internacionales que participan en "México corre por sus Héroes". Ella suma 672 kilómetros y nos manda una hermosa postal de Valle de los Santos, en San José, donde realiza parte de sus recorridos.







**REGIDORES ZAPOPANOS**

30 de Septiembre  
México corre por sus Héroes

Esta mañana la jornada en la caminadora oficial del evento "México corre por sus héroes" inició muy temprano con regidores del Ayuntamiento de Zapopan, quienes subieron al equipo eléctrico para aumentar la cuenta de los kilómetros, un par de horas antes de retomar sus responsabilidades en la Presidencia Municipal.

Ediles de las diferentes comisiones del cabildo zapopano, combinaron la suma de distancias entre la caminadora y el circuito interno de la unidad deportiva El Polvorín.



**REGIDORES ZAPOPANOS**

30 de Septiembre  
México corre por sus Héroes

Ediles de las diferentes comisiones del cabildo zapopano, combinaron la suma de distancias entre la caminadora y el circuito interno de la unidad deportiva El Polvorín.





**REGIDORES ZAPOPANOS**

30 de Septiembre

México corre por sus Héroes

Regidores de las diferentes comisiones del cabildo zapopano se sumaron a “México corre por sus Héroes” y combinaron la suma de distancias entre la caminadora y el circuito interno de la unidad deportiva El Polvorín.







## Logros alcanzados al 30 de Septiembre del 2020





## **ABIERTO DE ZAPOPAN**

### **REUNIÓN DE TENIS WTA**

**28 DE OCTUBRE 2019**

Ante miembros de la Comisión de Deportes que preside la regidora Mónica Magaña, el titular de Comude Zapopan Gustavo Santoscoy explicó de los alcances obtenidos por el Abierto de Zapopan 2019 de Tenis de la WTA realizado este año; también se refirió a las expectativas de la próxima edición para marzo de 2020.



### **Rueda de Prensa**

**27 de febrero**

En rueda de prensa en Palacio Municipal se anuncia la segunda edición del Abierto de Zapopan 2020



La primera edición del Abierto Zapopan 2019 fue todo un éxito. El torneo fue considerado por expertos, como el más importante en la historia del deporte blanco de Jalisco. Cada uno de los juego llenó las expectativas de los aficionados que siempre abarrotaron las canchas duras del Complejo Panamericano de Tenis.





Su calidad recibió todo el respaldo de la WTA (Women’s Tennis Association, por sus siglas en inglés), que consideró al evento Jalisciense, que estaba programado para disputarse entre el 16 y el 21 de marzo 2020, como el apropiado para recibir a algunas de las mejores jugadoras del mundo, ante la suspensión del Torneo Master Indian Wells, que fue cancelado a causa de la propagación del COVID 19.

De la noche a la mañana, el torneo en su edición para este año, creció de 24 a 56 jugadoras, que lo convertirían en el de mayor participación para una competencia profesional femenil en México, y pese a las exigencias, la organización estaba lista para aumentar su draw sin dejar de brindar una atención de excelencia.

Después de que la Organización Mundial de la Salud nombrara como pandemia el tema del coronavirus y preocupado por cuidar la salud de los asistentes, el presidente municipal de Zapopan, Pablo Lemus, tomó la difícil determinación de cancelar el torneo.

Sin embargo, el compromiso de tener mejor evento del tenis profesional femenil en México, quedó establecido y en el 2021, si las condiciones lo permiten, la alegría del deporte blanco regresara a las canchas del Complejo Panamericano porque en Zapopan, seguimos apostando por la promoción del deporte y la realización de competencias a nivel mundial.

**PRENSA NACIONAL**

50 Medios nacionales publicaron el evento. 92 notas

456´206,702 Impactos en medios electrónicos Internacionales

3´752, 431,333 Impactos en medios electrónicos Nacionales

16 ciudades Publicaron:

- |                   |                    |
|-------------------|--------------------|
| - Hermosillo      | - Saltillo         |
| - Torreón         | - Cd. Victoria     |
| - Zacatecas       | - San Luis Potosí  |
| - Guadalajara     | - Ciudad de México |
| - Puerto Vallarta | - Mérida           |
| - Michoacán       | - Cuernavaca       |
| - Toluca          | - Veracruz         |
| - Cd. Juárez      | - Chiapas          |

**PRENSA INTERNACIONAL**

121 Medios Internacionales publicaron el evento, 158 notas

33 países publicaron

- |                  |                   |             |
|------------------|-------------------|-------------|
| - Canadá         | - Portugal        | - Sudáfrica |
| - Estados Unidos | - España          | - Rusia     |
| - México         | - Jamaica         | - Japón     |
| - Panamá         | - Puerto Rico     | - India     |
| - Colombia       | - Brasil          | - China     |
| - Perú           | - Argentina       | - Taiwán    |
| - Noruega        | - Republica Checa | - Malasia   |
| - Inglaterra     | - Polonia         | - Singapur  |
| - Bélgica        | - Ucrania         | - Indonesia |
| - Francia        | - Rumania         | - Australia |
| - Israel         | - Arabia Saudita  | - Italia    |



## COPA JALISCO

### Fútbol estatal

4 de marzo

Anuncian la Copa Jalisco de fútbol.



## CAMPAMENTOS

### Programa "Sal a Jugar"

Actividades recreativas del programa SAL A JUGAR, (fútbol, basquetbol y beisbol)  
Impacto: en promedio por jornada 80 usuarios. San Juan de Ocotán.







## **CAMPAMENTOS**

### **"SAL A JUGAR"**

Se realizaron actividades de baile, fútbol y activación física.

Impacto: 300

Fecha: Lunes 09 de Diciembre 2019.

Lugar: Unidad Paseos del Briseño.



### **"SAL A JUGAR"**

Se realizaron actividades de baile, fútbol y activación física.

Impacto: 300

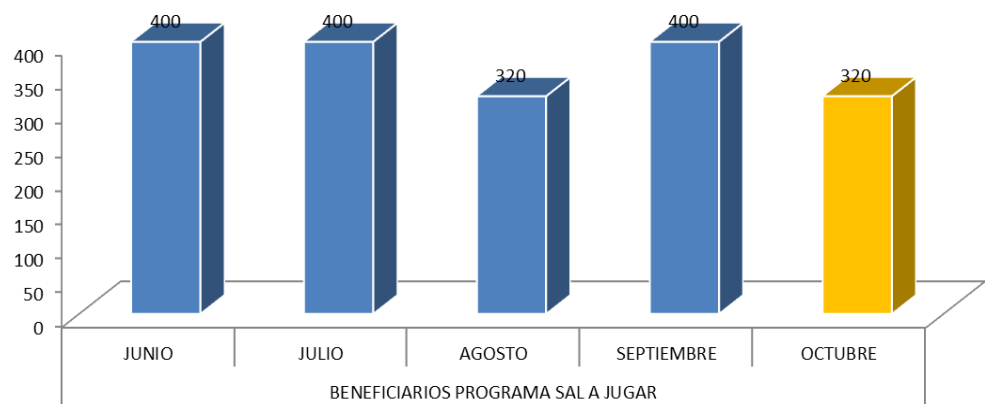
Fecha: Martes 17 de Diciembre 2019.

Lugar: Unidad Arenales Tapatíos.





Análisis “SAL A JUGAR”



BENEFICIARIOS PROGRAMA SAL A JUGAR 2019				
JUNIO	JULIO	AGOSTO	SEPTIEMBRE	OCTUBRE
400	400	320	400	320





## **ABRIL 2020**

### **Clases en línea**

#### **01 de Abril**

En atención a las recomendaciones de salud ante el problema del COVID-19, se subieron a la página de Facebook Comude Zapopan distintos videos de diferentes disciplinas deportivas para realizar rutinas y ejercicios desde casa. Aquí el profesor Clodoaldo Guerrero en clase de fútbol. Impacto 5,397 visualizaciones.



### **Clases en línea**

#### **01 de Abril**

#### **Adulto Mayor**

En atención a las recomendaciones de salud ante el problema del COVID-19, se subieron a la página de Facebook Comude Zapopan distintos videos de diferentes disciplinas deportivas para realizar rutinas y ejercicios desde casa. Aquí el profesor Javier Hernández en el programa de Adulto Mayor. Impacto 13,747 visualizaciones.





## CLASES EN LÍNEA

**01 de Abril**

### **Béisbol**

En atención a las recomendaciones de salud ante el problema del COVID-19, se subieron a la página de Facebook Comude Zapopan distintos videos de diferentes disciplinas deportivas para realizar rutinas y ejercicios desde casa. Aquí el profesor Alexandre Marrero en clase de béisbol. Impacto 3,482 visualizaciones.



## NUTRICIÓN

**02 de Abril**

### **Cebolla Morada**

Acompaña tu estancia en casa consumiendo frutas, verduras y un poco de la actividad física que te sugiere Comude Zapopan, para mantenerte fuerte y saludable. Una de las hortalizas imprescindibles en la alimentación está la cebolla. En esta situación que enfrentamos consúmela y aprovecha sus múltiples propiedades nutricionales para tu salud.







## CLASES EN LÍNEA

**02 de Abril**

### **Zumba y ritmos latinos**

En atención a las recomendaciones de salud ante el problema del COVID-19, se subieron a la página de Facebook Comude Zapopan distintos videos de diferentes disciplinas deportivas y recreativas para realizar rutinas y ejercicios desde casa. Aquí los profesores de zumba y ritmos latinos, Alma Rivera y Rogelio Galindo. Impacto 3,690 visualizaciones.



## CLASES EN LÍNEA

**03 de Abril**

### **Natación**

En atención a las recomendaciones de salud ante el problema del COVID-19, se subieron a la página de Facebook Comude Zapopan distintos videos de diferentes disciplinas deportivas para realizar rutinas y ejercicios desde casa. Aquí la profesora Verónica Lara en clase de natación. Impacto 7,094 visualizaciones.





## CLASES EN LÍNEA

**03 de Abril**

### Natación

En atención a las recomendaciones de salud ante el problema del COVID-19, se subieron a la página de Facebook Comude Zapopan distintos videos de diferentes disciplinas deportivas para realizar rutinas y ejercicios desde casa. Aquí los profesores Zoraida Sevilla y Clodoaldo Guerrero en clase de fútbol. Impacto 4,754 visualizaciones.



## NUTRICIÓN

**03 de abril**

### Guayaba

La guayaba es considerada "La reina de las frutas" por su alto contenido nutricional, rica en vitamina C, E, D12, A, hierro, cobre, calcio, magnesio, potasio y fósforo. Fortalece el sistema inmune gracias a sus propiedades antioxidantes y su gran contenido vitamínico.







## **CLASES EN LÍNEA**

**06 de Abril**

### **Adulto Mayor**

En atención a las recomendaciones de salud ante el problema del COVID-19, se subieron a la página de Facebook Comude Zapopan distintos videos de diferentes disciplinas deportivas y recreativas para realizar rutinas y ejercicios desde casa. Aquí la profesora Alejandra Gómez en el programa de Adulto Mayor. Impacto 29,088 visualizaciones.



## **CLASES EN LÍNEA**

**06 de Abril**

### **Deporte Adaptado**

En atención a las recomendaciones de salud ante el problema del COVID-19, se subieron a la página de Facebook Comude Zapopan distintos videos de diferentes disciplinas deportivas y recreativas para realizar rutinas y ejercicios desde casa. Aquí la profesora Yaolistli Uribe en el programa de Deporte Adaptado. Impacto 4,505 visualizaciones.





## **CLASES EN LÍNEA**

**06 de Abril**

### **Fútbol**

En atención a las recomendaciones de salud ante el problema del COVID-19, se subieron a la página de Facebook Comude Zapopan distintos videos de diferentes disciplinas deportivas y recreativas para realizar rutinas y ejercicios desde casa. Aquí los profesores Zoraida Sevilla y Clodoaldo Guerrero en clase de fútbol. Impacto 5,073 visualizaciones.



## **NUTRICIÓN**

**7 de Abril**

### **Zanahoria**

Cruda, al vapor, hervida, asada, en zumo o como ingrediente en pasteles gracias a su sabor dulce, la zanahoria es una hortaliza indispensable en la dieta alimenticia por sus altos valores nutricionales para nuestra salud.







## **CLASES EN LÍNEA**

**13 de Abril**

### **Voleibol**

En atención a las recomendaciones de salud ante el problema del COVID-19, se subieron a la página de Facebook Comude Zapopan distintos videos de diferentes disciplinas deportivas y recreativas para realizar rutinas y ejercicios desde casa. Aquí los profesores Bathuel Rodríguez y Jorge Miramontes en clase de voleibol. Impacto 11,046 visualizaciones.



## **CLASES EN LÍNEA**

**14 de Abril**

### **Natación**

En atención a las recomendaciones de salud ante el problema del COVID-19, se subieron a la página de Facebook Comude Zapopan distintos videos de diferentes disciplinas deportivas para realizar rutinas y ejercicios desde casa. Aquí el profesor Pedro Rotano en clase de natación. Impacto 5,415 visualizaciones.





### **Clases en línea**

**14 DE ABRIL**

#### **Fútbol**

En atención a las recomendaciones de salud ante el problema del COVID-19, se subieron a la página de Facebook Comude Zapopan distintos videos de diferentes disciplinas deportivas para realizar rutinas y ejercicios desde casa. Aquí la profesora Zoraida Sevilla en clase de fútbol. Impacto 4,307 visualizaciones.



### **CLASES EN LÍNEA**

**15 de Abril**

#### **Básquetbol**

En atención a las recomendaciones de salud ante el problema del COVID-19, se subieron a la página de Facebook Comude Zapopan distintos videos de diferentes disciplinas deportivas para realizar rutinas y ejercicios desde casa. Aquí el profesor Armando Gaytán en clase de básquetbol. Impacto 15,116 visualizaciones.







**CLASES EN LÍNEA**  
**16 de Abril**  
**Atletismo**

En atención a las recomendaciones de salud ante el problema del COVID-19, se subieron a la página de Facebook Comude Zapopan distintos videos de diferentes disciplinas deportivas para realizar rutinas y ejercicios desde casa. Aquí el profesor Rafael Pérez en clase de atletismo. Impacto 6,685 visualizaciones.



**Clases en línea**  
**16 de Abril**  
**Deporte Adaptado**

En atención a las recomendaciones de salud ante el problema del COVID-19, se subieron a la página de Facebook Comude Zapopan distintos videos de diferentes disciplinas deportivas para realizar rutinas y ejercicios desde casa. Aquí el profesor César Hernández en clase para integrantes del programa de Deporte Adaptado. Impacto 2,467 visualizaciones.





**CLASES EN LÍNEA**  
**17 de Abril**  
**Box**

En atención a las recomendaciones de salud ante el problema del COVID-19, se subieron a la página de Facebook Comude Zapopan distintos videos de diferentes disciplinas deportivas para realizar rutinas y ejercicios desde casa. Aquí el profesor Roberto Morones en clase de box. Impacto 4,902 visualizaciones.



**CLASES EN LÍNEA**  
**17 de Abril**  
**Vóleibol**

En atención a las recomendaciones de salud ante el problema del COVID-19, se subieron a la página de Facebook Comude Zapopan distintos videos de diferentes disciplinas deportivas para realizar rutinas y ejercicios desde casa. Aquí los profesores Bathuel Rodríguez y Jorge Miramontes en clase de voleibol. Impacto 3,499 visualizaciones.







**CLASES EN LÍNEA**  
**25 de Abril**  
**Fútbol**

En atención a las recomendaciones de salud ante el problema del COVID-19, se subieron a la página de Facebook Comude Zapopan distintos videos de diferentes disciplinas deportivas para realizar rutinas y ejercicios desde casa. Aquí el profesor Luis Bejines en clase de fútbol. Impacto 3,996 visualizaciones.



**CLASES EN LÍNEA**  
**27 de Abril**  
**Yoga**

Clase yoga, programa Adulto Mayor por la maestra Adriana Salazar. Impacto 7,461 visualizaciones.





## **CLASES EN LÍNEA**

**26 de Abril**

### **Zumba**

En atención a las recomendaciones de salud ante el problema del COVID-19, se subieron a la página de Facebook Comude Zapopan distintos videos de diferentes disciplinas deportivas y recreativas para realizar rutinas y ejercicios desde casa. Aquí la maestra Irma Olvera en clase de zumba. Impacto 6,720 visualizaciones.



## **NUTRICIÓN**

**28 de Abril**

### **Pitaya**

En esta temporada, consume pitaya por su exquisito sabor y sus altos contenidos nutricionales. Entre algunos de los beneficios que aporta esta fruta, están antioxidantes, mejora la digestión por sus altas propiedades de fibra, ayuda a controlar enfermedades respiratorias y cardiovasculares; además de ser rica en agua y minerales como hierro, calcio, fósforo y vitaminas B, C y D, entre otros beneficios.







## CLASES EN LÍNEA

**29 de Abril**

### **Box**

En atención a las recomendaciones de salud ante el problema del COVID-19, se subieron a la página de Facebook Comude Zapopan distintos videos de diferentes disciplinas deportivas para realizar rutinas y ejercicios desde casa. Aquí el profesor Arturo Don Juan en clase de box. Impacto 4,460 visualizaciones.



## CLASES EN LÍNEA

**29 de Abril**

### **Béisbol**

En atención a las recomendaciones de salud ante el problema del COVID-19, se subieron a la página de Facebook Comude Zapopan distintos videos de diferentes disciplinas deportivas para realizar rutinas y ejercicios desde casa. Aquí el profesor Mario Enríquez en clase de béisbol. Impacto 6,426 visualizaciones.





## CLASES EN LÍNEA

2 de Mayo

### Gimnasia

Comude Zapopan trabaja para ti. Atendiendo las recomendaciones de salud ante el problema del COVID-19, estamos subiendo videos de actividades de diferentes disciplinas deportivas y recreativas. Búscalos y síguenos desde casa. **Aquí la maestra Lizette Delgado en clase de gimnasia.**



## CLASES EN LÍNEA

2 de Mayo

Comude Zapopan trabaja. Atendiendo las recomendaciones de salud ante el problema del COVID-19, estamos subiendo videos de actividades de diferentes disciplinas deportivas y recreativas. Búscalos y síguenos desde casa. **Aquí la maestra Irma Olvera en clase de zumba y ritmos latinos.**







## **4 DE MAYO**

### **Clases en línea**

#### **Box y Béisbol**

Comude Zapopan trabaja para ti. Atendiendo las recomendaciones de salud ante el problema del COVID-19, estaremos subiendo videos de actividades de diferentes disciplinas deportivas y recreativas. Búscalos y síguenos desde casa.



**Profesor Arturo Don Juan en clase de Box**



**Profesor Mario Enríquez en clase de béisbol.**



## TRANSMISIÓN EN VIVO

**5 de Mayo**

### Clase de Yoga

**Con la clase de yoga por parte de la maestra Adriana Salazar**, Comude Zapopan dio inicio las transmisiones en vivo de lunes a jueves en dos horarios: 10:00 y 17:00 horas, con el propósito de mantener activa a la ciudadanía ante la actual situación sanitaria.



## CLASES EN LÍNEA

**6 DE MAYO**

### Gimnasia y Zumba y ritmos latinos

Comude Zapopan trabaja para ti. Atendiendo las recomendaciones de salud ante el problema del COVID-19, estaremos subiendo videos de actividades de diferentes disciplinas deportivas. Búscalos y síguenos desde casa.

**Maestra Lizette Delgado en clase de Gimnasia.**







### **Maestra Irma Olvera en clase de zumba y ritmos latinos.**



**7 DE MAYO**

### **ATLETISMO Y VÓLEIBOL**

Comude Zapopan trabaja para ti. Atendiendo las recomendaciones de salud ante el problema del COVID-19, estaremos subiendo videos de actividades de diferentes disciplinas deportivas y recreativas. Búscalos y síguenos desde casa.

### **Profesor Rafael Pérez en clase de atletismo.**





### **Profesor Bathuel Rodríguez en clase de vóleibol.**



**11 DE MAYO**

### **FÚTBOL Y VÓLEIBOL**

Comude Zapopan trabaja para ti. Atendiendo las recomendaciones de salud ante el problema del COVID-19, estaremos subiendo videos de actividades de diferentes disciplinas deportivas y recreativas. Búscalos y síguenos desde casa.

### **Profesor Clodoaldo Guerrero en clase de Fútbol.**



### **Profesor Bathuel Rodríguez en clase de Vóleibol.**

### **Clases en línea**

**15 de Mayo**

### **Béisbol y Fútbol**

Comude Zapopan trabaja para ti. Atendiendo las recomendaciones de salud ante el problema del COVID-19, estaremos subiendo videos de actividades de diferentes disciplinas deportivas y recreativas. Búscalos y síguenos desde casa.





**Profesor Mario Enríquez en clase de Béisbol.**



**Profesores Luis Bejines y Clodoaldo Guerrero en clase de fútbol.**



**TRANSMISIÓN EN VIVO**

**18 DE MAYO**

**Clase de yoga y Acondicionamiento Físico**

**Maestra Adriana Salazar**





### Maestra Silia Bugarín con acondicionamiento físico



## TRANSMISIÓN EN VIVO

19 DE MAYO

### Acondicionamiento físico

Transmisión en vivo a las 10:00 horas con la clase de acondicionamiento físico, a cargo de las maestras **Laura Moreno y Míriam Ibañez**. ¡Comude Zapopan invita!







## TRANSMISIÓN EN VIVO

19 DE MAYO

### Acondicionamiento físico

Transmisión en vivo a las 17:00 horas con la clase de acondicionamiento físico, a cargo de los maestros **Martha Rosendo y Carlos Bejines**.

iComude Zapopan invita!



## TRANSMISIÓN EN VIVO

20 DE MAYO

### ACONDICIONAMIENTO FÍSICO

Transmisión en vivo a las 10:00 horas con la clase de acondicionamiento físico, a cargo de la maestra Alinne de la Rosa.

iComude Zapopan invita!





## **TRANSMISIÓN EN VIVO**

**20 DE MAYO**

### **ACONDICIONAMIENTO FÍSICO**

Transmisión en vivo de la clase de acondicionamiento físico, por parte de la profesora Lourdes González.

iComude Zapopan invita!



## **TRANSMISIÓN EN VIVO**

**21 DE MAYO**

### **ADULTO MAYOR**

Transmisión en vivo con la clase de acondicionamiento físico, a cargo de la maestra Bertha Hernández, especializada en el Programa Adulto Mayor.

iComude Zapopan invita!







## **TRANSMISIÓN EN VIVO**

**21 DE MAYO**

### **ACONDICIONAMIENTO FÍSICO**

Transmisión en vivo de la clase de acondicionamiento físico por parte del profesor Rafael Pérez. ¡Comude Zapopan invita!



## **TRANSMISIÓN EN VIVO**

**25 DE MAYO**

### **CLASE DE YOGA**

Transmisión en vivo de la clase de yoga por parte de la maestra Adriana Salazar. ¡Comude Zapopan invita!





## TRANSMISIÓN EN VIVO

25 DE MAYO

### Acondicionamiento físico

Transmisión en vivo de la clase de acondicionamiento físico por parte del profesor Bathuel Rodríguez y una alumna de la escuela de vóleybol. ¡Comude Zapopan invita!



## TRANSMISIÓN EN VIVO

26 DE MAYO

### Acondicionamiento físico

Transmisión en vivo de la clase de acondicionamiento físico por parte de la maestra Silvia Rodríguez.







## **TRANSMISIÓN EN VIVO**

**26 DE MAYO**

### **Ritmos latinos**

Excelente clase de "Ritmos Latinos" impartida por la maestra Irma del Carmen. No olvides que tenemos clases en punto de las 10:00 y a las 17:00 horas de Lunes a Jueves.

iTe esperamos!

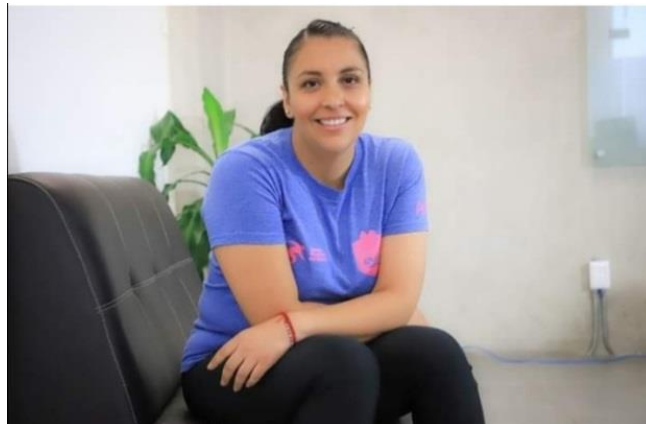


## **TRANSMISIÓN EN VIVO**

**27 DE MAYO**

### **Acondicionamiento físico**

Iniciamos con la transmisión en vivo de la clase de acondicionamiento físico por parte de la profesora Perla Contreras.





## TRANSMISIÓN EN VIVO

27 DE MAYO

### ACONDICIONAMIENTO FÍSICO

Transmisión en vivo de la clase de acondicionamiento físico por parte del profesor Fernando Orozco y un alumno de la escuela de natación.

¡Comude Zapopan invita!



## TRANSMISIÓN EN VIVO

28 DE MAYO

### ACONDICIONAMIENTO FÍSICO

Clase de acondicionamiento físico con la entrenadora Silia Bugarín, instructora de las escuelas de Comude Zapopan, dentro del Programa de Entrenamiento Virtual.







## TRANSMISIÓN EN VIVO

28 DE MAYO

### Acondicionamiento físico

Clase de acondicionamiento físico con la entrenadora Ariana Montañó, instructora de las escuelas de Comude Zapopan, dentro del Programa de Entrenamiento Virtual.



## TRANSMISIÓN EN VIVO

1 DE JUNIO

Acondicionamiento físico

Impacto 8,277

Iniciamos semana y es un buen momento para activarnos. Clase de acondicionamiento físico impartido por Silia Bugarín, instructora de las Academias de Comude Zapopan, dentro del Programa de Entrenamiento Virtual. Ponte tenis y ropa de ejercicio porque para participar sólo debes ingresar a nuestra página Comude Zapopan Oficial, donde tendremos la transmisión en vivo.



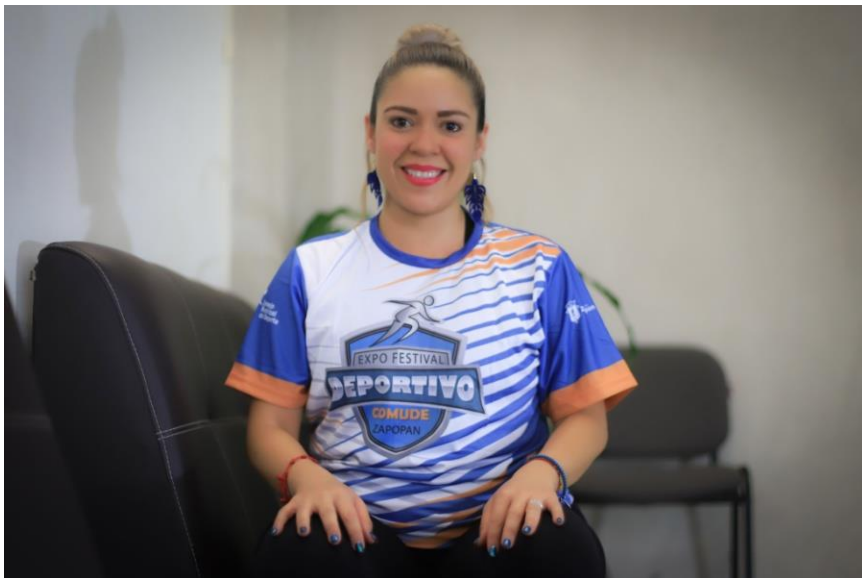


## TRANSMISIÓN EN VIVO

**1 DE JUNIO**

Ritmos latinos    Impacto 1,615

A través de nuestra página de Facebook, Comude Zapopan Oficial, transmitimos la segunda clase en vivo del día, de acondicionamiento físico, que en esta ocasión incluyó baile con ritmos latinos, con la profesora Alma Rivera. Es parte del programa de entrenamiento virtual que tenemos para ti cada semana.



## TRANSMISIÓN EN VIVO

**2 DE JUNIO**

Acondicionamiento físico    Impacto 3,566

Transmisión en vivo de clase de acondicionamiento físico enfocado al adulto mayor, a través de la página de Facebook, Comude Zapopan Oficial, para empezar a ejercitarse con las instrucciones de Bertha Hernández, una de las profesoras de nuestras academias deportivas.







## **TRANSMISIÓN EN VIVO**

**2 DE JUNIO**

Acondicionamiento físico Impacto 3,028

Nuestro instructor Arturo Heredia está listo para dar inicio con la clase virtual de acondicionamiento físico. Te esperamos en nuestra página de Facebook, Comude Zapopan Oficial

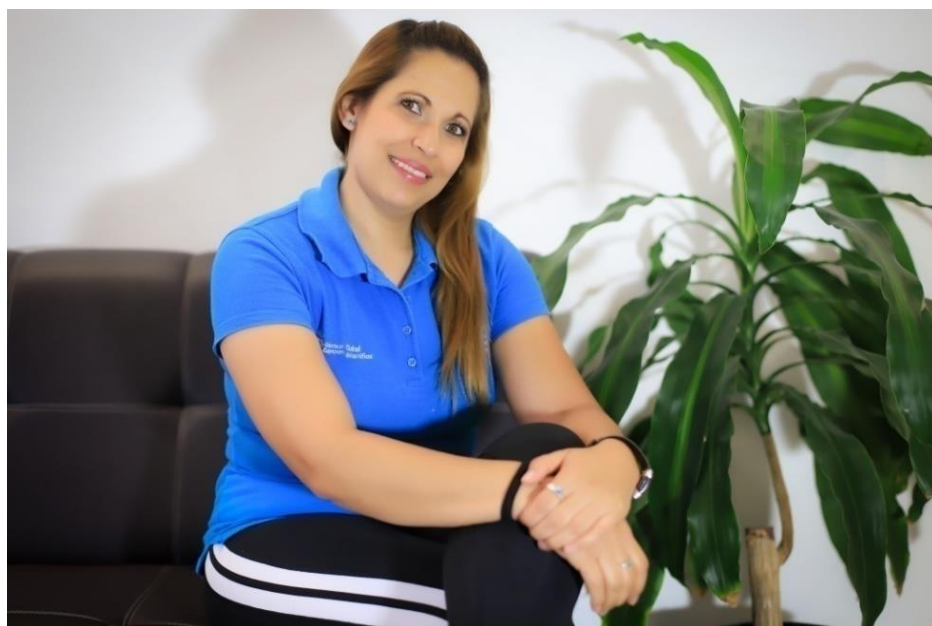


## **TRANSMISIÓN EN VIVO**

**3 DE JUNIO**

Acondicionamiento físico Impacto 2,892

La maestra Aline de la Rosa impartió clase de acondicionamiento físico a través de la página de Facebook Comude Zapopan Oficial, en una transmisión en vivo.





## TRANSMISIÓN EN VIVO

**3 DE JUNIO**

Acondicionamiento físico Impacto 4,025

Transmisión en vivo de la clase de acondicionamiento físico a través de la página de Facebook Comude Zapopan Oficial a cargo de la profesora Zoraida Sevilla, una de las instructoras de nuestras escuelas municipales.



## TRANSMISIÓN

Acondicionamiento físico Impacto 3,319

Continuamos con el programa virtual de acondicionamiento físico con Javier Hernández, instructor de las academias municipales de Zapopan, quien tiene preparada una rutina especial para ti. La transmisión en vivo es por la página de Facebook Comude Zapopan Oficial.







## TRANSMISIÓN EN VIVO

4 de Junio

Acondicionamiento físico Impacto 3,407

¿Listo para la segunda clase de acondicionamiento virtual del día? El profesor Pedro Ángel Retano, será el encargado de activarnos en la clase en vivo a través de nuestra página de Facebook Comude Zapopan Oficial.



## TRANSMISIÓN EN VIVO

5 DE JUNIO

Día del Desafío 2020

¿Listo para la primera clase de acondicionamiento virtual del #DiadelDesafioMX20 y #RETOZapopan? La impartirá la profesora, Lourdes Orozco, quien será la encargada de activarnos en la clase en vivo a través de nuestra página de Facebook Comude Zapopan Oficial.





## TRANSMISIÓN EN VIVO

5 DE JUNIO

Día del Desafío 2020    Impacto 12,929

En nuestra segunda clase en vivo dentro del Día del Desafío, las maestras Adriana Salazar y Silvia Rodríguez, instructoras de las academias deportivas de Comude Zapopan, prepararon una clase taller de yoga sobre la columna vertebral, con ejercicios preventivos y para casos crónicos. Te esperamos en la página de Facebook Comude Zapopan Oficial. #DiadelDesafioMX20 #RETOZapopan.



## TRANSMISIÓN EN VIVO

5 DE JUNIO

Día del Desafío 2020

¿Listo para la tercer clase de acondicionamiento virtual del #DiadelDesafioMX20 y #RETOZapopan? La impartirán las profesoras, Lorena Quiles y Yaolistli Uribe, encargadas de activarnos en vivo a través de nuestra página de Facebook Comude Zapopan.

PROGRAMA VIRTUAL DE  
ACONDICIONAMIENTO FÍSICO

VIERNES 05 DE JUNIO

11:00 HORAS

DEPORTE ADAPTADO

■ Instructores:

Lorena Quiles

Yaolistli Uribe

■ Clase:

- Acondicionamiento Físico
- Baile

■ Materiales:

Mancuernas

Tapete

Hidratación

SÍGUENOS Y  
**¡PARTICIPA!**

TRANSMISIÓN EN VIVO

POR: Comude Zapopan Oficial





## TRANSMISIÓN EN VIVO

**5 DE JUNIO**

Día del Desafío 2020

Correspondió a la maestra Yaolistli Uribe impartir la tercer clase de acondicionamiento virtual del #DiadelDesafioMX20 y #RETOZapopan ? Clase en vivo a través de nuestra página de Facebook Comude Zapopan.



## TRANSMISIÓN EN VIVO

**5 DE JUNIO**

Día del Desafío 2020

Una clase más de acondicionamiento virtual en el marco del #DiadelDesafioMX20 y #RETOZapopan? La cual impartirá la profesora Laura Moreno. Actívate a través de nuestra página de Facebook Comude Zapopan.





## TRANSMISIÓN EN VIVO

5 DE JUNIO

Día del Desafío 2020    Impacto 3,800

“No tengo tiempo para hacer ejercicio”. Silia Bugarín, instructora de las escuelas municipales de Comude Zapopan, platica su experiencia y te anima a dejar de lado los pretextos para entrar de lleno en la actividad física. #DiadelDesafioMX20 #RETOZapopan.



## TRANSMISIÓN EN VIVO

5 DE JUNIO

Día del Desafío 2020

Seguimos con las clases en vivo a través de la página de Facebook Comude Zapopan Oficial y ahora Rafa Pérez te invita a realizar una rutina de saltos con escalera pliométrica alternando con ejercicios de fuerza. #DiadelDesafioMX20 #RETOZapopan

PROGRAMA VIRTUAL DE  
ACONDICIONAMIENTO FÍSICO

VIERNES 05 DE JUNIO

18:00 HORAS

**Escuelas Deportivas**

■ Instructores:  
Rafael  
Pérez

■ Clase:  
Acondicionamiento Físico

■ Materiales:  
Tapete  
Silla  
Hidratación

SÍGUENOS Y  
**¡PARTICIPA!**  
TRANSMISIÓN EN VIVO

POR: Comude Zapopan Oficial





## **PARTICIPACIÓN DE COMUDE ZAPOPAN**

5 de Junio

Día del Desafío 2020

Impacto 106,000

Con más de 30 videos de clases de instructores y transmisiones en vivo participó Comude Zapopan en el #DiadelDesafioMX20 y #RETOZapopan



## **TRANSMISIÓN EN VIVO**

8 DE JUNIO

Acondicionamiento físico

Impacto 3,961

La profesora Adriana Salazar en la página de Facebook Comude Zapopan Oficial, con la clase en vivo de yoga, con énfasis en la capacidad diafragmática.





## TRANSMISIÓN EN VIVO

**8 DE JUNIO**

Acondicionamiento físico    Impacto 2,734

Comude Zapopan sigue en movimiento. Te invitamos a ser parte, desde tu casa, del programa virtual de activación y acondicionamiento físico de lunes a jueves en vivo con instructores de nuestras diferentes escuelas. ¡Participa!

PROGRAMA VIRTUAL DE ACONDICIONAMIENTO FÍSICO

LUNES 08 DE JUNIO

17:00 HORAS

Escuelas Deportivas

Instructores:

Luis Bejinez

Materiales:

Cuerda  
Mancuernas  
Tapete  
Hidratación

Clase:

Acondicionamiento Físico General

SÍGUENOS Y  
**¡PARTICIPA!**

TRANSMISIÓN EN VIVO

POR: Comude Zapopan Oficial

## TRANSMISIÓN EN VIVO

**9 DE JUNIO**

Acondicionamiento físico    Impacto 3,660

Preparen sus artículos en casa para la clase en vivo de acondicionamiento virtual, que nos presentará Arturo Heredia en la página de Facebook Comude Zapopan Oficial, con ejercicios de coordinación física.







## TRANSMISIÓN EN VIVO

**9 DE JUNIO**

Acondicionamiento físico    Impacto 4,496

Llegó nuevamente el momento de ponernos activos y en la clase en vivo que iniciará a las cinco de la tarde, Horacio Maldonado, instructor de las escuelas deportivas municipales, estará a cargo del acondicionamiento físico. Te esperamos en nuestra página de Facebook Comude Zapopan Oficial.



## TRANSMISIÓN EN VIVO

**10 DE JUNIO**

Acondicionamiento físico    Impacto 2,967

Hoy en la clase en vivo de acondicionamiento virtual que inicia a las 10 de la mañana, la instructora Perla Conteras, te presentará activación de trabajo con pelota. Te esperamos en la página de Facebook Comude Zapopan Oficial.





## TRANSMISIÓN EN VIVO

**10 DE JUNIO**

Acondicionamiento físico    Impacto 3,776

En nuestra segunda clase en vivo de acondicionamiento de este día, el profesor Arturo Don Juan, tiene listos los ejercicios para una buena activación en casa. Iniciamos a las cinco de la tarde en la página de Facebook Comude Zapopan Oficial.



## TRANSMISIÓN EN VIVO

**11 DE JUNIO**

Acondicionamiento físico    Impacto 3,187

En la página de Facebook Comude Zapopan, estamos listos con la activación para este día. A las 10 de la mañana inicia la clase en vivo de acondicionamiento virtual con Ángel Javier García Ramírez, instructor de las academias deportivas municipales.







## TRANSMISIÓN EN VIVO

**11 DE JUNIO**

Acondicionamiento físico      Impacto 3,618

Hoy tenemos una clase en vivo muy explosiva, el doble ex campeón mundial de boxeo Oscar el "Chololo" Larios, estará a cargo del acondicionamiento físico en la página de Facebook Comude Zapopan Oficial. Iniciamos a las 18:00 Horas. No faltes e invita a tus amigos.



## TRANSMISIÓN EN VIVO

**15 DE JUNIO**

Acondicionamiento físico      Impacto 4,275

Iniciamos la semana con mucha activación física. En punto de las 10:00 horas la maestra, Adriana Salazar, instructora del Consejo Municipal, tiene para ti la primera clase virtual de este día en la página de Facebook Comude Zapopan Oficial. Todos tus comentarios son bienvenidos. Invita a tus amigos.





## TRANSMISIÓN EN VIVO

**15 DE JUNIO**

Acondicionamiento físico      Impacto 9,125

¿Te gusta el fútbol? En la clase de activación que tendremos en vivo a partir de las cinco de la tarde en la página de Facebook Comude Zapopan Oficial, el profesor Clodoaldo Martín tendrá los ejercicios de preparación física para fútbol. ¡Te esperamos!



## TRANSMISIÓN EN VIVO

**16 DE JUNIO**

Acondicionamiento físico      Impacto 3,365

En punto de las 10 de la mañana iniciamos con la clase en vivo de acondicionamiento físico a cargo de la maestra Silvia Rodríguez, con trabajos de resistencia muscular. Te esperamos en nuestra página de Facebook Comude Zapopan Oficial.







## TRANSMISIÓN EN VIVO

**16 DE JUNIO**

Acondicionamiento físico      Impacto 5,747

Seguimos con el acondicionamiento físico en casa y en punto de las cinco de la tarde, nuestro instructor, Horacio Flores, te espera en la página de Facebook Comude Zapopan Oficial, para impartir la segunda clase en vivo de este día. ¡Vamos a quemar calorías!



## TRANSMISIÓN EN VIVO

**17 DE JUNIO**

Acondicionamiento físico      Impacto 3,636

Estamos por empezar la clase en vivo de acondicionamiento físico virtual, en esta ocasión a cargo de la profesora Laura Moreno que esta mañana te presenta ejercicios con palo y pelota, así como una sesión especial de baile. Invita a tus contactos a la página de Facebook Comude Zapopan Oficial.

PROGRAMA VIRTUAL DE  
ACONDICIONAMIENTO FÍSICO

MIÉRCOLES 17 DE JUNIO

10:00 HORAS

**Adulto Mayor**

● Instructores:

Laura Moreno

● Clase:

Activación Física  
Fortalecimiento Muscular

● Materiales:

Palo  
Pelota  
Hidratación

SÍGUENOS  
**¡PARTICIPA!**

TRANSMISIÓN EN VIVO

POR: Comude Zapopan Oficial



## TRANSMISIÓN EN VIVO

**17 DE JUNIO**

Acondicionamiento físico      Impacto 3,197

Esta tarde el instructor de las escuelas deportivas municipales, Ramón Martínez, estará a cargo del acondicionamiento físico en la clase en vivo que inicia a las 17 horas, en la página de Facebook Comude Zapopan Oficial. ¿Estás listo?



## TRANSMISIÓN EN VIVO

**18 DE JUNIO**

Acondicionamiento físico      Impacto 2,696

Te invitamos para que participes en la clase en vivo de acondicionamiento físico en la página de Facebook Comude Zapopan Oficial. En punto de la 10 de la mañana Haciel García Bravo, será el profesor encargado de la activación con trabajos de fortalecimiento de abdomen y piernas.







## TRANSMISIÓN EN VIVO

**18 DE JUNIO**

Acondicionamiento físico      Impacto 3,000

En la página de Facebook Comude Zapopan Oficial es tiempo de las escuelas deportivas y a las cinco de la tarde el profesor Antonio García, será el encargado de ponernos a sudar con la clase en vivo de acondicionamiento físico. Te esperamos y comparte la invitación.



## TRANSMISIÓN EN VIVO

**22 DE JUNIO**

Acondicionamiento físico      Impacto 5,584

En punto de las 10 horas iniciamos con el acondicionamiento físico enfocado al adulto mayor, aunque todos pueden participar; lo único que tienen que hacer es conectarse a través de la página de Facebook Comude Zapopan Oficial, para empezar a ejercitarse con las instrucciones de Bertha Hernández, una de las profesoras de nuestras academias deportivas. Participa e invita a tus amigos.





## TRANSMISIÓN EN VIVO

**22 DE JUNIO**

Acondicionamiento físico    Impacto 4,645

En la clase en vivo de acondicionamiento físico que inicia a las cinco de la tarde y transmitiremos a través de la página de Facebook Comude Zapopan Oficial, la instructora Natalia Gómez, estará a cargo del trabajo físico. Te esperamos, iconéctate!

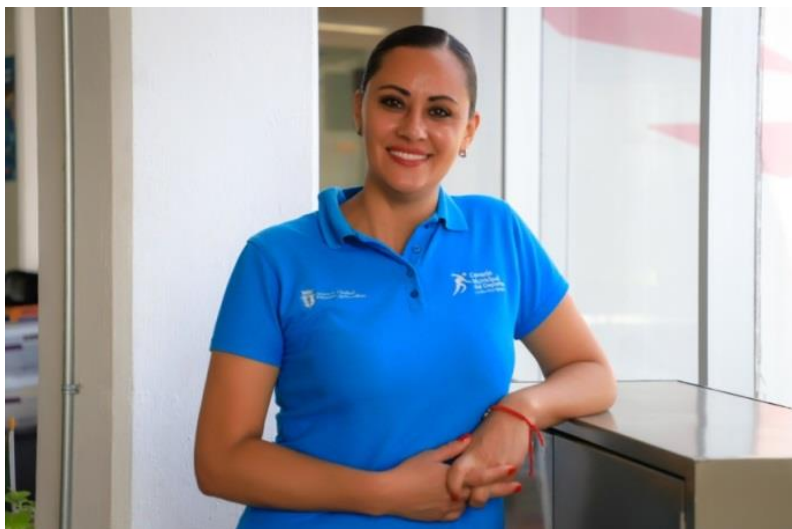


## TRANSMISIÓN EN VIVO

**23 DE JUNIO**

Acondicionamiento físico    Impacto 4,120

Estamos por empezar la clase en vivo de acondicionamiento físico virtual, en esta ocasión a cargo de la profesora Laura Moreno que esta mañana te presenta ejercicios con botellas de agua, así como una sesión especial de baile. Invita a tus contactos a la página de Facebook Comude Zapopan Oficial. Iniciamos a las 10:00 horas.







## TRANSMISIÓN EN VIVO

**23 DE JUNIO**

Acondicionamiento físico    Impacto 5,014

En la segunda clase en vivo de acondicionamiento físico, a las 5 de la tarde, el profesor Jorge César Ramírez, será el encargado de llevarnos a quemar calorías en el tiempo de las Escuelas Deportivas. Ingresa a la página de Facebook Comude Zapopan Oficial y ponte en actividad.



## TRANSMISIÓN EN VIVO

**24 DE JUNIO**

Acondicionamiento físico    Impacto 2,738

En punto de las 10 horas iniciamos con el acondicionamiento físico enfocado al adulto mayor, aunque todos pueden participar; lo único que tienen que hacer es conectarse a través de la página de Facebook, Comude Zapopan Oficial, para empezar a ejercitarse con las instrucciones de Aline de la Rosa, una de las profesoras de nuestras academias deportivas. Participa e invita a tus amigos.





## TRANSMISIÓN EN VIVO

**24 DE JUNIO**

Acondicionamiento físico    Impacto 3,466

En la segunda clase en vivo de acondicionamiento físico, a las 5 de la tarde, el profesor José Refugio, será el encargado de llevarnos a quemar calorías en el tiempo de las Escuelas Deportivas. Ingresa a la página de Facebook Comude Zapopan Oficial y ponte en actividad.



## TRANSMISIÓN EN VIVO

**25 DE JUNIO**

Acondicionamiento físico

El deporte adaptado también tiene su lugar especial en el programa virtual de acondicionamiento físico y esta mañana el profesor César Hernández, estará a cargo de la actividad física. ¿Estamos listos? Iniciamos a las 10 de la mañana y te esperamos en la página de Facebook Comude Zapopan Oficial.







## TRANSMISIÓN EN VIVO

**25 DE JUNIO**

Acondicionamiento físico    Impacto 3,802

Te invitamos a entrenar hoy en el acondicionamiento físico. La clase virtual dará inicio a las cinco de la tarde y estará a cargo del instructor de las academias deportivas municipales, David González Díaz. Te esperamos en nuestra página de Facebook Comude Zapopan Oficial, donde también puedes compartir tus comentarios.



## TRANSMISIÓN EN VIVO

**28 DE JUNIO**

Acondicionamiento físico    Impacto 4,259

Iniciamos semana y ya estamos listos para el acondicionamiento físico de esta mañana. Hoy en punto de las 10 horas, la instructora de las academias municipales, Adriana Salazar, nos pondrá la rutina de trabajo. Te esperamos en nuestra página de Facebook Comude Zapopan Oficial. Invita a tus contactos.





## TRANSMISIÓN EN VIVO

**29 DE JUNIO**

Acondicionamiento físico    Impacto 5,326

Llega el tiempo de las escuelas deportivas a la clase virtual de acondicionamiento físico. En punto de las 5 de la tarde, la instructora Alma Elvira, te presentará una rutina que te pondrá a quemar calorías. Te esperamos en nuestra página de Facebook Comude Zapopan Oficial.



## TRANSMISIÓN EN VIVO

**30 DE JUNIO**

Acondicionamiento físico    Impacto 2,847

Hoy tenemos actividad para el adulto mayor. Los esperamos a las 10 de la mañana en la página de Facebook Comude Zapopan Oficial, donde la maestra Silvia Rodríguez compartirá la clase que preparó especialmente para ustedes de ejercicios de movilidad articular con pelota.







## TRANSMISIÓN EN VIVO

**30 DE JUNIO**

Acondicionamiento físico    Impacto 5,125

La segunda clase virtual de este día y última del mes de junio de acondicionamiento físico iniciará a las 5 de la tarde y estará a cargo de la instructora de las escuelas deportivas municipales, Zoraida Sevilla. A ritmo de buena música estaremos ejercitándonos en la página de Facebook Comude Zapopan Oficial, no faltes.



**JULIO 2020**  
**1 DE JULIO**

Acondicionamiento físico

Buen día. Te esperamos a las 10 de la mañana en nuestra clase virtual de acondicionamiento físico, con la instructora Perla Contreras, que tiene una rutina especial para el adulto mayor. Conéctate a la Página de Facebook Comude Zapopan Oficial e invita a tus contactos.





## **TRANSMISIÓN EN VIVO**

**1 DEL JULIO**

Acondicionamiento físico

Seguimos con las tardes de ejercicio y ritmos latinos. A las 17 hrs. Irma del Carmen, instructora de las escuelas deportivas municipales, pondrá la música y el acondicionamiento físico en nuestra clase virtual. Conéctate a la página de Facebook Comude Zapopan Oficial, para activarnos.



## **TRANSMISIÓN EN VIVO**

**2 DE JULIO**

Acondicionamiento físico

Este jueves te invitamos a la clase virtual en vivo de acondicionamiento físico que estará a cargo de Yaolistli Uribe, instructora de deporte adaptado de las escuelas municipales. Iniciamos a las 10 de la mañana en la página de Facebook Comude Zapopan Oficial.







## **TRANSMISIÓN EN VIVO**

**2 DE JULIO**

Acondicionamiento físico

Iniciamos con otra clase de acondicionamiento físico que incluye mucha música y baile para ejercitarnos. Conéctate ahora a la página de Facebook Comude Zapopan Oficial, la clase a cargo del instructor Miguel Larios.



## **TRANSMISIÓN EN VIVO**

**6 DE JULIO**

Acondicionamiento físico

Esta mañana a partir de las 10 hrs, iniciamos la semana con muy buen trabajo para el adulto mayor. La instructora de las escuelas deportivas municipales, Silia Bugarín, estará activándonos en la clase virtual, a través página de Facebook Comude Zapopan Oficial. ¡No faltes!





## **TRANSMISIÓN EN VIVO**

**6 DE JULIO**

Acondicionamiento físico

Sé parte de las actividades virtuales, viene la segunda clase del día en vivo a través de la página de Facebook Comude Zapopan Oficial. A las cinco de la tarde, José Feliciano estará a cargo de la activación física, para que no te la pierdas.



## **TRANSMISIÓN EN VIVO**

**7 DE JULIO**

Acondicionamiento físico

Seguimos con las clases de activación física para el adulto mayor con el instructor Javier Hernández. Para la activación de esta mañana haremos ejercicios con palo. Prepara tu hidratación y ponte los tenis. Te esperamos a partir de las 10 de la mañana en la página de Facebook Comude Zapopan Oficial.





## TRANSMISIÓN EN VIVO

**7 DE JULIO**

Acondicionamiento físico

Estamos por iniciar la segunda clase de acondicionamiento virtual en vivo con el instructor de las escuelas deportivas municipales, Roberto Morones. Arrancamos a las 17 hrs y estamos en la página de Facebook Comude Zapopan Oficial.



## TRANSMISIÓN EN VIVO

**8 DE JULIO**

Acondicionamiento físico

A las 10 hrs tenemos una cita en la página de Facebook Comude Zapopan Oficial, para la clase en vivo de acondicionamiento físico. En esta ocasión la profesora Adriana Salazar, estará a cargo de los ejercicios para el adulto mayor, con una buena dosis de yoga.

¡Te esperamos!







## **TRANSMISIÓN EN VIVO**

**8 DE JULIO**

Acondicionamiento físico

Se viene la segunda clase del día en vivo a través de la página de Facebook Comude Zapopan Oficial. A las cinco de la tarde, David Arias estará a cargo de la activación física, para que no te la pierdas.



## **TRANSMISIÓN EN VIVO**

**9 DE JULIO**

Acondicionamiento físico

Buen día. Estamos listos para iniciar con la clase de esta mañana y a las 10 hrs en la página de Facebook Comude Zapopan Oficial, la maestra Lorena Quiles, tendrá la clase en vivo de acondicionamiento físico y fortalecimiento para el adulto mayor.

¡Corre la voz!



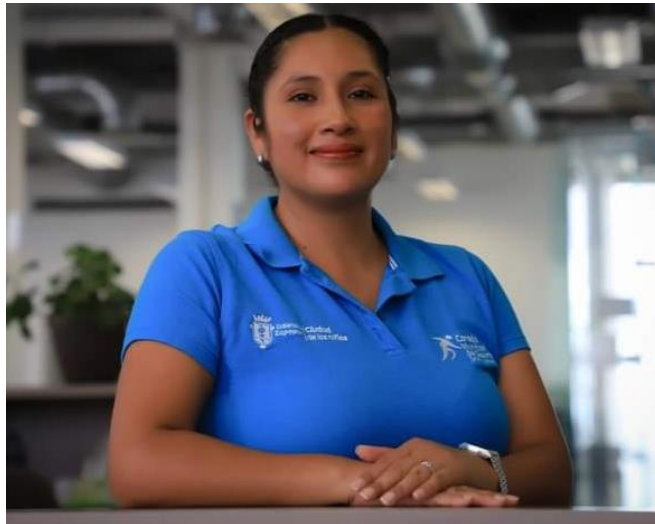


## **TRANSMISIÓN EN VIVO**

**9 DE JULIO**

Acondicionamiento físico

Se viene la segunda clase del día en vivo a través de la página de Facebook Comude Zapopan Oficial. A las cinco de la tarde, Adriana Renovato estará a cargo de la activación física, para que no te la pierdas.



## **TRANSMISIÓN EN VIVO**

**13 DE JULIO**

Acondicionamiento físico

¿Qué te parece iniciar la semana con una buena sesión de yoga?

Te invitamos porque a partir de las 10 de la mañana transmitiremos en vivo la clase con la profesora Adriana Salazar en la página de Facebook Comude Zapopan Oficial.

¡No faltes!





## **TRANSMISIÓN EN VIVO**

**13 DE JULIO**

Acondicionamiento físico

Se viene la segunda clase del día en vivo a través de la página de Facebook Comude Zapopan Oficial. A las cinco de la tarde, Jorge Miramontes estará a cargo de la activación física, para que no te la pierdas.



## **TRANSMISIÓN EN VIVO**

**14 DE JULIO**

Acondicionamiento físico

En punto de las 10 de la mañana iniciamos con la clase en vivo de acondicionamiento físico a cargo de la maestra de las escuelas deportivas municipales, Silvia Rodríguez, con trabajos de movilidad articular. Te esperamos en nuestra página de Facebook Comude Zapopan Oficial.







## **TRANSMISIÓN EN VIVO**

**14 DE JULIO**

Acondicionamiento físico

Estamos listos para iniciar con el acondicionamiento físico vespertino. Ahora te traemos una clase en vivo llena de baile con ritmos latinos a cargo de Ariana Montaña, instructora de las escuelas deportivas municipales. Iniciamos a las 17 hrs en la página de Facebook Comude Zapopan Oficial.



## **TRANSMISIÓN EN VIVO**

**15 DE JULIO**

Acondicionamiento físico

Vamos a la activación física de esta mañana con la clase en vivo de acondicionamiento físico especial para el adulto mayor. Ahora Javier Hernández impartirá la sesión con ejercicios con pelota te esperamos en punto de las 10 de la mañana en la página de Facebook Comude Zapopan.



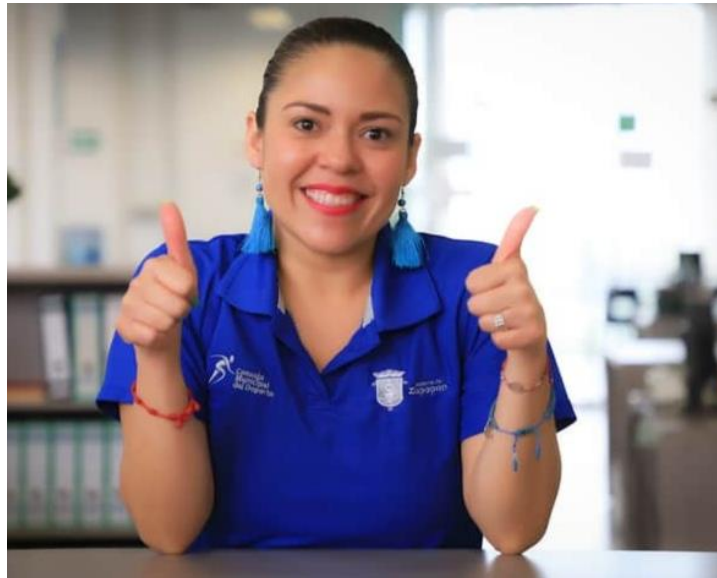


## **TRANSMISIÓN EN VIVO**

**15 DE JULIO**

Acondicionamiento físico

Llega el tiempo de las escuelas deportivas a la clase virtual de acondicionamiento físico. En punto de las 5 de la tarde, la instructora Alma Elvira, te presentará una rutina que te pondrá a quemar calorías. Te esperamos en nuestra página de Facebook Comude Zapopan Oficial.



## **TRANSMISIÓN EN VIVO**

**16 DE JULIO**

Acondicionamiento físico

Cerramos la semana de las clases matutinas de acondicionamiento físico virtual, con actividad para los chicos de deporte adaptado. Te invitamos porque a las 10 de la mañana, Ángel Javier García, estará a cargo de la activación, en la página de Facebook Comude Zapopan.





## TRANSMISIÓN EN VIVO

**16 DE JULIO**

Acondicionamiento físico

Este jueves tenemos una clase nueva de acondicionamiento físico. ¿Listo para quemar calorías? En punto de las 17 horas iniciamos la sesión a cargo del instructor David González. Te esperamos en la página de Facebook Comude Zapopan Oficial. Al terminar, el video queda listo para que repases la clase y la compartas.



## TRANSMISIÓN EN VIVO

**20 DE JULIO**

Acondicionamiento físico

Iniciamos semana y ya estamos listos para el acondicionamiento físico de esta mañana. Hoy en punto de las 10 horas, la instructora de las academias municipales, Adriana Salazar, nos pondrá la rutina de trabajo. Te esperamos en nuestra página de Facebook Comude Zapopan Oficial.







## TRANSMISIÓN EN VIVO

**20 DE JULIO**

Acondicionamiento físico

Esta tarde vamos a bailar y a ejercitarnos. En punto de las 17 horas la maestra de las escuelas deportivas municipales, Irma Del Carmen Olvera, tendrá los mejores ritmos y pasos en la clase en vivo en la página de Facebook Comude Zapopan. Conéctate y comparte el video.



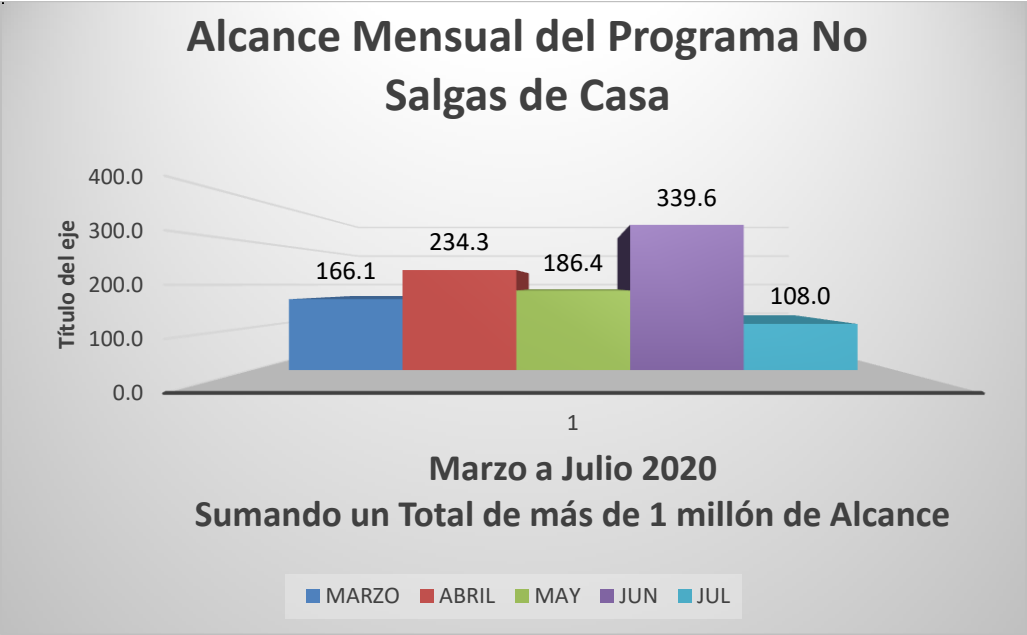
## TRANSMISIÓN EN VIVO

**21 DE JULIO**

Acondicionamiento físico

Para Comude Zapopan, los adultos mayores siempre tienen un lugar muy especial, por eso todas las mañanas tenemos una clase de activación, especialmente preparada para ellos y la próxima inicia a las 10 horas con la maestra Bertha Hernández que hoy nos trae trabajos con palo. Conéctate a la página de Facebook Zapopan Comude Oficial e invita a tus amigos.







## **JUNTA DE GOBIERNO COMUDE**

28 de Octubre 2019

En la sesión ordinaria de la Junta de Gobierno de Comude Zapopan, los integrantes de misma aprobaron diferentes acciones para el mejoramiento de los diferentes espacios deportivos del municipio en beneficio de los usuarios en sus prácticas deportivas y recreativas.



## **JUNTA DE CONSEJO TÉCNICO**

**5 DE DICIEMBRE 2019**

La Junta de Consejo Técnico del Consejo Estatal para Fomento Deportivo, realizó el informe anual de actividades del año 2019. Donde se estableció el compromiso de seguir trabajando para tener más y mejores eventos deportivos.







**JUNTA DE GOBIERNO COMUDE**

**29 DE ENERO 2020**

Sumar esfuerzos para acercar el deporte y la recreación a todos los sectores de la población, a fin de alejar a niños y jóvenes de la drogadicción y delincuencia, fue el acuerdo principal de los integrantes de la Junta de Gobierno de Comude Zapopan en su primera sesión de este año.



**SESIÓN MENSUAL**

**28 DE MAYO**

**Junta de Gobierno**

Con todas las medidas de seguridad en materia de salud e higiene se celebró la Junta de Gobierno correspondiente al mes en curso.



## **JUNTA DE GOBIERNO**

**26 DE JUNIO**

Reunión mensual

Se realizó la Junta de Gobierno de Comude Zapopan correspondiente al mes de junio, donde se puntualizó la importancia de la salud de ciudadanos y alumnos.

Seguimos trabajando en los protocolos y en la sanitización de los espacios públicos.

Por el momento no tenemos fecha para la reapertura de dichos espacios.

Los Invitamos a estar atentos de nuestras redes sociales para mantenerse bien informado.



## **APERTURA DE UNIDADES**

**27 DE AGOSTO**

Junta de Gobierno de Comude



Tras la apertura de los diferentes espacios deportivos en Zapopan para las actividades unipersonales, la Junta de Gobierno de Comude Zapopan determinó mantener todos los protocolos sanitarios durante el ingreso y utilización de estos espacios.







## **Dirección de Unidades y Campos Deportivos**

Mantenimiento y Limpieza a Unidad Deportiva  
22 de Octubre 2019

Las diferentes áreas de esta unidad son objeto de permanentes labores de mantenimiento y limpieza, a fin de que los usuarios realicen de la mejor manera sus actividades deportivas y recreativas.



### **Tratamiento Forestal en Unidad Deportiva “El Polvorín”**

3 de Septiembre 2019

Con personal especializado en materia forestal se atendió la plaga de muérdago que afecta a varios árboles que están en el interior de la Unidad Deportiva “El Polvorín”.





### Unidad Deportiva “Paseos del Sol”



Se instalaron reflectores en cancha de beisbol.

### Unidad Deportiva “La Tuzanía”



Se realizó instalación de back stop.

### Unidad Deportiva “Tecolandia”



Se realizó poda general.



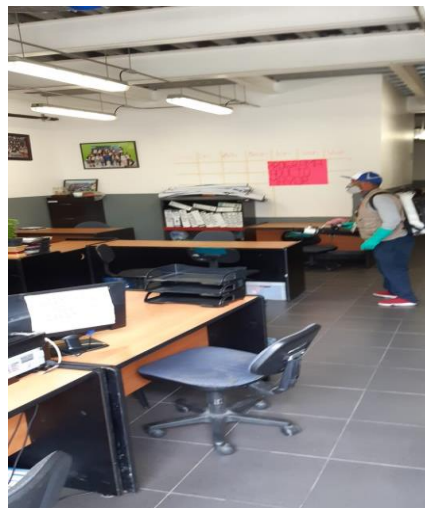


### Unidad Deportiva "Santa Lucía"



Se realizó instalación de back stop.

### Parque Zapopan "Centro Acuático"



Fumigación realizada por la Secretaría de Salud por dengue.



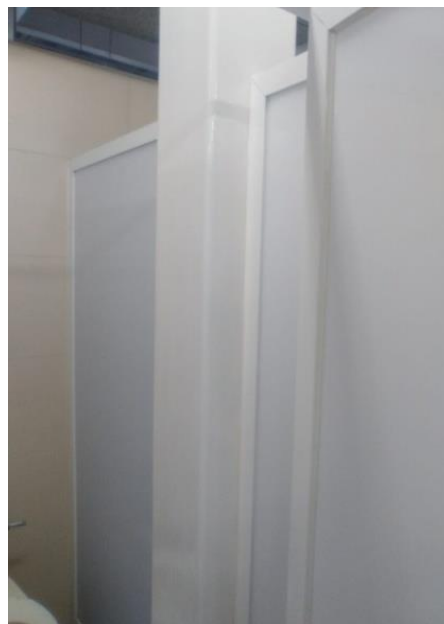


### Unidad Deportiva “La Tuzanía”



Se instaló tramo de pasto sintético.

### Unidad Deportiva “El Polvorín”



Se reparó puerta de vestidores de baños de damas.



**Unidad Deportiva “El Grillo”**



Instalación de toma de contacto y luminarias.

**Parque Zapopan “Gaf”**



Se realizó instalación de concertina (alambrado).



### **Unidad Deportiva “Santa Margarita”**



Se realizó reparación de cerca y malla de púas.

### **Unidad Deportiva “El Polvorín”**



Se reparó corto circuito en fotoceldas de luminarias.

### **Unidad Deportiva “Parque Zapopan” Taller de herrería**



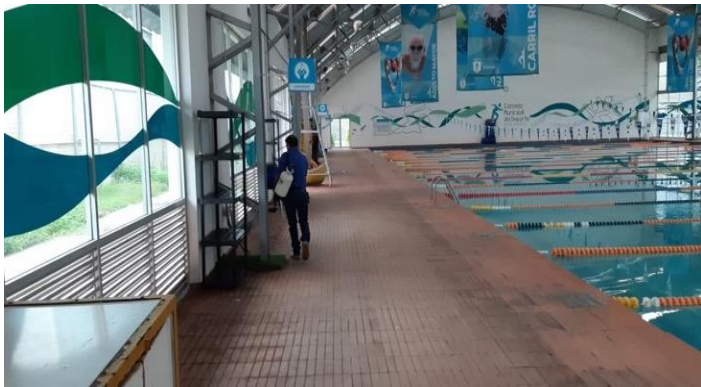
Se realizó la reparación y pintura de vallas para la logística de las carreras.





Labores de Fumigación  
8 de Octubre 2019

A fin de que los usuarios dispongan de mejores espacios deportivos para sus diferentes actividades, de manera permanente se realizan labores de fumigación en las distintas áreas del Parque Zapopan de Comude.



Acciones de Fumigación  
17 de Octubre 2019

Parte de las labores preventivas y correctivas del complejo deportivo del Parque Zapopan de Comude, se realizan acciones de fumigación de acuerdo a los parámetros que indican las autoridades en materia de salud.



Mantenimiento Ordinario Oct. de 2019.

Unidades Atendidas	
Numero de visitas	229
Limpieza de Baños	1267
Basura Recolectada	85 ton.
M2 de Desbroce	98,433
M2 de Limpieza	238,500
No. de servicios de Mto. Diversos realizado	15



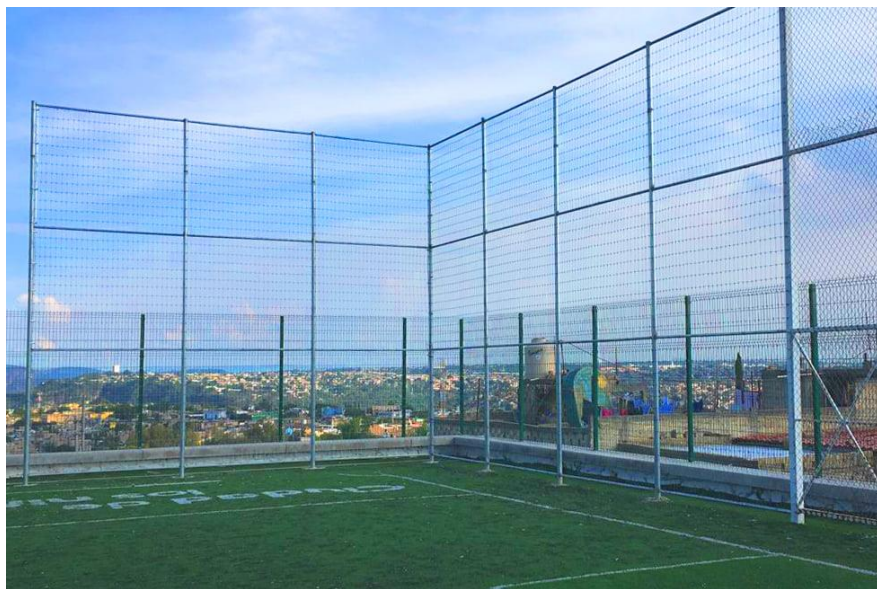
## **Dirección de Unidades y Campos Deportivos**

**Noviembre de 2019**

### **Instalaciones de "backstop"**

**14 de Noviembre 2019**

Continúan las mejoras en los espacios deportivos. Las canchas de fútbol y de Usos Múltiples de la Unidad Deportiva Villas de Guadalupe en Zapopan, ya cuentan con las llamadas barreras "backstop" y con ello evitar molestias a los vecinos por la caída constante de balones.



## **Renovación de Áreas Deportivas**

**20 de Noviembre 2019**

Como parte de la renovación y mantenimiento de espacios deportivos del municipio de Zapopan, se lleva al cabo la restauración de las canchas de frontenis de la Unidad Ángel "El Zapopan" Romero, mejor conocida como Tabachines.





## **Centro Acuático de Zapopan**

4 de Noviembre 2019

### **Monitoreo de centro acuático de Zapopan**

En cumplimiento a la Norma Oficial Mexicana de los requisitos sanitarios y de la calidad del agua, día a día la alberca del Centro Acuático de Zapopan es objeto de permanente monitoreo sobre la calidad de la misma, con el fin de ofrecer mejor servicio a los usuarios.



### **Instalación de "backstop"**

5 de Noviembre 2019

Para ofrecer más seguridad a los usuarios de la cancha de básquetbol de la Unidad Deportiva La Tuzanía durante sus prácticas, se procedió a la instalación de las llamadas "backstop", y con ello también evitar molestias a los vecinos de la zona por el constante desplazamiento de balones a sus casas.







### **Mantenimiento de áreas deportivas**

5 de noviembre 2019

Además del saneamiento de varias zonas de la Unidad Deportiva Lomas de Zapopan, se procedió al retiro de grafiti que había en bardas y paredes, y se pintaron estos espacios para que los usuarios dispongan un mejor uso en sus actividades deportivas y recreativas.



### **Programa de Mantenimiento Integral de Espacios Deportivos**

**Avances del mes de Noviembre de 2019**

**Unidad Deportiva**

**“Parque Zapopan, Caz”**

Reparación lámpara del pasillo principal.





**Unidad Deportiva**  
**“Jardines De Nuevo México”**

**Colonos apoyando en la pintura.**



**Unidad Deportiva**  
**“Tabachines”**

Se realizó cambio de chapa puertas.







**Unidad Deportiva**  
**“San Juan de Ocotán”**

Reparación bomba e hidroneumático



**Unidad Deportiva**  
**“La Estrella”**

Instalación de Reflectores.







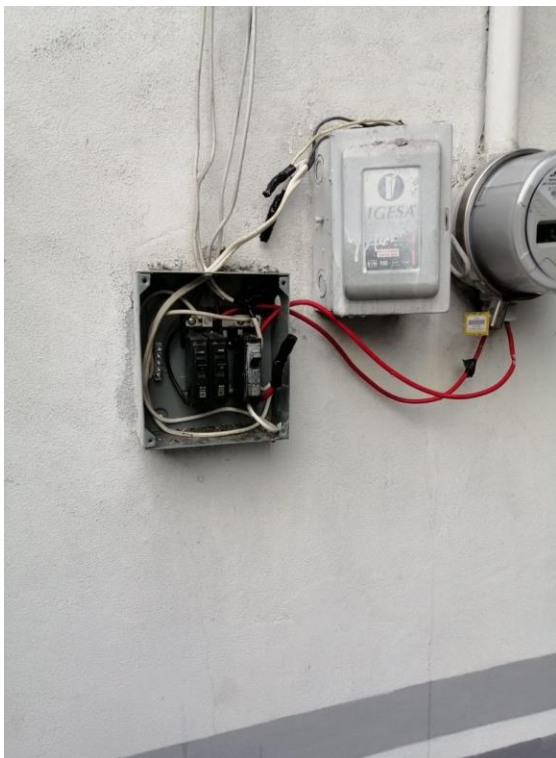
**Unidad Deportiva**  
**“Ángel El Zapopan Romero Llamas”**  
**Alberca de Rehabilitación**

Se realizó la reparación del aire acondicionado.



**Unidad Deportiva**  
**“La Estrella”**

Se realizó instalación eléctrica para habilitar oficina base zona IV

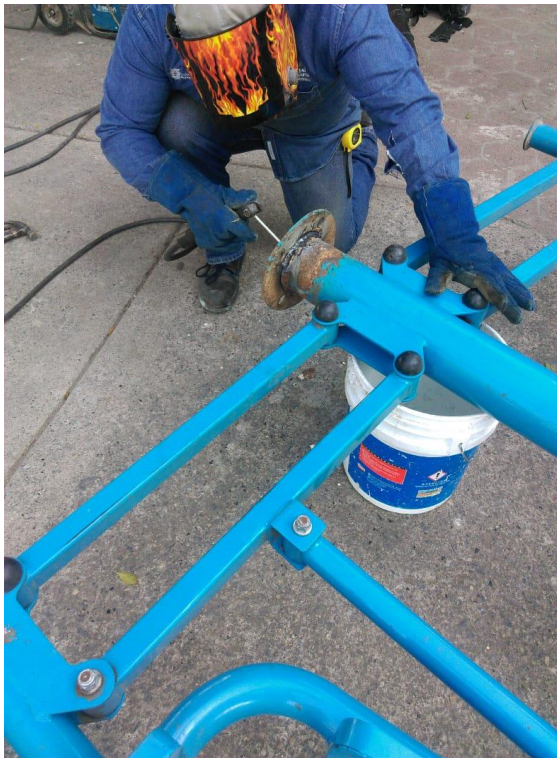




**Unidad Deportiva**

**“Miramar”**

Reparación de aparatos de ejercicio y juegos



**Unidad Deportiva**

**“Parque Zapopan, Caz”**

Reparación de colchones en gimnasia.



**Unidad Deportiva**





**“Santa Lucía”**

Reparación de puerta e instalación de chapa.



**Mantenimiento Ordinario**  
**Noviembre del 2019**

Unidades Atendidas	
Número de visitas	167
Limpieza de Baños	1267
Basura Recolectada	75 ton.
M2 de Desbroce	80900
M2 de Limpieza	247500
No. de servicios de Mto. Diversos realizado	34





## Avances del mes de Diciembre de 2019

### Unidad Deportiva

#### “La Estrella”

Evento homenaje a José Sulaiman.



Reparación de Reflectores.

### Unidad Deportiva

#### “El Polvorín”



Reparación de Reflectores.





**Unidad Deportiva**  
**“Miramar”**

Se pintó el gum, ingreso a la unidad y oficina.



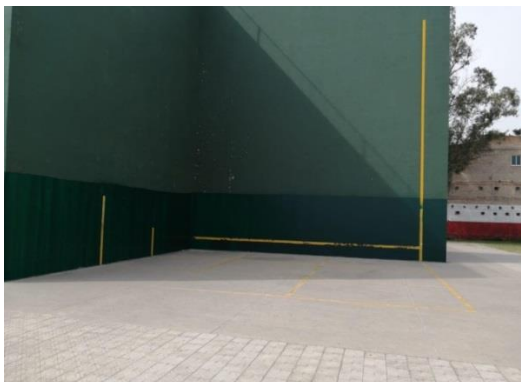
**Unidad Deportiva**  
**“Héroes Nacionales”**

Se pintó módulo y fachada de ingreso



**Unidad Deportiva**  
**“Base Aérea”**

Se pintaron canchas de frontón.





## **Unidad Deportiva "Villas de Guadalupe"**

Evento de Entrega de Juguetes.



## **Unidad Deportiva "Arenales Tapatíos"**

Se pintaron todos los postes de los reflectores







**Parque Zapopan  
"Caz"**

Evento de "Gala de Gimnasia" en el Gimnasio de usos múltiples.



**Mantenimiento Ordinario  
Diciembre del 2019.**

Unidades Atendidas	
Numero de visitas	188
Limpieza de Baños	800
Basura Recolectada	75 ton.
M2 de Desbroce	11500
M2 de Limpieza	189700
No. de servicios de Mto. Diversos realizado	9



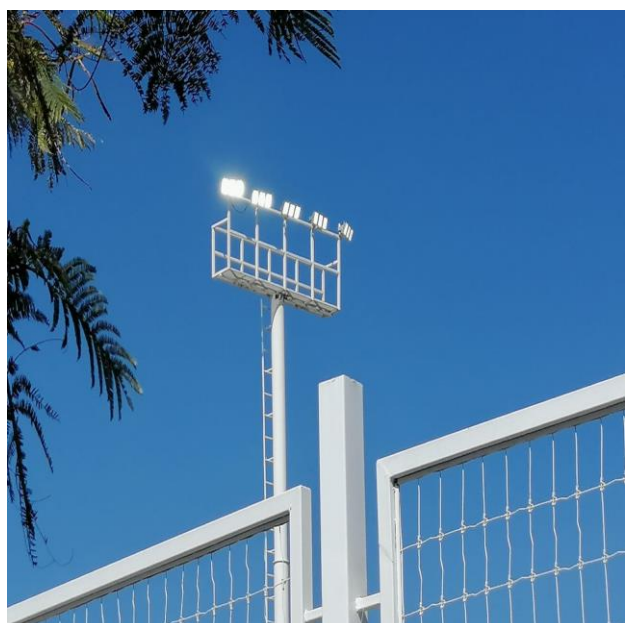
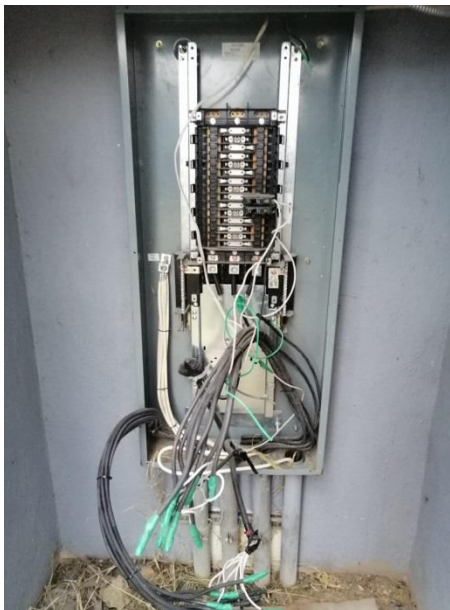
**Programa de Renovación Integral de Espacios Deportivos**  
**Avances del mes de Enero de 2020**  
Unidad Deportiva "República"

Se reparó juego infantil.



Unidad Deportiva "Ángel el Zapopan Romero, Tabachines"

Se instalaron Interruptores térmicos para la cancha de futbol americano.





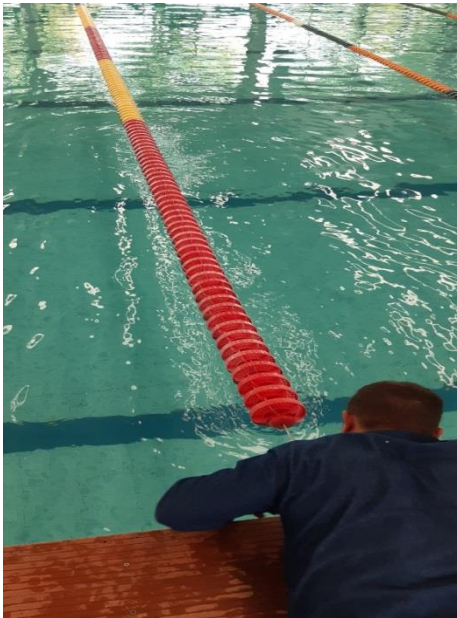
Unidad Deportiva “Santa Margarita”

Se reparó línea de las lámparas en cancha de fútbol 11.



Unidad Deportiva “Parque Zapopan, Caz.”

Se realizó reparación de carriles.

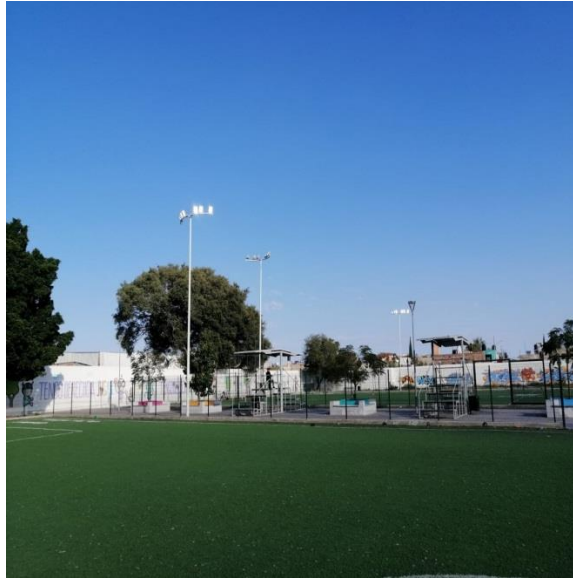






### Unidad Deportiva “San Juan de Ocotán”

Se cambió cableado, no encendían las lámparas.



### Unidad Deportiva “Santa Ana Tepetitlán.”

Se realizó limpieza profunda.





### Unidad Deportiva “Parque Zapopan”

Se repararon y pintaron los medalleros.



### Unidad Deportiva “Tesistán”

Se realizó poda general.







Unidad Deportiva “Parque Zapopan, Caz”

Se reparó tubo de agua caliente.



Unidad Deportiva “Parque Zapopan, Gaf.”

Se pintaron los tubos del techo.







Unidad Deportiva “Lagos del Country”

Poda general.



Unidad Deportiva “Base Aérea”

Poda general.







Unidad Deportiva “Paseos del Sol”

Se realizó cambio de reja perimetral.



Unidad Deportiva “El Polvorín”

Se reparó bomba que alimenta de agua a la unidad.



Mantenimiento Ordinario

Enero de 2020

Unidades Atendidas	
Numero de visitas	239
Limpieza de Baños	874
Basura Recolectada	85 ton.
M2 de Desbroce	24790
M2 de Limpieza	186320
No. de servicios de Mto. Diversos realizado	10



## **Dirección de Unidades y Campos Deportivos**

**FEBRERO 2020**

### **Programa de Renovación Integral de Espacios Deportivos**

#### **Unidad Deportiva "Base Aérea"**

Se pintó fachada de la bodega.



#### **Unidad Deportiva "Parque Zapopan, Caz"**

Mantenimiento antes y después para la realización del evento.







**Unidad Deportiva “Arcos de Zapopan”**

Se realizó reparación de malla perimetral



**Unidad Deportiva “Residencial Moctezuma”**

Se realizó reparación de juegos







**Unidad Deportiva “Parque Zapopan, Caz”**

Se realizó cambio de lona informativa



**Unidad Deportiva “Centro Cultural Altagracia”**

Se fabricó zapatera (personal del taller de herrería)

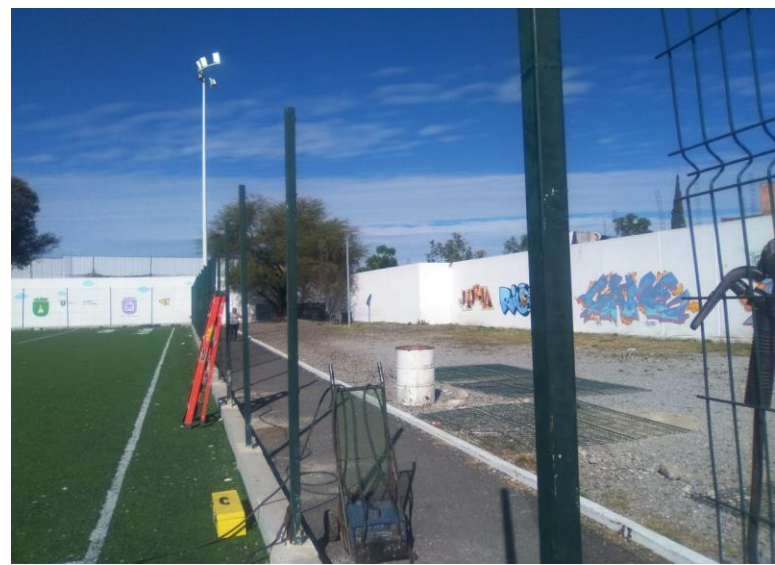






**Unidad Deportiva “San Juan de Ocotán”**

Se reparó y colocó reja-acero



**Unidad Deportiva “Parque Zapopan, Caz”**

Recarga y colocación de extintores



**Unidad Deportiva “Paseos del Briseño”**

Colocación de barrotes faltantes







## Unidad Deportiva “El Polvorín”

Se realizó reforestación



## Unidad Deportiva “Parque Zapopan, Caz”

Mantenimiento antes y después de la realización del evento.







**Unidad Deportiva “Parque Zapopan, Taller”**

Se repararon medalleros para eventos.



**Mantenimiento  
Ordinario  
Feb. del 2020.**

Unidades Atendidas	
Numero de visitas	391
Limpieza de Baños	820
Basura Recolectada	75 ton.
M2 de Desbroce	67200
M2 de Limpieza	233700
No. de servicios de Mto. Diversos realizado	32



**Dirección de Unidades y Campos Deportivos**  
**Programa de Renovación Integral de Espacios Deportivos**

**Marzo 2020**

**Unidad Deportiva**

**“Paseos del Sol”**

Renovación de sanitarios en su totalidad.



**Unidad Deportiva**

**“Tecolandia”**

Se realizó limpieza, desbroce y reforestación.







## Unidad Deportiva

### “Parque Zapopan”

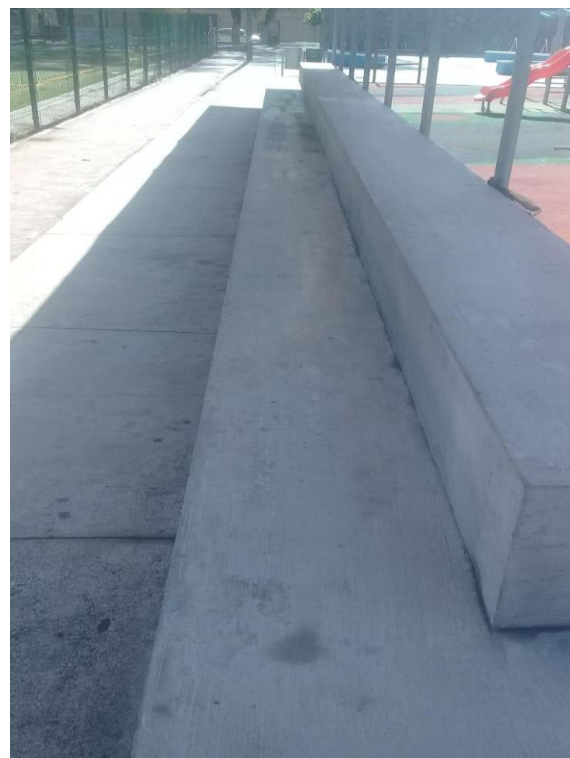
Se realizó segunda fumigación del Centro Acuático Zapopan, Gimnasio de Acondicionamiento Físico y Gimnasio de Usos Múltiples.



## Unidad Deportiva

### “Miguel de la Madrid”

Se realizó limpieza general.

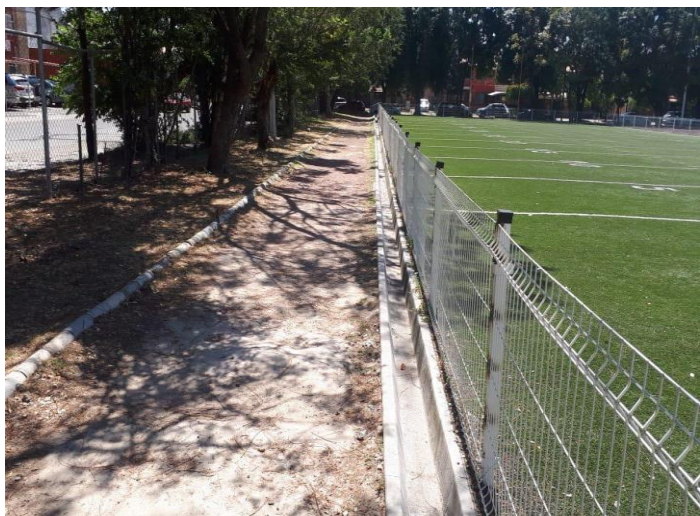






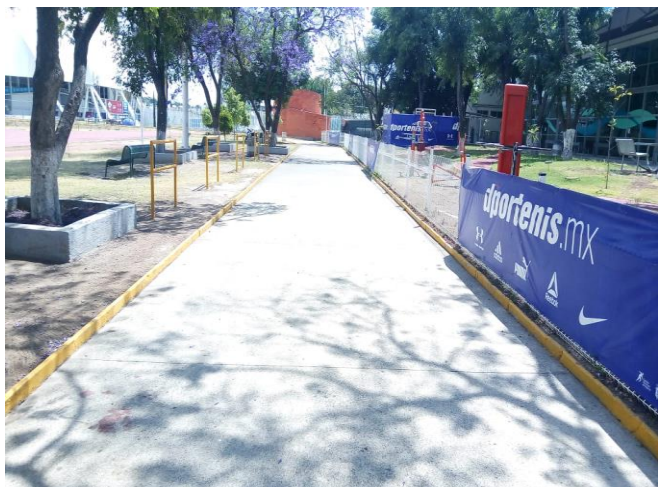
**Unidad Deportiva**  
**“Paseos del Sol”**

Se realizó limpieza general.



**Unidad Deportiva**  
**“Parque Zapopan, Centro Acuático Zapopan”**

Se realizó limpieza general.







**Unidad Deportiva**  
**“Base Aérea”**

Se realizó limpieza y desbroce.



**Unidad Deportiva**  
**“El Polvorín”**

Mantenimiento antes y después de la realización del evento.

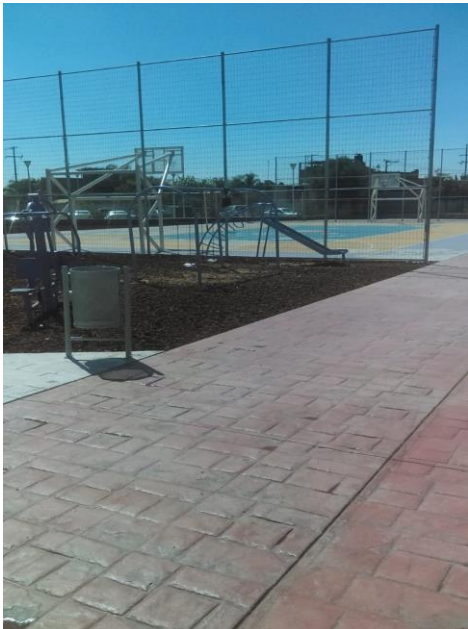






**Unidad Deportiva**  
**“Santa Lucía”**

Se realizó limpieza general.



**Unidad Deportiva**  
**“Paseos del Sol”**

Se realizó limpieza general.







**Cierre de unidades por Contingencia**

Santa Lucía y Lomas de Tabachines.



**Cierre de unidades por Contingencia.**

El Polvorín y Casino Tepeyac.





# Mantenimiento Ordinario Marzo del 2020

Unidades Atendidas	
Numero de visitas	185
Limpieza de Baños	540
Basura Recolectada	50 ton.
M2 de Desbroce	38800
M2 de Limpieza	155230
No. de servicios de Mto. Diversos realizado	12

## Dirección de Unidades y Campos Deportivos

### Programa de Renovación Integral de Espacios Deportivos

#### Unidad Deportiva

#### “Paseos del Sol”

Se realizó limpieza general.

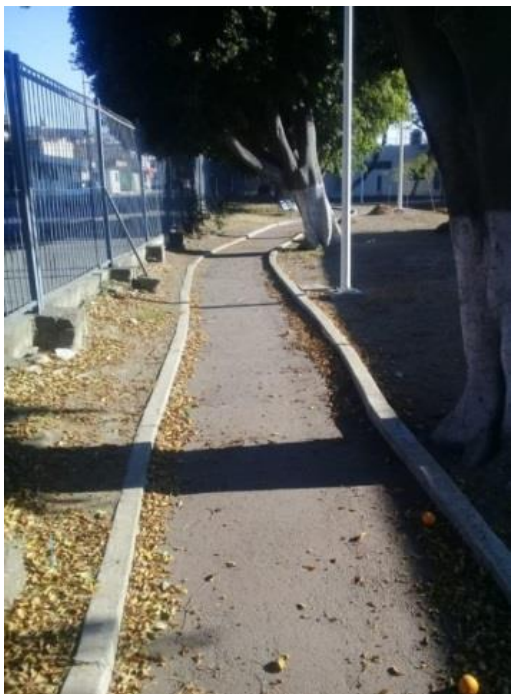






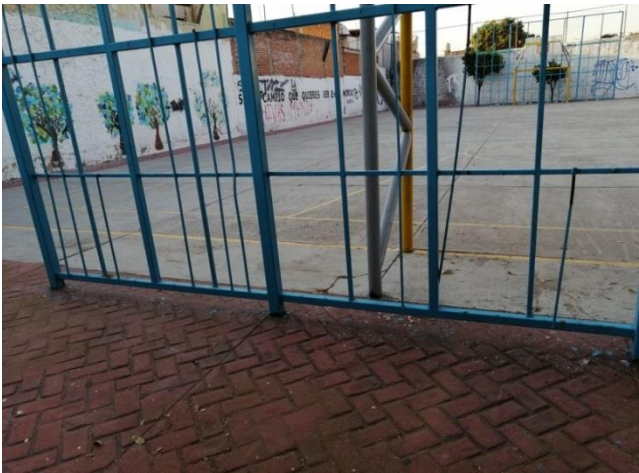
**Unidad Deportiva**  
**“Miramar”**

Se realizó limpieza general.



**Unidad Deportiva**  
**“La Aurora”**

Se realizó limpieza general.





**Unidad Deportiva**  
**"V́ctor Hugo"**

Se realiz3 limpieza general.



**Unidad Deportiva**  
**"Jardines del Auditorio"**

Se realiz3 limpieza general.

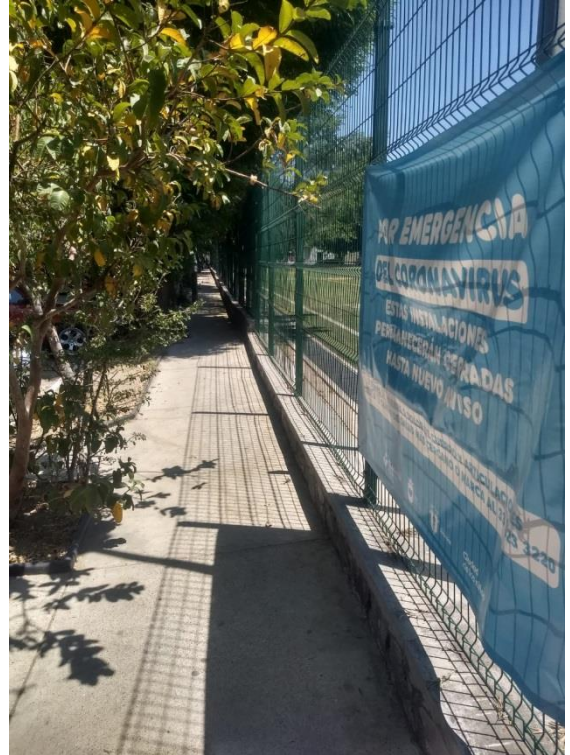
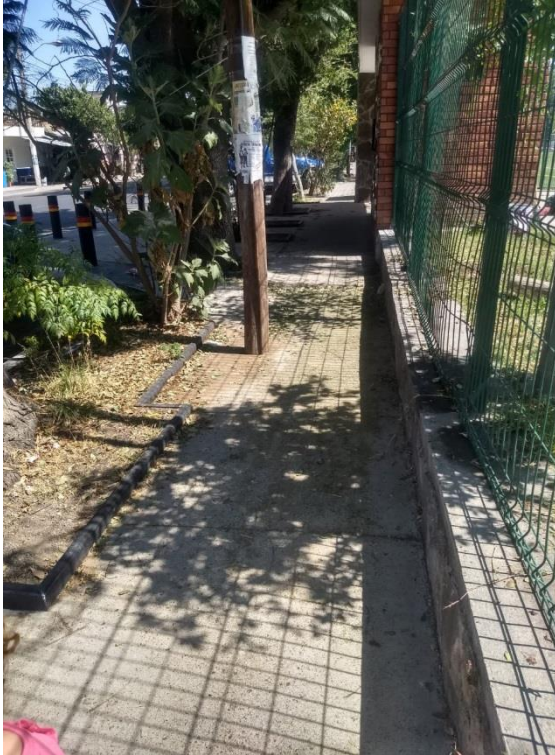






**Unidad Deportiva**  
**“Santa María del Pueblito”**

Se realizó limpieza general.



**Unidad Deportiva**  
**“San Juan de Ocotán, Campos Hidalgo”**

Se realizó limpieza general.

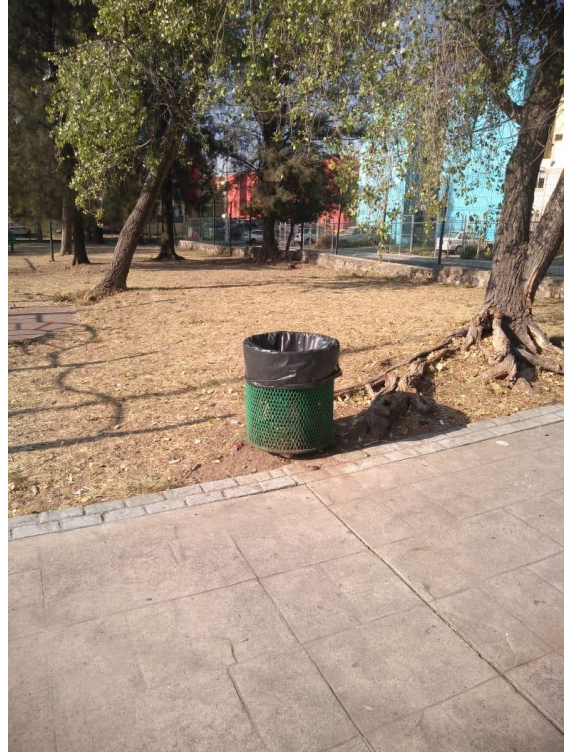
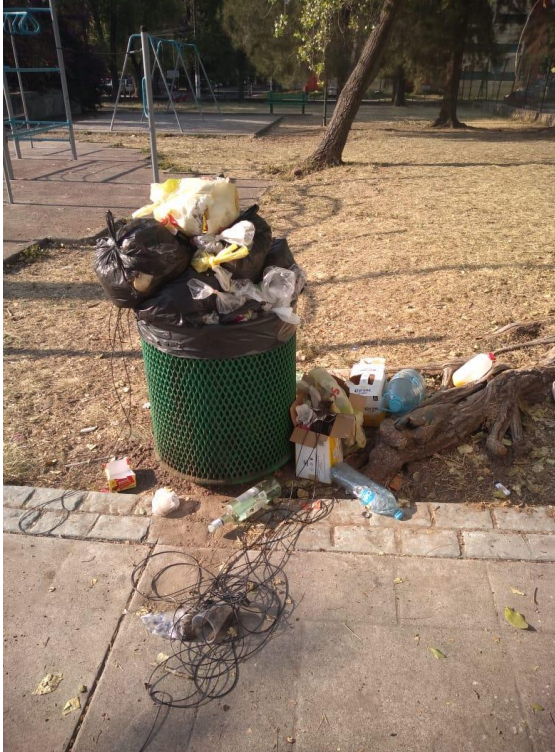






**Unidad Deportiva**  
**“Moctezuma Tepeyac”**

Se realizó limpieza general



**Unidad Deportiva**  
**“Benito Juárez”**

Se realizó limpieza general







**Unidad Deportiva  
"Santa Lucia"**

Se realizó renovación (balizamiento) de cancha de usos múltiples.

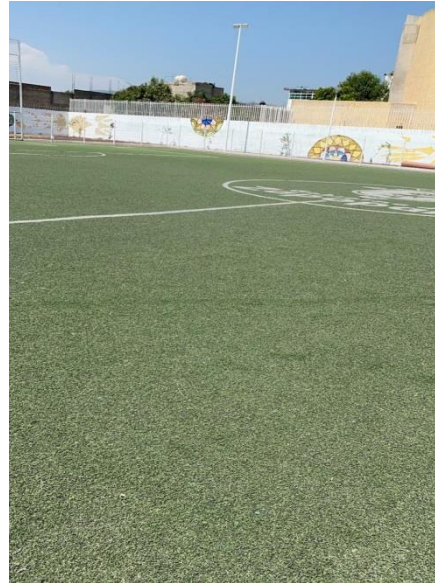


**Mantenimiento  
Ordinario  
Abril. del 2020**

Unidades Atendidas	
Numero de visitas	26
Limpieza de Baños	33
Basura Recolectada	08 ton.
M2 de Desbroce	7600
M2 de Limpieza	23100
No. de servicios de Mto. Diversos realizado	0



**Mayo de 2020**  
**Programa de Renovación Integral de Espacios Deportivos**  
**Unidad Deportiva**  
**“Arenales Tapatíos”**



Se realizó mantenimiento correctivo a la cancha de fútbol.

**Unidad Deportiva**  
**“Jardines del Vergel”**



Se realizó limpieza general.





## Unidad Deportiva

### “La Martinica”



Se realizó limpieza general.

## Unidad Deportiva

### “Villas de Guadalupe”



Se realizó limpieza general.



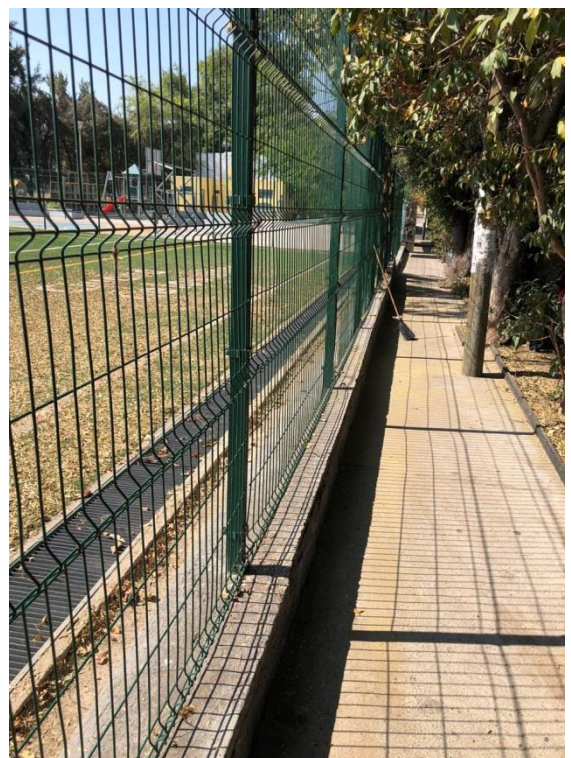


**Unidad Deportiva**  
**“Arcos de Zapopan.”**



Se realizó limpieza general.

**Unidad Deportiva**  
**“Santa María del Pueblito”**



Se realizó limpieza general.



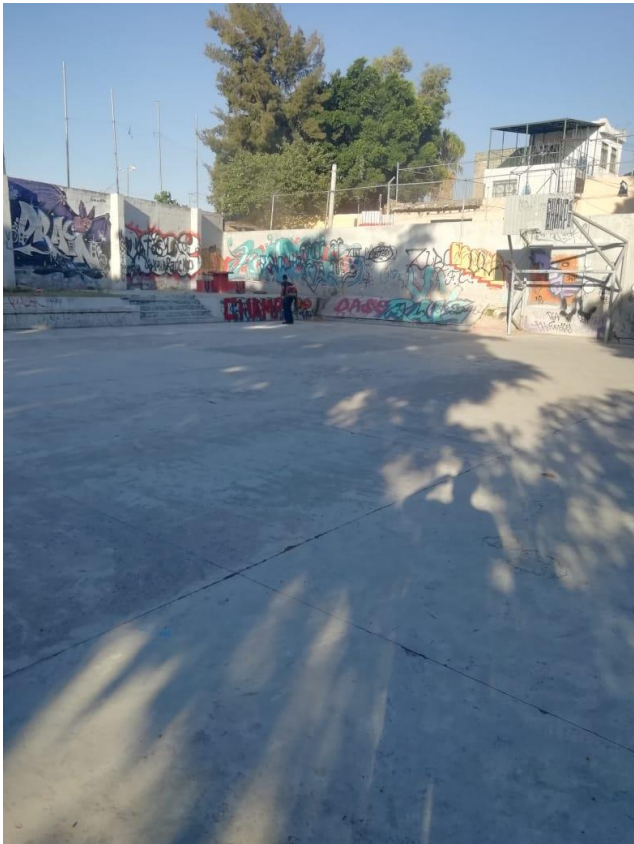


**Unidad Deportiva**  
**“Santa Lucía”**



Se realizó limpieza y poda general.

**Unidad Deportiva**  
**“Atemajac”**

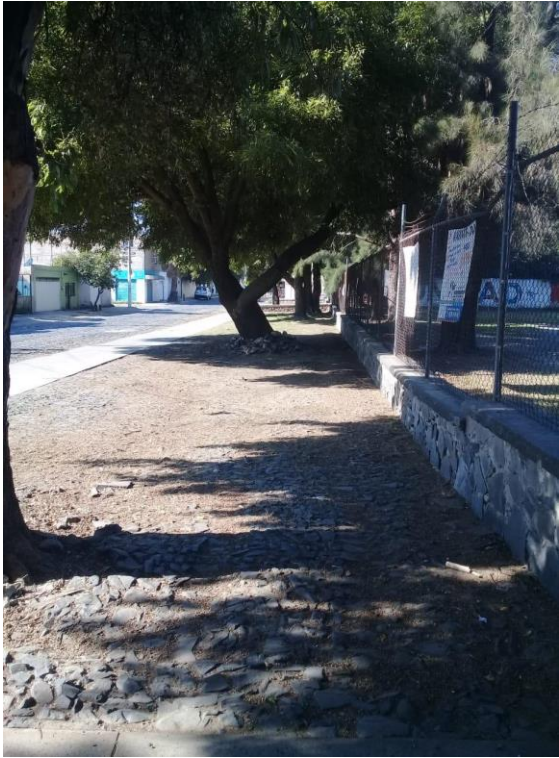






Se realizó limpieza general.

**Unidad Deportiva**  
**“El Briseño”**



Se realizó limpieza general.

**Unidad Deportiva**  
**“Marcelino García Barragán”**



Se realizó limpieza general.



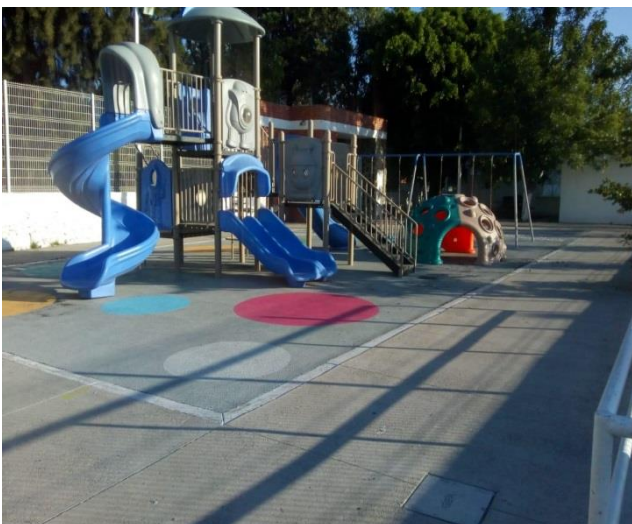


**Unidad Deportiva**  
**“Villas de Nuevo México”**



Se realizó limpieza y poda general.

**Unidad Deportiva**  
**“La Tuzanía”**



Se realizó limpieza general.



## Unidad Deportiva

### “Paseos del Sol”



Se realizó limpieza general.

## Unidad Deportiva

### “Base Aérea”



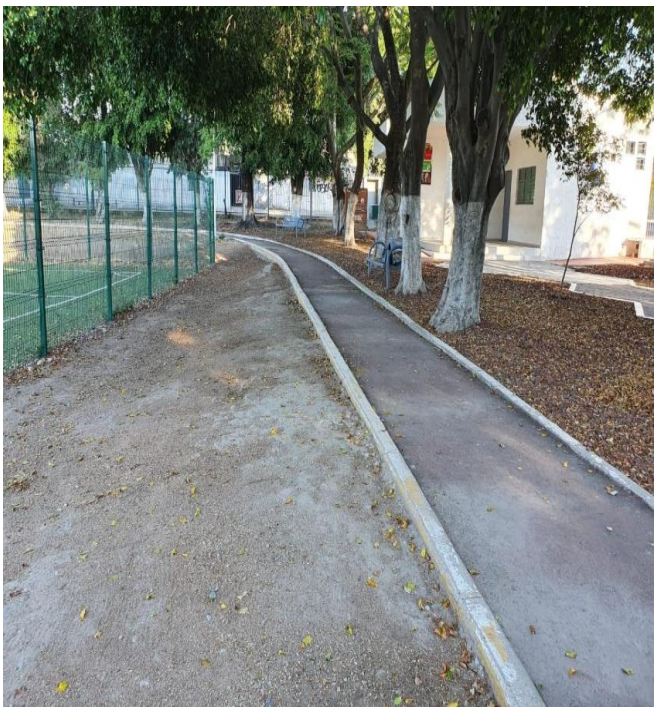
Se realizó limpieza general.





**Unidad Deportiva**

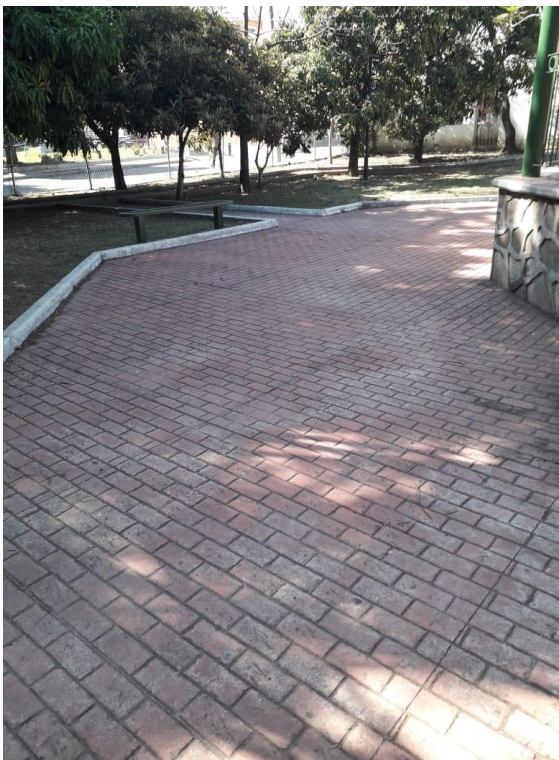
**“Miramar”**



Se realizó limpieza general.

**Unidad Deportiva**

**“Hogares de Atemajac”**



Se realizó limpieza general.





## **Unidad Deportiva**

### **"Hogares de Nuevo México"**



Se realizó limpieza general.





**Unidad Deportiva**  
**"Jardines de Nuevo México III"**



Se realizó limpieza general.

**Unidad Deportiva**  
**"Benito Juárez"**



Se realizó limpieza general.



# Mantenimiento Ordinario Mayo de 2020

Unidades Atendidas	
Número de visitas	75
Limpieza de Baños	291
Basura Recolectada	65 ton.
M2 de Desbroce	53330
M2 de Limpieza	134300
No. de servicios de Mto. Diversos realizado	2

Dirección de Unidades y Campos Deportivos

Junio de 2020

Programa de Renovación Integral de Espacios Deportivos

Avances del mes de Junio de 2020

Unidad Deportiva

“Jardines de Nuevo México”



Se realizó limpieza general.





**Unidad Deportiva**  
**“La Estrella”**



Se realizó limpieza general.

**Unidad Deportiva**  
**“Moctezuma las Pistas”**



Se realizó limpieza general.





## Unidad Deportiva

### “Las Águilas”



Se realizó limpieza y desbroce.

## Unidad Deportiva

### “Parque Zapopan, Caz”



Se realizó balizamiento en toda el área.





**Unidad Deportiva**  
**“Jardines De Nuevo México”**



Se realizó limpieza general.

**Unidad Deportiva**  
**“Ángel, el Zapopan Romero (Tabachines)”**

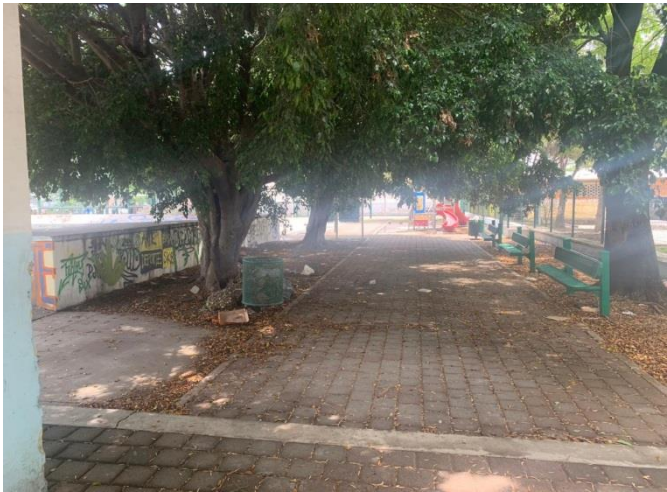


Se impermeabilizó el techo de oficinas generales.





**Unidad Deportiva**  
**“Colli Urbano”**



Se realizó limpieza general.



**Unidad Deportiva**  
**“Parque Zapopan, CAZ”**



Se pintó el área de la alberca por dentro y fuera.







**Unidad Deportiva**  
**“Ángel, el Zapopan Romero (Tabachines)”**



Se pintaron todas las bancas.

**Unidad Deportiva**  
**“Base Aérea”**

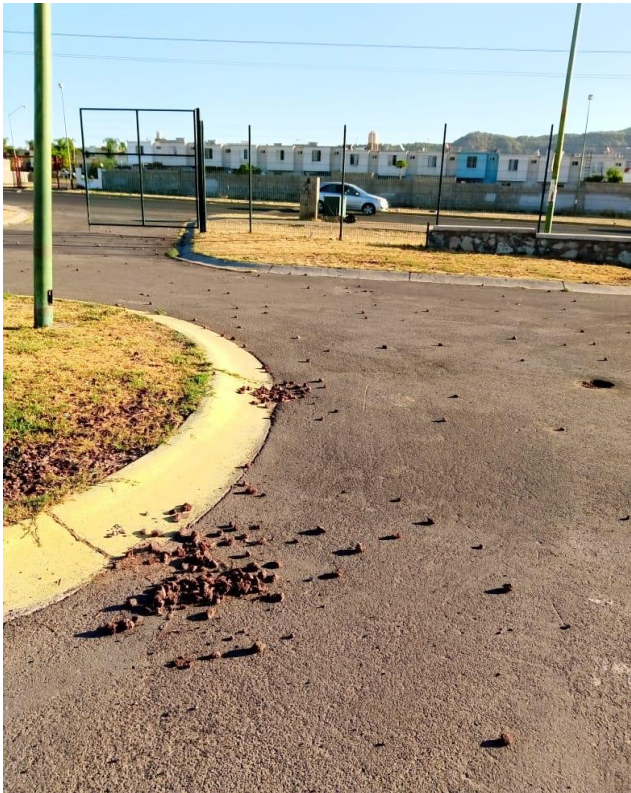


Se realizó limpieza general.





**Unidad Deportiva**  
**"Valle de los Molinos"**



Se realizó limpieza general.

**Unidad Deportiva**  
**"Parque Zapopan, CAZ"**



Se realizó mantenimiento y pintura a las bancas.



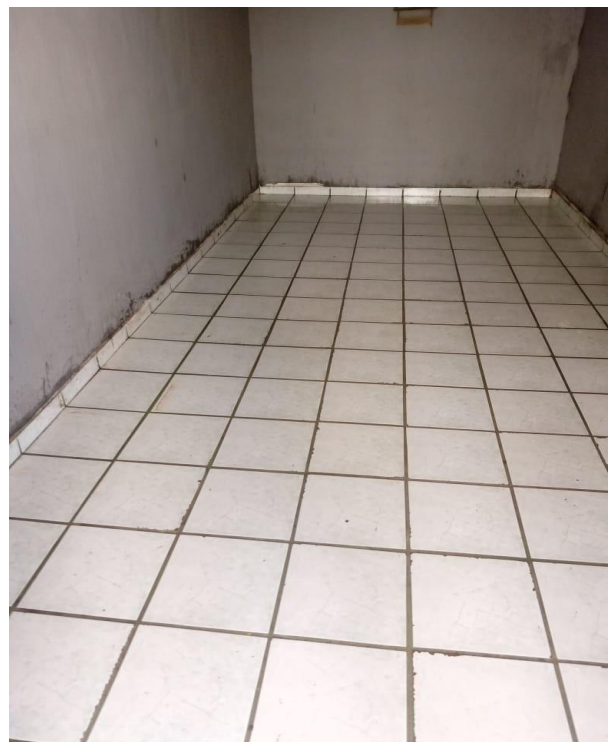


**Unidad Deportiva**  
**"Arcos de Zapopan"**



Se pintó toda la barda perimetral por dentro y fuera.

**Unidad Deportiva**  
**"Parque Zapopan, Mantto."**



Se realizó limpieza profunda en los baños.



**Unidad Deportiva**  
**“Miramar”**



Se realizó limpieza y pintura a los módulos.

**Unidad Deportiva**  
**“Base Aérea”**



Se borró grafiti a los baños y se pintaron.





**Unidad Deportiva**  
**“Hogares de Atemajac”**



Se realizó limpieza general.

**Unidad Deportiva**  
**“Santa Lucía”**



Se realizó pintura en bardas perimetrales.



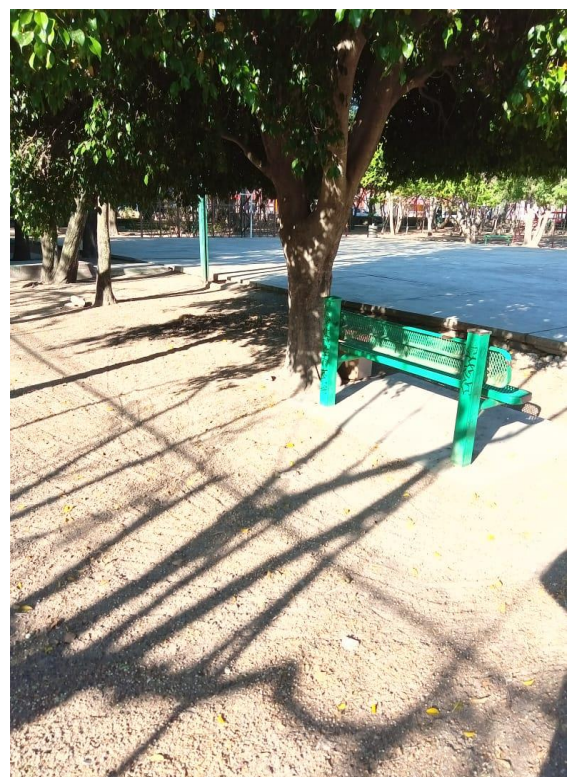


**Unidad Deportiva**  
**“Parques de Tesistán”**



Se realizó pintura a los baños.

**Unidad Deportiva**  
**“Héroes Nacionales”**



Se realizó limpieza general.





## **Unidad Deportiva "Hogares de Nuevo México"**



Se realizó limpieza general.

## **Unidad Deportiva "Parques de Tesistán"**



Se pintaron bardas perimetrales y salón de usos múltiples.



# Mantenimiento Ordinario Junio de 2020

Número de visitas	258
Unidades Atendidas	209
Basura Recolectada	80 ton.
M2 de Desbroce	13150
M2 de Limpieza	150000
No. de servicios de mttos. Diversos realizados	8





## **Dirección de Unidades y Campos Deportivos**

**Julio de 2020**

### **Programa de Renovación Integral de Espacios Deportivos**

**Avances del mes de Julio de 2020**

**Unidad Deportiva**

**“Las Águilas”**



Se realizó limpieza general y desbroce.

**Unidad Deportiva**

**“Húmedo de Nextipac”**

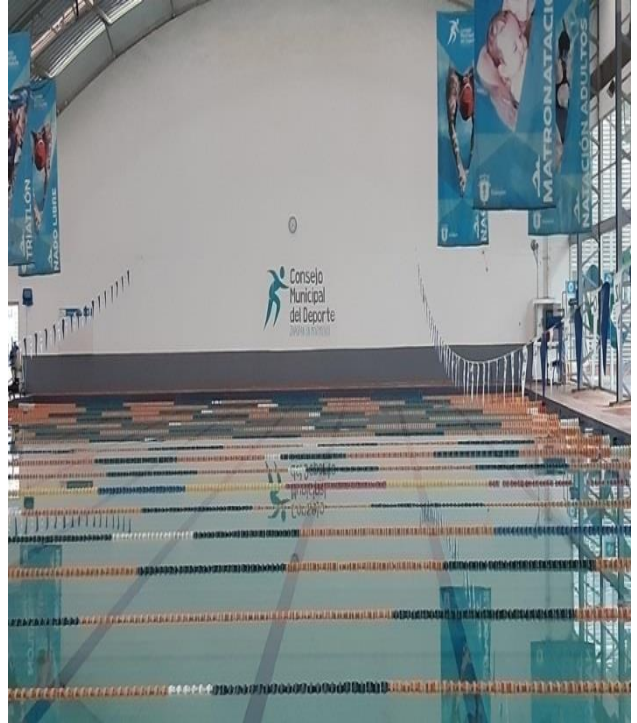


Se realizó limpieza general y desbroce.





**Unidad Deportiva**  
**“Parque Zapopan, Caz”**



Se pintó barda de la alberca.

**Unidad Deportiva**  
**“Moctezuma Residencial las Pistas”**



Se realizó limpieza general y desbroce.



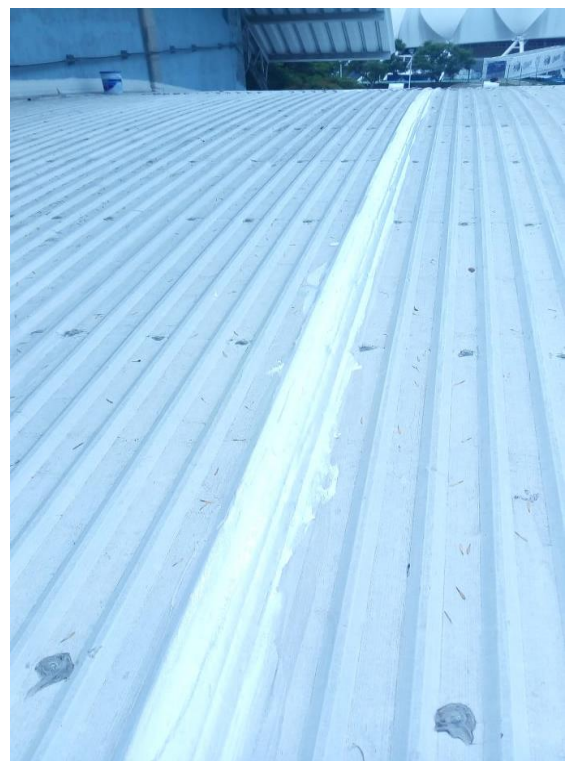


**Unidad Deportiva**  
**"Valle de los Molinos"**



Se realizó limpieza general y desbroce.

**Unidad Deportiva**  
**"Parque Zapopan, Caz"**



Se impermeabilizaron oficinas.





## Unidad Deportiva

### “Tecolandia”



Se plantaron árboles.

## Unidad Deportiva

### “Parques de Tesistán”



Se realizó desbroce.





## Unidad Deportiva

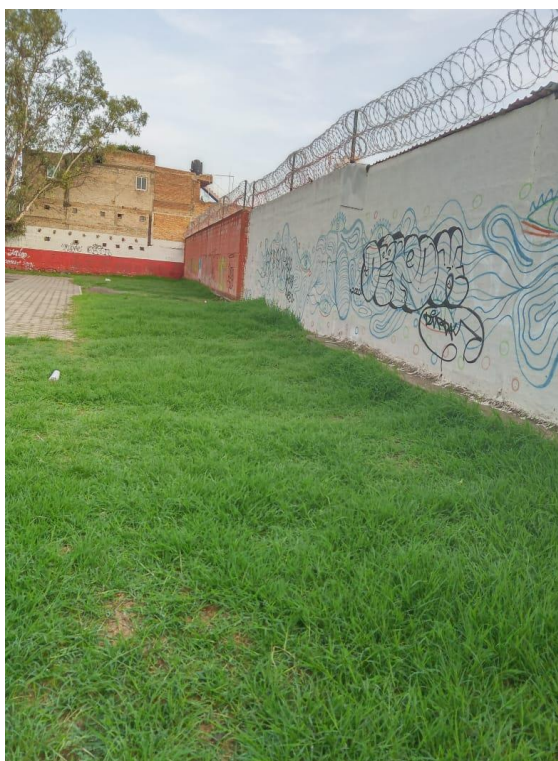
### “Santa Lucía”



Se realizó limpieza general y desbroce.

## Unidad Deportiva

### “Base Aérea”



Se realizó desbroce y pintura de barda perimetral.



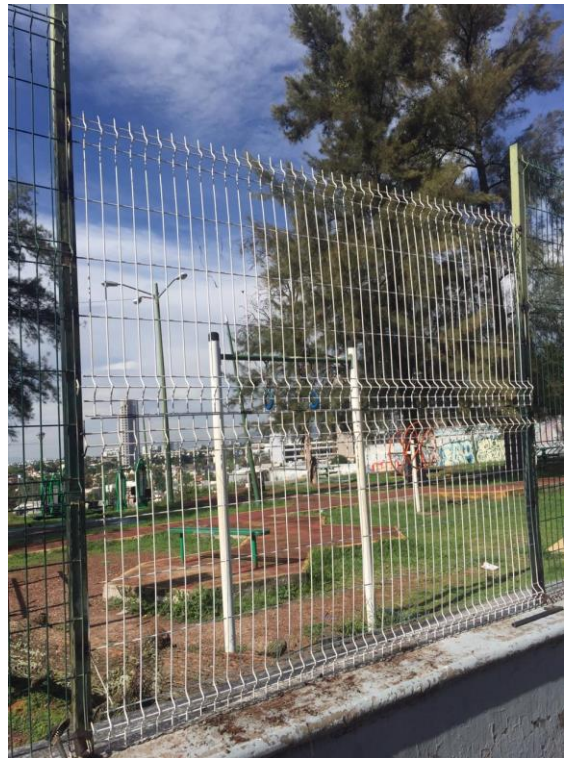


**Unidad Deportiva**  
**“Parque Zapopan, Caz”**



Se realizó limpieza de banners.

**Unidad Deportiva**  
**“Francisco Villa”**

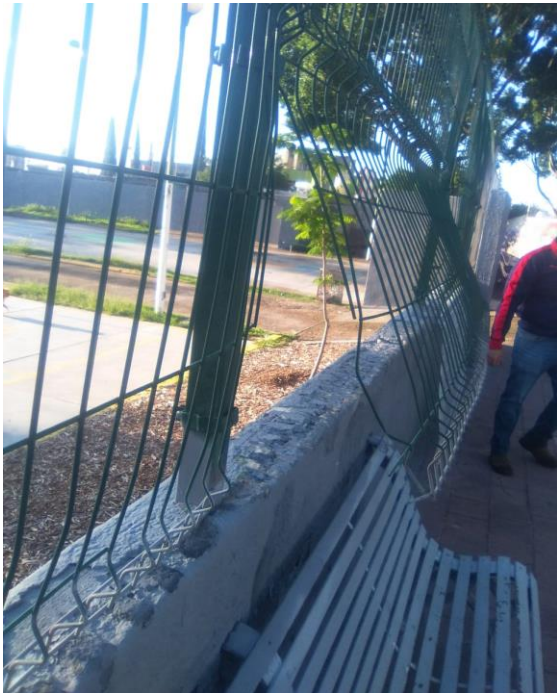


Se cambió parte de la malla perimetral.



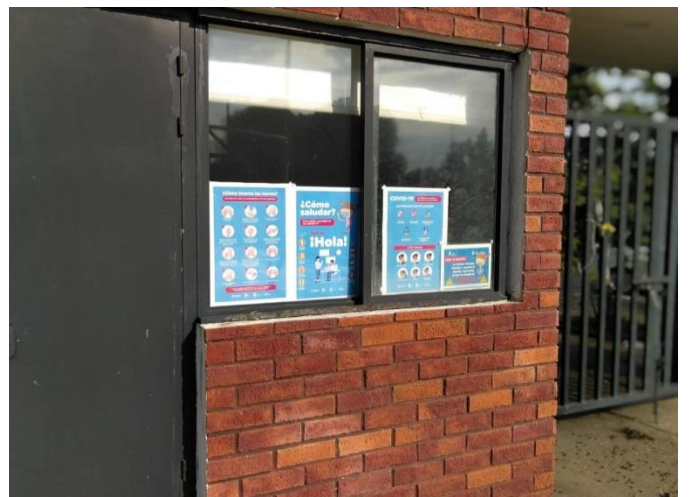


**Unidad Deportiva**  
**“Arcos de Zapopan”**



Se cambió parte de malla dañada por vándalos.

**Unidad Deportiva**  
**“Padel y Santa María del Pueblito ”**



Se colocó señalética en las unidades.



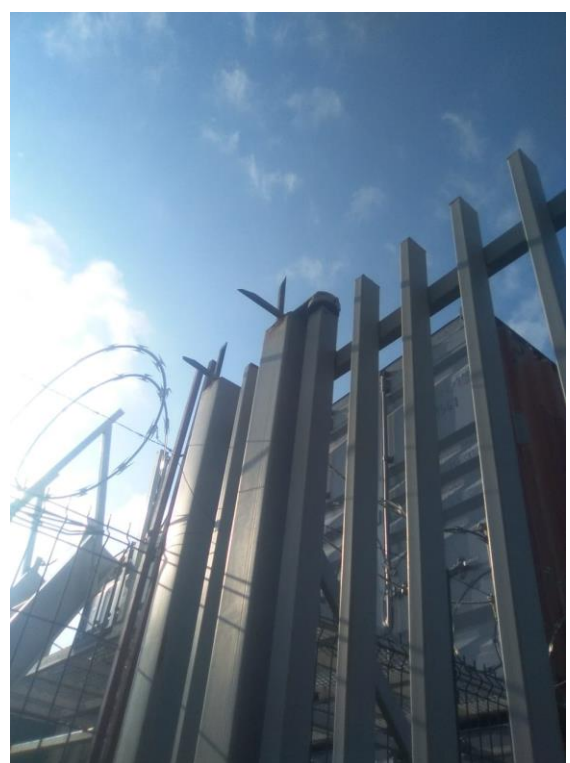


**Unidad Deportiva**  
**"Santa Ana Tepetitlán"**



Se realizó limpieza general y desbroce.

**Unidad Deportiva**  
**"Santa Margarita"**

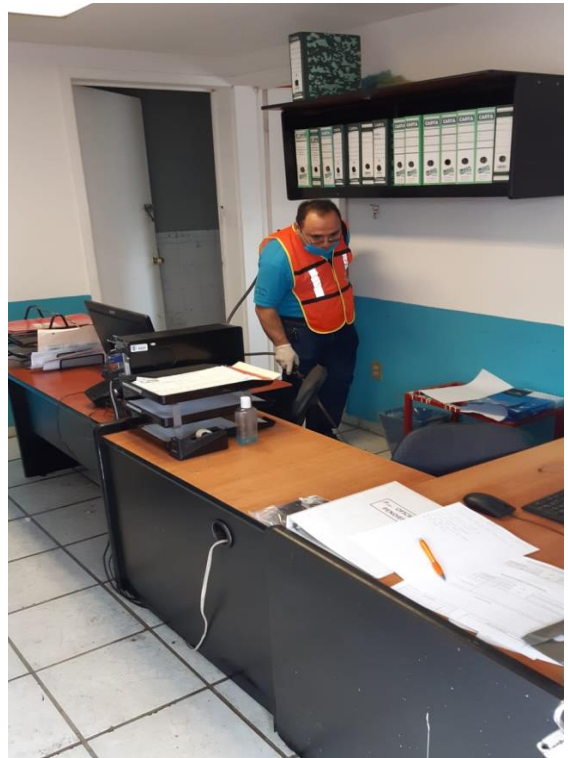
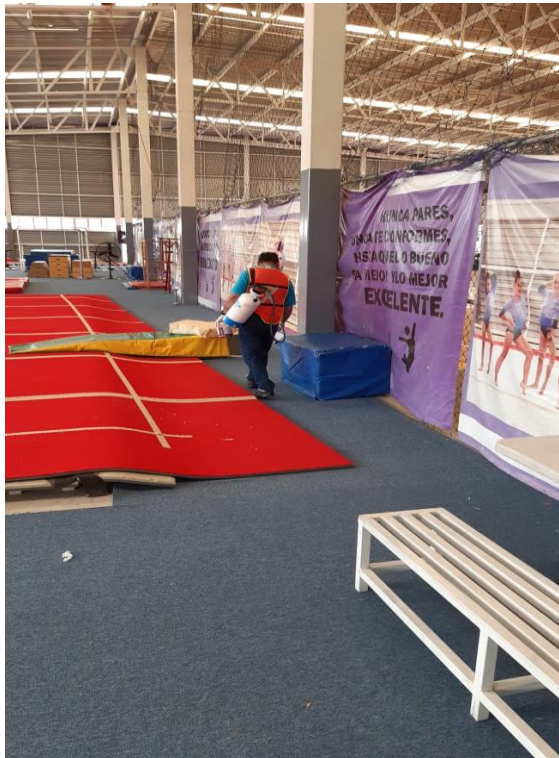


Se reforzó cancel de portón de ingreso a vehículos.





**Unidad Deportiva**  
**“Parque Zapopan, Centro Acuático Zapopan”**



Se fumigó toda la unidad.

**Unidad Deportiva**  
**“Valles de Nuevo México”**

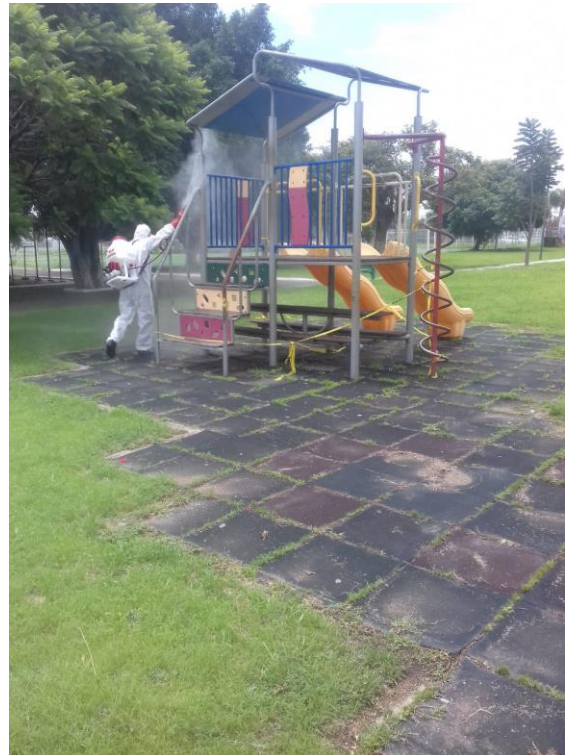


Se realizó limpieza general y desbroce.



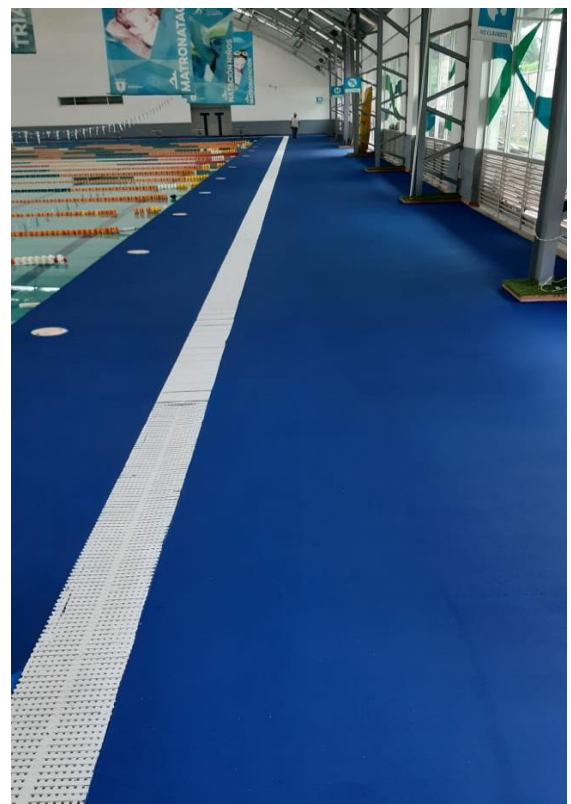
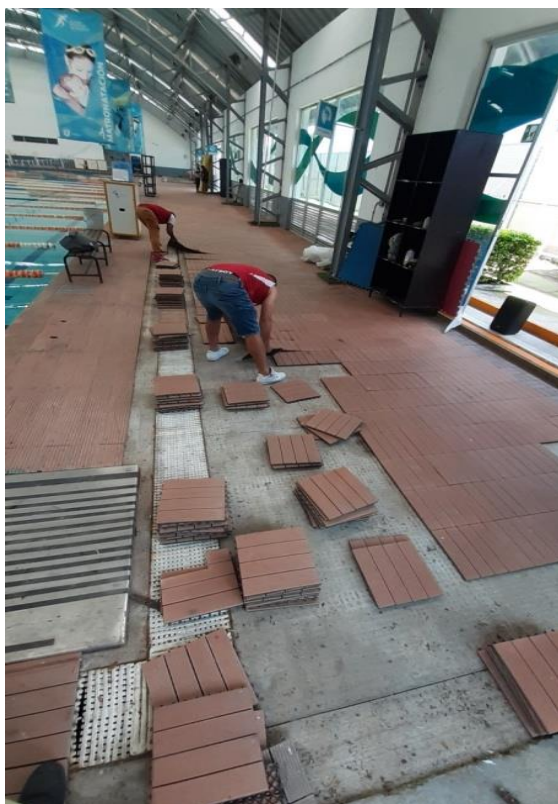


**Unidad Deportiva**  
**“Parque Zapopan, Caz y Base Aérea”**



Se sanitizaron las unidades.

**Unidad Deportiva**  
**“Parque Zapopan, Caz”**



Se removió piso de la alberca.





**Unidad Deportiva**  
**“Tabachines y Base Aérea”**



Reapertura de unidades con medidas de higiene.

**Mantenimiento  
Ordinario  
Julio  
de 2020**

Unidades Atendidas	
Número de visitas	249
Limpieza de Baños	485
Basura Recolectada	95 ton.
M2 de Desbroce	86150
M2 de Limpieza	131100
No. de servicios de Mto. Diversos realizado	26



## **Dirección de Unidades y Campos Deportivos**

**Agosto de 2020**

### **Programa de Renovación Integral de Espacios Deportivos**

**Avances del mes de Agosto de 2020**

**Unidad Deportiva**

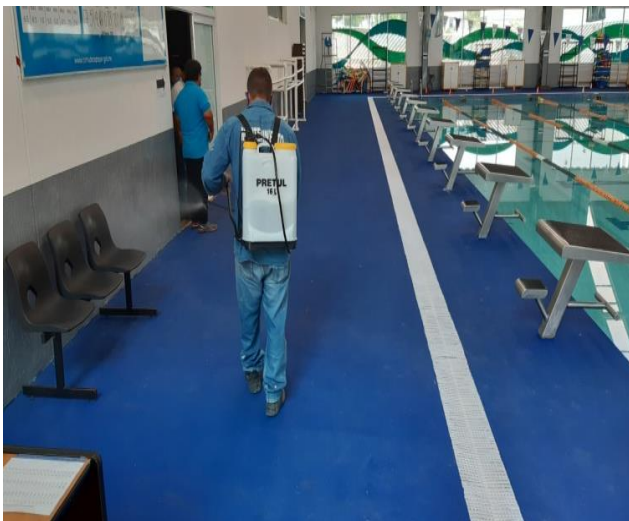
**“Miguel de la Madrid”**



Se realizó pintura de baños.

**Unidad Deportiva**

**“Parque Zapopan, Caz.”**



Sanitización de la alberca e inicio de actividades.





**Unidad Deportiva**  
**“Nuevo México”**



Se realizó pintura de bardas perimetrales.

**Unidad Deportiva**  
**“Tecolandia”**



Se realizó limpieza y desbroce.





**Unidad Deportiva**

**“Santa Lucía”**



Se realizó desazolve en las rejillas del campo de fútbol.

**Unidad Deportiva**

**“Ángel El Zapopan” Romero Llamas (Tabachines)**

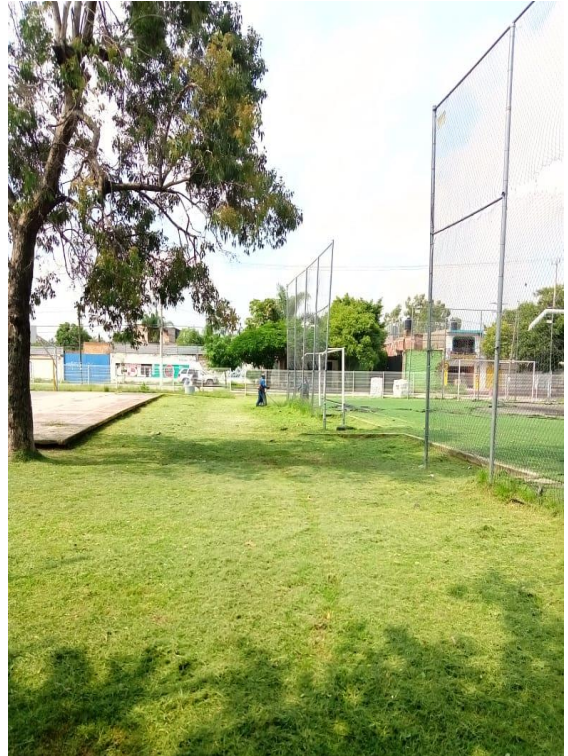


Se realizó limpieza general.





**Unidad Deportiva**  
**“Jardines de Nuevo México”**



Se realizó limpieza y desbroce.

**Unidad Deportiva**  
**“Venta del Astillero”**



Se realizó limpieza general.





**Unidad Deportiva**

**“El Mante”**



Se realizó limpieza general y desbroce.

**Unidad Deportiva**

**“Base Aérea”**



Se realizó limpieza y desbroce.





## Unidad Deportiva

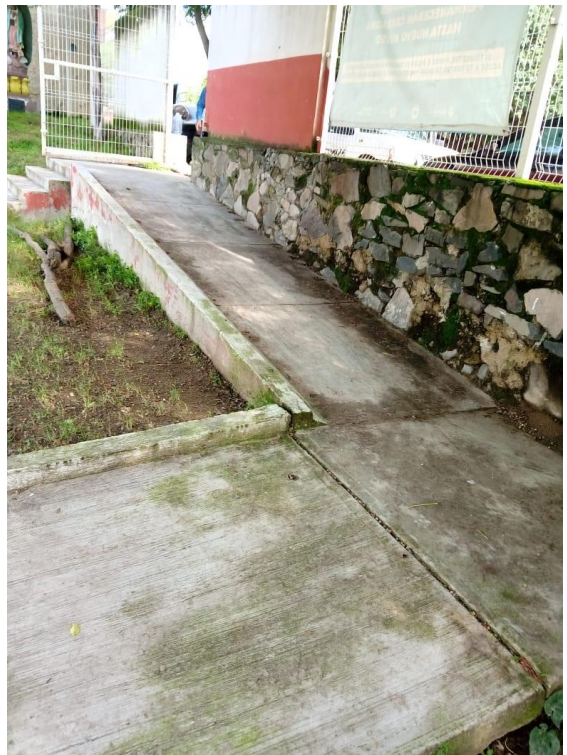
### “Collí Poblado”



Se realizó pintura de bardas perimetrales.

## Unidad Deportiva

### “La Primavera”



Se realizó limpieza general.





**Unidad Deportiva**  
**“Parque Zapopan, Box.”**



Se realizó pintura en baños.

**Unidad Deportiva**  
**“Arenales Tapatíos”**



Se realizó desazolve en cancha de futbol.



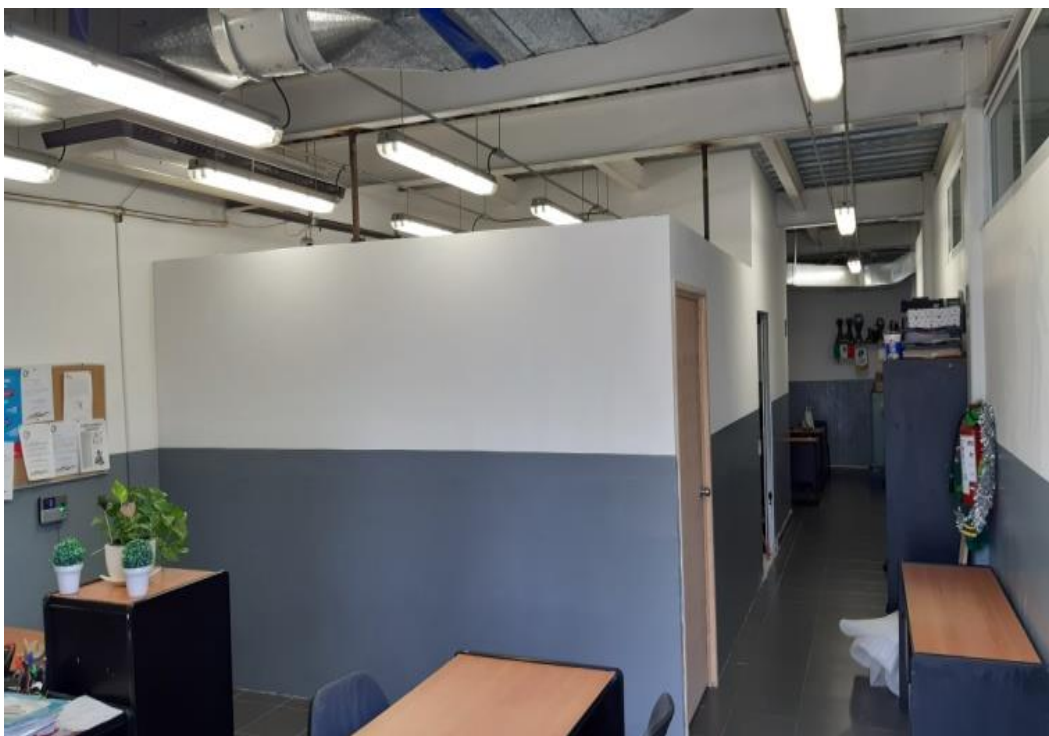


### **Unidad Deportiva "El Polvorín"**



Se realizó sanitización.

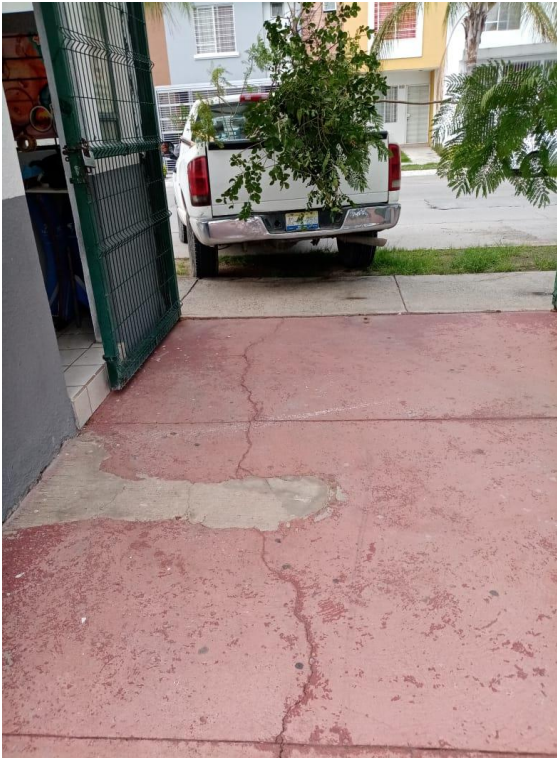
### **Unidad Deportiva "Parque Zapopan, Caz"**



Se fabricó con tabla roca oficina para el área de Adulto Mayor.



**Unidad Deportiva**  
**“Parques de Tesistán”**



Se realizó reforestación.

**Mantenimiento  
Ordinario  
Agosto  
de 2020**

Unidades Atendidas	
Número de visitas	249
Limpieza de Baños	661
Basura Recolectada	70 ton.
M2 de Desbroce	97130
M2 de Limpieza	157115
No. de servicios de Mto. Diversos realizado	36





## **Dirección de Unidades y Campos Deportivos**

**Septiembre de 2020**

### **Programa de Renovación Integral de Espacios Deportivos**

**Avances del mes de Septiembre de 2020**

**Unidad Deportiva**

**"Parque Zapopan, Box"**



Se realizó pintura en piso y muros.



## Unidad Altamira

25 de Septiembre

### Mantenimiento de unidades deportivas

Comude Zapopan continúa adelante con las labores de mantenimiento de las unidades deportivas ubicadas dentro del municipio y esta mañana una cuadrilla estuvo trabajando en la Unidad Altamira, ubicada en la colonia del mismo nombre.



## Unidad Deportiva

### “Jardines de Nuevo México”



Se realizó limpieza general y desbroce.





**Unidad Deportiva**  
**“Parque Zapopan, Mantenimiento”**



Se habilitaron y pintaron vallas para logística de eventos.

**Unidad Deportiva**  
**“Paseos del Briseño”**



Se realizó limpieza general y desbroce.





## **Unidad Deportiva**

### **“Valles de Nuevo México.”**



Se realizó limpieza y desbroce.

## **Unidad Deportiva**

### **“El Polvorín”**



Se habilitaron y pintaron las mesas para picnic.





**Unidad Deportiva**  
**“Miguel de la Madrid”**



Se realizó limpieza general y desbroce.

**Unidad Deportiva**  
**“Parque Zapopan, Gym.”**

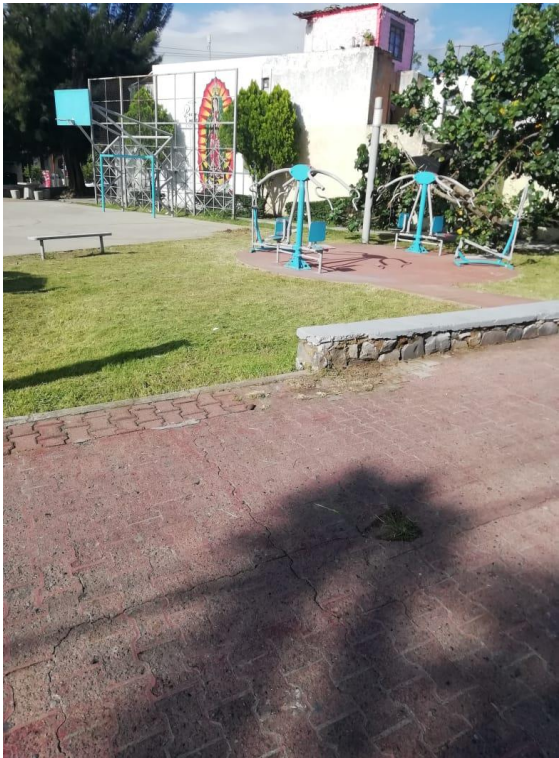


Se realizó pintura de piso y limpieza general.





**Unidad Deportiva**  
**“Altamira”**



Se realizó limpieza general y desbroce.

**Unidad Deportiva**  
**“Flores Magón”**



Borrado de grafitti.





# Mantenimiento Ordinario Septiembre de 2020

Unidades Atendidas	
Número de visitas	204
Limpieza de Baños	700
Basura Recolectada	80 ton.
M2 de Desbroce	99075
M2 de Limpieza	145550
No. de servicios de Mto. Diversos realizado	17

A T E N T A M E N T E

“Zapopan, Tierra de Amistad, Trabajo y Respeto”.

“2020, año de la Acción por el Clima, de la eliminación de la violencia  
contra las Mujeres y su Igualdad Salarial”.

Zapopan, Jalisco a 15 de Diciembre del 2020.

**Gustavo Santoscoy Arriaga**  
**Director General**