

JUDO

El Judo es camino de la flexibilidad y de la adaptabilidad, también llamado camino de la suavidad. Los múltiples beneficios son: el bienestar físico, el desarrollo de las habilidades motoras, la estimulación del pensamiento táctico, desarrolla las capacidades físicas y a pesar de que es un deporte de contacto, transmite y enseña valores como son; el respeto, la honestidad, la justicia, la tolerancia, la motivación, la solidaridad entre otros.

Para la práctica de este deporte se necesitan Tatamis (colchones o esteras para la práctica especial del Judo) sus dimensiones son de 2 m por 1m y 5 cm de espesor para absorber el impacto de las proyecciones y caídas a realizarse en ellos.

En la Historia del Judo de nuestra institución cabe mencionar nuestras representantes en el Judo Mundial:

Magaly Zerón Ávila (Corea 2006),
Marcia Arechiga Briones (Corea 2004) y
Adriana Ángeles Lozada, Taide García (Yugoslavia 2001).

Y actualmente nuestra representante universitaria en el Judo Nacional:
Andrea Fuentes Islas.

