

- Comunicado
- Ministerio de Cultura y Deportes -MCD-



30 Marzo, 2026

El Centro Deportivo y Recreativo Campos del Roosevelt, administrado por el Viceministerio del Deporte y la Recreación del Ministerio de Cultura y Deportes de Guatemala, llevó a cabo la tarde del jueves 26 de marzo su primera prueba de CrossFit cronometrado, en la que participaron usuarios de diferentes grupos y edades, quienes vivieron una jornada llena de energía, esfuerzo y superación personal.

Participación y energía en cada circuito

Alrededor de 150 personas se dieron cita en las instalaciones del centro deportivo, donde, bajo la guía del instructor José Ayala, realizaron diversos circuitos físicos enfocados en evaluar su resistencia, fuerza y condición física general.

La actividad permitió a los participantes retarse a sí mismos, medir su progreso y fortalecer habilidades

físicas a través de ejercicios dinámicos y exigentes, en un ambiente de motivación y compañerismo.

«Más de 150 personas unificadas en una clase llena de alegría y esfuerzo físico, mostrando sus capacidades físicas en una prueba de CrossFit de campo, unidos por sus categorías para alcanzar sus metas en nuestras clases», explicó Ayala.

Deporte para el bienestar integral

Este tipo de iniciativas fomenta la constancia en la práctica deportiva y promueve estilos de vida saludables entre los usuarios del centro, quienes encuentran en estas actividades un espacio para mejorar su bienestar físico y mental.

El Ministerio de Cultura y Deportes, a través del Viceministerio del Deporte y la Recreación, continúa promoviendo espacios que impulsan la actividad física y el bienestar integral de la población, generando oportunidades para que personas de todas las edades fortalezcan su salud, desarrollen sus capacidades y adopten estilos de vida activos.

DESCARGAR ARCHIVOS (XLS y/o CSV)

- CrossFit
- Ministerio de Cultura y Deportes
- Deportes y Recreación
- Campos del Roosevelt

Source URL:

<http://209.126.109.93/comunicado/campos-del-roosevelt-pone-prueba-la-resistencia-con-jornada-de-crossfit-29>

List of links present in page

- <http://209.126.109.93/comunicado>
- <http://209.126.109.93/ministerio-de-cultura-y-deportes-mcd>
- <http://209.126.109.93/crossfit>
- <http://209.126.109.93/ministerio-de-cultura-y-deportes>
- <http://209.126.109.93/deportes-y-recreacion>
- <http://209.126.109.93/campos-del-roosevelt>