



**Normas APA**

**Plataforma  
DIGITAL E-LIBRO**

**NUEVOS  
Convenios  
EMPRESARIALES**

**TCU  
LUGARES DONDE HACERLO**



Afiliada a:



Carreras autorizadas  
y reconocidas por el CONESUP





## Normas APA

para la confección de Referencias Bibliográficas  
según American Psychological Association (APA)  
6<sup>ta</sup> Edición

Las normas de la American Psychological Association son hoy en día uno de los estándares más reconocidos para la transmisión del conocimiento científico y académico. Desde que sale a luz el primer esbozo de las normas, hasta el presente, APA se ha convertido en un extenso manual para la divulgación del trabajo científico en todas las áreas del conocimiento.

### FORMATO PARA LA PRESENTACIÓN DE TRABAJOS

Tipo de letra: Times New Roman.

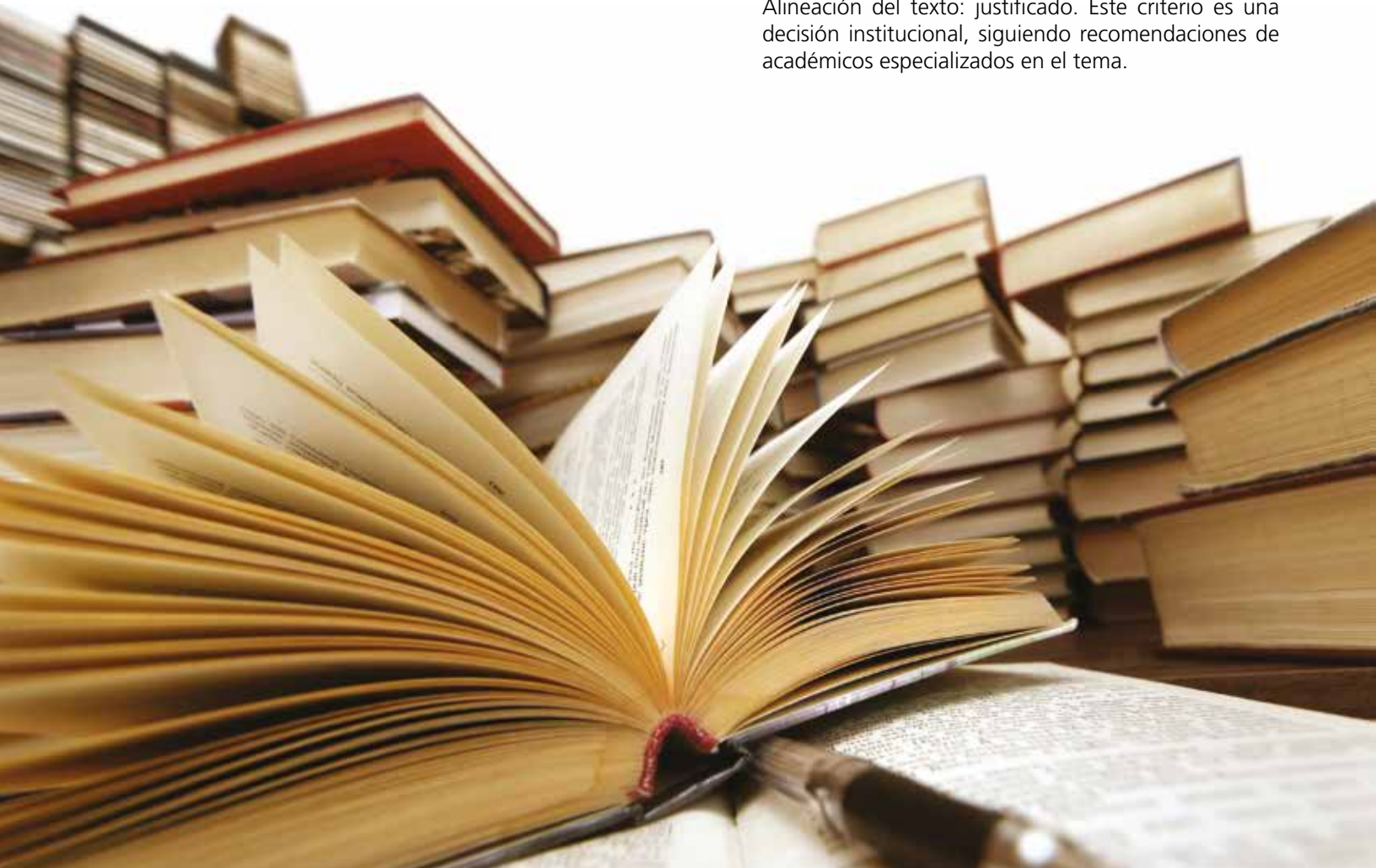
Tamaño de letra: 12.

Interlineado: a doble espacio (2,0), para todo el texto con única excepción en las notas a pie de página.

Márgenes: 2,54 cm por todos los lados de la hoja.

Sangría: marcada con el tabulador del teclado o a 5 espacios.

Alineación del texto: justificado. Este criterio es una decisión institucional, siguiendo recomendaciones de académicos especializados en el tema.



### Ley sobre Derechos de Autor y Derechos Conexos (6683): ¿Cómo se sanciona el plagio?

El artículo 7, de la Ley de Derechos de Autor y Derechos Conexos (Costa Rica, 2007) indica que:

Toda persona puede utilizar, libremente, en cualquier forma y por cualquier proceso, las obras intelectuales pertenecientes al dominio público; pero si fueren de autor conocido no podrá suprimirse su nombre en las publicaciones o reproducciones, ni hacer en ellas interpolaciones, sin una conveniente distinción entre el texto original y las modificaciones o adiciones editoriales. (p.10)

Cualquier infracción a la Ley de Derechos de Autor de la República de Costa Rica, es sancionada penal y civilmente.

## La referenciación

Este apartado cuenta con ejemplos de referencias que cumplen con las normas de estilo de la American Psychological Association (APA). Aquí se ilustran los tipos más comunes de referencias.

### Indicaciones generales

- Todas las referencias deben aparecer ordenadas por orden alfabético. Cuando existen referencias con el mismo autor, se ordenan del más antiguo al más nuevo.
- Presente el apellido y las iniciales del nombre del autor. En caso de dos autores se separan por "&". Si son más de dos autores, se separan los nombres con coma, y entre el penúltimo y último se pone "&".
- Los autores institucionales se indican con sus nombres completos.
- Si la obra no tiene autor, el título se coloca en el lugar del autor.
- La lista de referencias debe presentarse a doble espacio y con sangría francesa a partir del segundo renglón de la referencia.

## Citación de referencias en el texto

### Cita directa de las fuentes (textual)

Citas de menos de 40 palabras:  
Las citas de dos líneas o menos (40 palabras) también conocidas como "citas cortas", se deben incorporar en el texto usando comillas y colocando el número de la página.

#### **Ejemplo:**

Se puede constatar que "las actividades en el laboratorio de psicología, como apoyo en la formación de psicólogos resultan casi de obligatoria referencia" (Cerchiaro, Consuegra y Sabogal, 2009, p.19).

### Citas de más de 40 palabras

Las "citas largas" o de más de cuarenta (40) palabras, deben separarse del texto y se omiten las comillas. Comience el bloque de citas en un nuevo renglón y aplique en el margen izquierdo una sangría de aproximadamente 2.54 cm. Todas las citas deberán ir a doble espacio.

#### **Ejemplo:**

Actualmente, cualquiera que sea la profesión o carrera técnica que se escoja, se va a requerir el dominio del idioma inglés. Abstraerse de esa realidad implica cerrarse las puertas a la actualización de los conocimientos, con el riesgo evidente de ser desplazado por otros individuos mejor preparados. Hay países con población gigantesca que hoy se preparan muy en serio para competir por los empleos. Volviendo a Oppenheimer (2006), podemos citar algunos de sus datos acerca del caso de China:

Parece un chiste pero en este preciso instante hay más niños estudiando inglés en China que en los EEUU. China ha lanzado un programa masivo de enseñanza de inglés en todas las escuelas del país. Mientras en China el programa escolar de estudio intensivo de inglés empieza en el tercer grado de la primaria en casi todos países de América Latina la enseñanza obligatoria de inglés comienza en 7mo. ... La enseñanza de inglés en China fue una decisión política del gobierno, hizo que fuera obligatoria en todas las escuelas. La gente participa porque sabe que si uno [sic] habla inglés le será más fácil encontrar un buen empleo. (p. 324).



# Citación de referencias en el texto

## Cita de fuentes secundarias (indirecta)

Cuando un autor ha citado a otro en su trabajo, y se quiere tomar esa misma idea para el documento que se está redactando. Se menciona la fuente citada por el otro autor, pero se hace la cita del documento que se está consultando.

### Ejemplo:

El embarazo en las adolescentes está relacionado con varios factores, entre los cuales se pueden destacar el bajo nivel educativo, extracto social, poco o nulo conocimiento de métodos de protección o anticonceptivos, familia extendida (Duarte, 1967, citado por Taborda, 2010, p.19).

## Citas parafraseadas

Corresponde a tomar las ideas de otro autor para incluirlas en el trabajo en desarrollo. No lleva comillas.

### Ejemplo:

La construcción de la identidad se puede dar en dos escenarios, la que está fuera de la pantalla y la virtual, ya que al entrar en comunidades virtuales se crean identidades igualmente virtuales, que varían según los contextos de ese mundo en la pantalla. (Turkle, 1997, p. 225).

## Proceso de citación: 3, 4 y 5 personas autoras

- Se cita el primer apellido de todas las personas autoras la primera vez que aparezcan en el texto.
- En las citas subsecuentes se incluye solo el apellido del primer autor o autora seguido de la abreviatura et al. (sin cursivas y con un punto después de al).

## Proceso de citación: 6 y 7 personas autoras

- En el texto se cita el primer apellido de la primera persona autora seguido de et al. Desde la primera vez que aparece y las veces subsecuentes.

## Libro con un autor

Autor, A. A. (Año). *Título de la publicación* (Edición). Localidad: Editorial.

### Ejemplo:

Delgado, D. (2012). *Planeamiento didáctico en la Educación Preescolar* (3a. ed.). San José, Costa Rica: EUNED.

## Libro con autor institucional

Ministerio de Salud & Organización Panamericana de la Salud. (2008). *Indicadores básicos de Costa Rica 2007*. San José, Costa Rica: El Ministerio.

## Tesis

Apellido, A.A. & Apellido, A.A. (Año de publicación). *Título de la tesis* (Tesis de licenciatura, maestría o doctoral inédita). Institución, Lugar.

### Ejemplo:

Fallas, G. (2017). *Fortalezas, oportunidades y amenazas del proceso de cobro que se implementa en la empresa Técnicos en Telecomunicaciones S.A.L. de octubre 2015 a setiembre 2016* (Tesis inédita de licenciatura). Universidad de Cartago Florencio del Castillo, San José, Costa Rica.

## Artículo de Revista

Autor, A. A. (Año). Título del artículo. *Título de la revista*, volumen (Número), páginas.

### Ejemplo:

Rojas, J. (2008). Innovación tecnológica en el mercado del fitness. *Revista UCA Profesional*, 1(1), 26-30.

## Libro con más de un autor

Cepeda, I., Lacalle, M., Simón, J. R. & Romero, D. (2008). *Economía para ingenieros*. México: Thomson.

### Más de seis autores:

Incluya los nombres de los 6 primeros, después añada puntos suspensivos y agregue el nombre del último autor.

### Ejemplo:

Navarro, M., Lladó, D., Murillo, W., Guízar, R., Cepeda, I., Barrantes, D., ...Monge, R. (2012). *Gestión escolar*. México: Palibrio

## Artículo de periódico impreso

Autor, A. A. (día, mes y año). Título del artículo. *Nombre del periódico*, páginas.

### Ejemplo:

Murillo, W. (30 de noviembre 2012). Confianza de consumidores crece. *La República*, p. 8.

# Medios electrónicos

Artículo de periódico digital	Libro electrónico
<p>Murillo, W. (30 de noviembre 2011). Confianza de consumidores crece. <i>La República</i>. Recuperado de <a href="http://www.larepublica.net/app/cms/www/index.php?articulo=16328">http://www.larepublica.net/app/cms/www/index.php?articulo=16328</a></p>	<p>Apellido, A.A. (Año de publicación). <i>Título del libro</i>. Recuperado de (dirección electrónica).</p> <p><b>Ejemplo:</b> Dorantes, F. &amp; Gómez, M, (2014). Derecho fiscal. Recuperado de <a href="https://ebookcentral.proquest.com/lib/bibliotecaucasp/detail.action?docID=3227844&amp;query=DERECHO#">https://ebookcentral.proquest.com/lib/bibliotecaucasp/detail.action?docID=3227844&amp;query=DERECHO#</a></p>
Revista electrónica	Libro electrónico con DOI
<p>Apellido, A.A. (Año de publicación). Título del artículo. <i>Título de la revista</i>, volumen (número), páginas. Recuperado de (dirección electrónica).</p> <p><b>Ejemplo:</b> Coto, J. (2017). Normas Internacionales de Formación. <i>Entre Contadores</i>, 1(1), 10-12. Recuperado de <a href="https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/09/EntreContadores-Revista-1.pdf">https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/09/EntreContadores-Revista-1.pdf</a></p>	<p><b>Ejemplo:</b> Díaz, M. (2014). <i>Atención básica al cliente</i>. doi: 10.1036/0737300795</p>

## UCA: Primera U privada en brindar Ing. Informática en Cartago

*Carrera se imparte por primera vez en grado de bachillerato y licenciatura, por una universidad privada.*

Si sos de Cartago y querés estudiar la carrera de Ingeniería Informática, sin tener que dejar tu provincia, te contamos que la Universidad Florencio del Castillo está estrenando esta carrera en los grados de bachillerato y licenciatura. Lo cual los convierte en primer centro de educación superior, privado, en brindar ambos grados académicos.

Tras varios estudios y análisis, los funcionarios de la universidad lograron identificar que había un latente necesidad de que se impartiera esta carrera en la zona; esto, tanto para los habitantes de Cartago, que en su mayoría debían emigrar para diferentes zonas a estudiar, como para los empleadores.

*“El programa de estudios de esta carrera, nació en la era digital y es uno de nuestros principales diferenciadores. Es por ello, que nuestra promesa con nuestros estudiantes es que brindarle todos las herramientas necesarias para que al salir de aquí, tengan toda la capacidad de desarrollar sistemas o software y hablen inglés, como su segundo idioma”, detalló Luis Garita Pacheco, director de la Carrera en la UCA.*

Excelencia que hace la diferencia. La Universidad Florencio del Castillo, dispone para esta carrera un grupo de profesores altamente calificados, un laboratorio con gran cantidad de equipos, con los programas más novedosos en el mercado, lo cual se complementa con sus precios accesibles, la dedicación exclusiva de la U con la carrera y su búsqueda constante de superar las expectativas de sus estudiantes.

Cabe resaltar, que esta carrera cuenta con el respaldo y aprobación del CONESUP.

### Perfil Profesional

El profesional en ingeniería informática está en capacidad de dominar aspectos teóricos-prácticos de:

- Diseño de base de datos
- Redes de computadoras
- Telecomunicaciones
- Arquitectura básica y sistemas operativos
- Inteligencia artificial
- Auditoria de sistemas
- Administración de proyectos basado en Project Management Institute, etc.
- Diseño y gestión de proyectos empresariales para el emprendedurismo.
- Desarrollar las habilidades de pensamiento analítico y gerencial, para la gestión y la resolución de conflictos en la organización.

### Mercado Laboral

El profesional en ingeniería informática es poseedor de conocimientos y calificaciones técnicas de competencia, motivaciones y está en capacidad de responder a los requerimientos del mercado tales como:

- Medios de comunicación de masas
  - En el sector de entretenimiento
  - Empresas y organizaciones privadas
  - Entidades financieras
  - Instituciones que brindan servicios de salud
  - Proyectos de emprendedurismo
  - Docencia e investigación en su área de disciplinar
- Actualmente la universidad también está en completa disposición de atender a todos los estudiantes que quieran llegar a convalidar sus materias, para apuntar a un crecimiento de un más alto nivel, en la UCA.



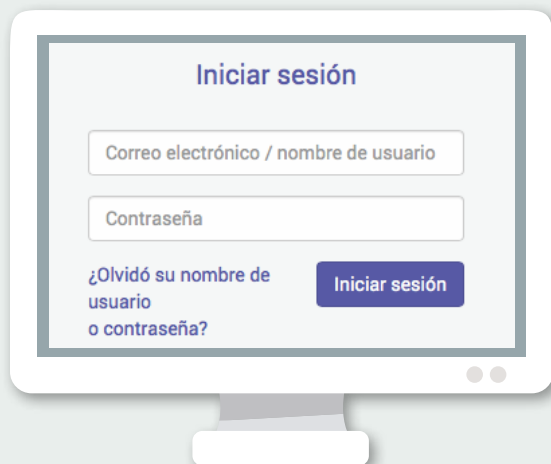
## ¿EN QUÉ CONSISTE?

Es una plataforma que contiene más de 80.000 documentos a texto completo entre ellos, libros, artículos, investigaciones científicas y tesis doctorales de todas las disciplinas académicas.

## FORMA DE INGRESO

1. Ingreso al sitio web de la universidad: [www.uca.ac.cr](http://www.uca.ac.cr)
2. Ingreso a la sección BIBLIOTECA
3. Ir a E-book

## ACCESO REMOTO



The screenshot shows a login form titled 'Iniciar sesión'. It contains two input fields: 'Correo electrónico / nombre de usuario' and 'Contraseña'. Below the fields, there is a link that says '¿Olvidó su nombre de usuario o contraseña?' and a blue button labeled 'Iniciar sesión'.

Le recordamos que puede ingresar desde cualquier lugar con el siguiente acceso:

**Usuario:** número de cédula

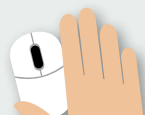
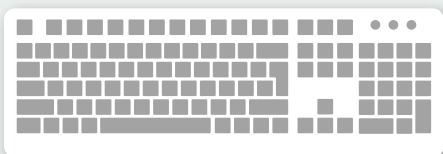
**Contraseña:** Primera **Letra** del primer apellido en **mayúscula** seguido de los últimos **4 dígitos** de su cédula (separadas con 0) y las letras **UCACR** (en mayúscula).

### EJEMPLO:

Apellido: **M**artínez

Usuario: **301110555**

Contraseña: **M0555UCACR**



## Características de la plataforma:

### Acceso simultáneo:

Siempre disponible, instantáneo y dinámico, con el buscador más sofisticado del mercado.



### Descarga de contenidos:

Para diferentes dispositivos que sean compatibles con Adobe Digital Editions. Bluefire para lectura en dispositivos móviles iOS y Android.



### Investigación avanzada:

e-Libro / Recursos Adicionales: Diccionario de la RAE, enciclopedias, biografías, mapas, bibliografía, en tiempo real. Herramientas tales como: Señaladores, resaltadores, anotaciones, etc.







# Empresas con CONVENIOS

Empresas que unen para ofrecer a sus asociados oportunidades de crecimiento profesional, con un descuento en el costo de las materias\*.

## ¿Cómo puedo aplicar para un descuento?

Cada cuatrimestre, al realizar la matrícula debes presentar en el Departamento Financiero o en tu sede respectiva, una constancia que indique eres miembro de la entidad que te brinda el beneficio.

**Notas:** Aplican restricciones. • Únicamente para materias regulares. • El descuento no es acumulativo. • Aplica para todas las sedes. • Aplica para pagos de contado.

Si requiere financiamiento, consulte al teléfono 2551-1895.

## ¿Cómo puede mi empresa obtener este beneficio para sus colaboradores?

El primer paso es que el encargado de convenios de la empresa interesada, envíe un mensaje a [convenios@uca.ac.cr](mailto:convenios@uca.ac.cr), manifestando su interés. Posteriormente se le guiará paso a paso.

Beneficios para el asociado, conyugue e hijos.

\* Incluye todas las carreras en los niveles de Bachillerato, Licenciatura, Maestría y UCA English.

Para más información visitar la página web de la UCA y en las empresa con la que se tiene el convenio.





# ¿Ya tienes aprobado el 50% de tu carrera? Es momento de ir pensando en tu TCU

## LUGARES PARA HACER TCU

INSTITUCIÓN	CONTACTO	TELÉFONO
Alfalit Costa Rica	Carolina Villaroel	8735-4494
Asociación del Adulto Mayor de Santa Lucía	Rita Aguilar Campos	8525-5129
Fundación Pro-jóvenes con Parálisis Cerebral	Ana Isabel Rodríguez	2222-3833
Asociación Pro-niños con parálisis Cerebral María Auxiliadora	Dania Venegas	2552-0323
Hogar Casa de Pan	Melba Jiménez	2240-7529
Sinem San Rafael de Oreamuno	Jeffrey Chavarría	8306-4646
Asociación de Atención Integral del Anciano San Juan de Dios	Shirley Ortega	2259-1305
Asociación Comedor Infantil Sederos de Luz	Eileen Umaña Martínez	2283-4370
Asociación Cartaginesa de Atención a Ciudadanos de la Tercera Edad	Ruth Rivera Víquez	2591-4012
Centro Diurno Paraíso	Ricardo Chacón	2574-7128
Asociación Caminemos Juntos ASCAJU	Oldemar Méndez	2591-5570
Asociación Infantil Hogar Sol	Viviana Araya Valerio	2270-4281
Hogar de Ancianos San Buenaventura	Juan Carlos Carranza	2556-6419
Hogar de niños Baik	Gloria López López	2552-7270
Comedor de niños Jesús	Rocío Hidalgo González	2269-6545
Centro Diurno El Tejar	Eduardo Méndez	2552-3035
Fundación para el Bienestar y Rehabilitación del Discapacitado	Celia Castro	2560-7124
Asociación Pueblito Costa Rica	Isaac Rojas	2574-7464
Hogar Infantil Turrialba	Anneth Brenes	2556-1958
Centro de Atención Integral para Personas Adultas con Discapacidad	Gloriana Villalta	2573-6122

Hasta la fecha la experiencia en otros centros nos ha ayudado a enriquecer nuestras actividades, por ejemplo se han materializado en escuelas de bajos recursos económicos, hospitales, colegios, red de cuidado, centros de adaptación social, Cuerpo de Bomberos, Cruz Roja, Asociaciones de Desarrollo, Asociaciones Solidaristas, fundaciones, Iglesias, Municipalidades, Comités de Deportes, Albergues para niños abandonados, entre otros. El banco de instituciones es mucho más amplio mismo que se encuentra en la base de datos del Departamento de Bienestar Estudiantil. **Instituciones Públicas o sin fines de lucro. Para más información llame 2551-2006 o escribir al correo [bienestarestudiantil@uca.ac.cr](mailto:bienestarestudiantil@uca.ac.cr)**

# Qué y cómo es el proceso del Trabajo Comunal Universitario

## Inscripción, seguimiento y conclusión del proyecto.



### ¿Qué es un TRABAJO COMUNAL UNIVERSITARIO (TCU)?

Es un proyecto de 150 horas en las que el estudiante forma parte de la solución de los problemas de interés nacional o regional, fomentando la sensibilidad y el compromiso social, para enriquecimiento personal mediante el aporte de su conocimiento y esfuerzo al bienestar de las comunidades o bien la nación.

### ¿Para qué sirve?

Para sensibilizar al estudiante sobre la importancia de contribuir con la sociedad, aportando formas de investigar o actuar (estrategias desarrolladas durante la formación académica) para la solución de problemas nacionales o comunales en forma parcial o total.

### ¿Cuándo debo iniciar mi TCU?

Al tener el 50% aprobado de la carrera o bien, estudiantes a nivel de licenciatura que hubiesen obtenido su bachillerato universitario en otra casa de enseñanza que no fuese la UCA, donde el requisito de TCU no formaba parte del plan de estudios, ejemplo la UNED, la UNA entre otros.

### ¿Cómo debo iniciar?

Leyendo el reglamento de TCU en la página web de la UCA y adquiriendo el paquete de TCU en el área de cajas. Buscando asesoría en el Departamento de Bienestar Estudiantil, con el Director de Carrera o funcionarios de sedes.

### ¿Es obligatorio?

Si, es indispensable para matricular la salida de graduación (pruebas de grado, seminarios y/o tesis) y para graduarse.

### ¿Dónde lo puedo realizar?

En organizaciones comunales (Asociaciones de Desarrollo, Comités de Deportes), instituciones gubernamentales (Escuelas, Colegios, Cen Cinai, Hospitales, Centro Penitenciarios, PANI, Casas de Justicia,) o no gubernamentales (ONG), organizaciones de bien social (Damas Vicentinas, Hogares de niños abandonados, Asociaciones de Cuidados Paliativos), entre otros. No pueden ser empresas privadas con fin de lucro.

### ¿Puedo hacer una donación?

No, están prohibidas las donaciones en especie y dinero de carácter personal, también están prohibidas las subcontrataciones.

### ¿Puede ser grupal?

Si, pueden participar hasta cinco personas, pero hay que justificar: ¿Por qué ese TCU requiere de varios participantes?, y se debe esperar a que esta justificación sea aprobada

por escrito para presentar el anteproyecto, mismo que cada quien deberá exponer de forma individual, aunque la información sea la misma, condición que debe mantenerse en el informe final, tomando en cuenta que el detalle del proyecto es persona.

### ¿Existe el reconocimiento de TCU de otras Universidades?

Sí. Para iniciar este trámite se debe presentar en su Sede, una certificación original emitida por la institución en la que se realizó el TCU, con no más de tres meses de emitida.

### ¿Cómo matriculo mi TCU?

Hay que presentar en plataforma de servicios de cada sede o en Bienestar Estudiantil: Formulario de solicitud. (Viene en el paquete que se adquiere en Cajas)

- Carta de autorización de la entidad beneficiada firmada y sellada
- Carta de compromiso del supervisor, firmada y sellada
- Anteproyecto completo. Ver Recuadro 1.

### ¿Qué debe contener el Anteproyecto?

- Identificación del problema o necesidad.
- Descripción del problema o necesidad.
- Descripción del beneficiario.
- Justificación del Proyecto.
- Objetivos (generales y específicos, realizarlos según la Taxonomía de Bloom).
- Estrategia y pertinencia de las posible soluciones.
- Cronograma de implementación.

Recomendaciones: Conserve un respaldo documental de texto y fotografías que comprueben la ejecución de su proyecto.

Mantenga actualizada su Bitácora Oficial (Viene en el paquete que se adquiere en Cajas) con los pormenores de la ejecución.

### ¿Cómo deben ser la carta de autorización y la carta de supervisión?

Primero que nada son dos carta por separado, que deben estar dirigidas al Lic. Orlando Solano Esquivel, Director del Departamento de Bienestar Estudiantil, UCA, o bien al Director de Carrera. Deben estar firmadas y selladas por la persona que autorizó a realizar el proyecto en la institución beneficiaria y por la persona que se compromete a supervisar que el estudiante cumpla el proyecto.

### ¿Cuánto tardan en aprobar mi Anteproyecto?

15 días hábiles. Atención no inicies la ejecución de tu proyecto sin este paso. Las horas acumuladas sin esta autorización, no cuentan.

## ¿Cuánto tiempo tengo para completar la ejecución del Anteproyecto?

8 meses, es decir 2 cuatrimestres. Sin embargo, si usted lo planea para menos tiempo, debe respetarse lo planteado en el cronograma.

## ¿Al terminar el proyecto, que sigue?

Debes redactar un Informe Final, y cuando lo tengas completo presentarlo en la oficina de la Sede correspondiente. Luego de 15 días hábiles, obtendrá la notificación de aprobado o en su defecto rechazo o devolución y sus razones.

## ¿Cómo debe ser el Informe Final? Ver recuadro 2.

- Un informe de no más de 5 páginas y adjuntarle:
- los respaldos y evaluación del trabajo,
  - la bitácora oficial del TCU completa
  - Constancia o carta dirigida a la UCA en la cual la institución beneficiada indica que se ha completado el proyecto, el beneficio obtenido y la cantidad de horas cumplidas.
  - Un CD con la información solicitada. (Ver recuadro 3).

## ¿Puedo usar un proyecto de alguien más?

No, sería un fraude académico y tendría que enfrentar las consecuencias que ello conlleva. Cada TCU es revisado cuidadosamente así que los intentos de plagio siempre son detectados.

## ¿Dónde me pueden dar información más detallada?

En el Departamento de Bienestar Estudiantil, ubicado en el Piso 2 del Auditorio de la UCA. 300 metros sur de la Sede Central en Cartago.

Teléfono directo: 2551-2006

Correo electrónico: [bienestarestudiantil@uca.ac.cr](mailto:bienestarestudiantil@uca.ac.cr)

El horario de atención es:

- Lunes a Viernes: de 1:00 p.m. a 8:30 p.m.
- Sábados: de 8:00 a.m. a 12:30 p.m.

Además los Directores de carrera y los encargados de Sedes pueden orientarte al respecto.

### RECUADRO 1

#### Conceptos importantes:

- Identificación del problema o necesidad: Nos conduce a saber qué es lo que deseamos realizar, a identificar los elementos que estarán relacionados con el proceso. Cuestión o asunto que se va a realizar, estudiar, resolver.
- Descripción del problema o necesidad: Especificar, puntualizar las características, que el problema presenta o la necesidad; debe resumir lo que habrá de ser de la investigación, el punto de partida, hay una realidad que conocer.
- Descripción del Beneficiario: Manifestar información de las personas y/o instituciones que se verán beneficiadas con el servicio brindado (niños, adultos mayores, entre otros) ¿Quién o quiénes se beneficiarían con mi TCU?
- Justificación del Proyecto: Exponer las razones del ¿Por qué? El estudio es necesario e importante. Y el ¿para qué? Del estudio. El propósito debe ser lo suficientemente significativo, para que justifique su realización, cuales son los beneficios.
- Objetivos (general y específico): tienen como finalidad de señalar lo que se aspira en la investigación o proyecto y deben expresarse con claridad, pues son guías del estudio. Contribuir a resolver un problema ¿Cuál es? Y ¿Cómo piensa que el estudio ayudará a resolverlo? Metas del proyecto. Realizarlos con base en la taxonomía de Bloom.
- Estrategia y pertinencia de las posibles soluciones: Recomendaciones, destrezas que nos ayuden a resolver el problema planteado o poder resolver ese problema.

#### ¿Cómo debe ser el cronograma?

Día / Fecha	Hora		Cantidad de horas	Actividades detalladas
	Entrada	Salida		

#### Nota:

1. Tomar en cuenta la fecha de inicio del cronograma, aproximadamente 10-15 días luego de entregar el proyecto en el Departamento de Bienestar Estudiantil para su respectiva autorización.
2. Se entrega un proyecto completo por estudiante.

### RECUADRO 2

#### Documentos Físicos

- Constancia de que usted cumplió las 150 h de su TCU, emitida por el supervisor(a), donde se debe indicar necesariamente la cantidad de horas, el beneficio obtenido para la institución beneficiada y que usted NO recibió ninguna remuneración por ejecutar este proyecto. Es indispensable la firma de quien supervisó y el sello de la institución. Además debe venir dirigida al Lic. Orlando Solano Esquivel, Director, Departamento de Bienestar Estudiantil, Universidad Florencio del Castillo; o bien al Director de Carrera. Debe estar firmadas y sellada por la persona que supervisó.
- Informe: Portada, introducción, objetivos (deben ser los mismos del anteproyecto), redacción general de las actividades que realizó durante su TCU, y por último 3 apartados:
  1. Evaluación, (Usted evalúa si se cumplieron sus objetivos propuestos al inicio del proyecto, y si no se cumplieron cuál(es) fueron las variables que influyeron).
  2. Conclusión.
  3. Posibles recomendaciones.
- Fotocopia de la cédula del supervisor y estudiante.
- Original o Fotocopia de la hoja de autorización del Anteproyecto (Boleta Verde).
- Bitácora Detallada: Recuerde que al finalizar su proyecto las hojas que deben ser firmadas, tanto por usted como por la persona que lo supervisó. Necesariamente debe venir con el sello de la institución.

INFORME EJECUTIVO

### RECUADRO 3

#### CD Rotulado con: nombre del estudiante, carrera y número de cédula:

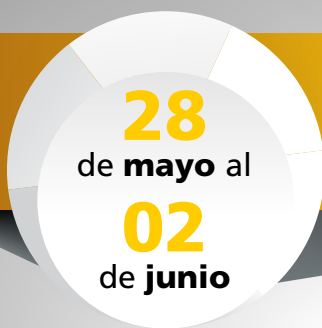
En el CD se respalda documentalmente en carpetas separadas todo lo que el estudiante hizo con el proyecto. Los puntos esenciales son:

1. Anteproyecto: Es el trabajo que usted presentó para que se le autorizara el TCU (identificación del problema, descripción del problema o necesidad, descripción del beneficiario, justificación del proyecto, objetivos generales y específicos, estrategias y pertinencias de las posibles soluciones, cronograma. También las cartas de autorización y supervisión).
2. Hoja verde solicitud donde se autorizó el anteproyecto.
3. Detalle del Proyecto: Experiencia vivida con su TCU, dos párrafos.
4. Informe Ejecutivo: Es el informe Ejecutivo (Ver recuadro 2).
5. Bitácora Completa Escaneada: Es la bitácora física (Viene en el paquete que se adquiere en Cajas) ya completa con la información detallada.
6. Respaldos de ejecución del proyecto o anexos. Todos aquellos recursos y/o instrumentos que utilizó para que el proyecto fuese todo un éxito. Incluye fotografías y videos.



## FECHAS DE APLICACIÓN DE PRUEBAS DE GRADO:

PRUEBA DE GRADO	II CUATRIMESTRE	III CUATRIMESTRE
I PRUEBA	07 / julio / 2018	03 / noviembre / 2018
II PRUEBA	14 / julio / 2018	10 / noviembre / 2018
III PRUEBA	21 / julio / 2018	17 / noviembre / 2018



Inscripción del tema:  
Proyecto de Graduación de la Carrera  
Enseñanza de la Educación Física.



### Inscripción del tema: Proyecto de Graduación Carrera Enseñanza de la Educación Física.

Los estudiantes deben enviar el anteproyecto al correo [salidasdegraduacion@uca.ac.cr](mailto:salidasdegraduacion@uca.ac.cr) con los siguientes requisitos:

- Machote para presentar el tema (el cual se encuentra en la página [www.uca.ac.cr](http://www.uca.ac.cr) en la pestaña de documentos con el nombre de "Proyecto de Graduación 2018").
- Recibo y boleta de pago.
- Carta de autorización de la institución y del lector.
- En el correo indicar el nombre completo, correo

Para más información, en la oficina Salidas de Graduación:  
[salidasdegraduacion@uca.ac.cr](mailto:salidasdegraduacion@uca.ac.cr)

Teléfono: 2591-4750 Ext. 136.

Para este III cuatrimestre, 2018 únicamente se impartirá esta modalidad de Salida de Graduación en la Sede Central (Cartago), estudiantes de otras sedes pueden matricular en Cartago.



Busca las ediciones de la revista

# UCA PROFESIONAL

Universidad Florencio del Castillo | REVISTA

<https://www.uca.ac.cr/uca-profesional/>

UCA PROFESIONAL  
Universidad Florencio del Castillo | REVISTA  
ISSN: 2215-5252

*Actualizaciones  
Profesionales*

UCA PROF  
Universidad Florencio

EL IMPACTO  
de la carrera  
en la

Gest



Volúmen 1 • Número 1 • Agosto • Año XXXVII

UCA PROFESIONAL  
Universidad Florencio del Castillo | REVISTA  
ISSN: 2215-5252

Volúmen 2 • Número 1 • Junio 2018

*"La calidad en la Docencia  
Universitaria"*





UNIVERSIDAD  
FLORENCIO DEL CASTILLO



**¡INSCRIBETE!** Si quieres ser parte del casting de nuestra próxima campaña publicitaria UCA, escribenos al correo: [ucainforma@uca.ac.cr](mailto:ucainforma@uca.ac.cr)

**Te esperamos.**

**Aplica únicamente para mayores de edad y estudiantes regulares de la UCA.**



# JUDEUPRI

JUEGOS DEPORTIVOS DE UNIVERSIDADES PRIVADAS



**7**<sup>o</sup>  
edición  
**2018**



Próximo encuentro:

**30 Junio - 28 Julio**

☎ 8636-6898 | 8701-1176

✉ info@judeupri.com

🌐 www.judeupri.com

**2018**

Los módulos de inglés le dan la opción de lograr una titulación paralela a su carrera.

Son cursos cuatrimestrales financiados y opcionales. Están enfocados en desarrollar las habilidades de habla, escucha, lectura y escritura.

**Titulación paralela >> en Inglés**  
**Todas las Sedes.**

(Exclusivo para estudiantes de la UCA).



**¡Solicita  
TU EXAMEN  
de ubicación  
desde hoy!**

**2591-4522**

Para mayor información:  
[ucaenglish@uca.ac.cr](mailto:ucaenglish@uca.ac.cr)  
Teléfonos: 2251-2016



Para comunicarse en el idioma inglés de forma fluida y correcta. Los cursos de UCA English se basan en una metodología conversacional que hacen el proceso de aprendizaje de una segunda lengua más proactivo, participativo y entretenido.

- Un día a la semana. • Precio accesible y financiamiento disponible.
- Grupos pequeños. • 100% conversacional. • Aulas con equipo tecnológico.
- Profesores graduados y con nivel C1 y C2 según MCER.
- Metodología innovadora "flipped classroom"



# Técnico en Preparación Física y Rendimiento Deportivo.

(Tres cuatrimestres • 672 horas efectivas)

**AHORA  
NUEVO**

Cumplí tus  
propósitos



## REQUISITOS DE INGRESO:

- Original y copia del título de bachiller en Educación Media.
- 1 fotocopia del documento de identidad vigente.

## DURACIÓN:

Un año (6 módulos bimensuales).

- Pago bimensual (financiado sin recargo alguno).

Este programa no admite convalidaciones ni suficiencias.

El cupo mínimo de apertura para cada módulo es de 12 personas.

Solicite información sin compromiso al correo [jquiros@uca.ac.cr](mailto:jquiros@uca.ac.cr), o al teléfono 2591-4750 • 2552-4222 • 2591-1080, a la extensión 127.

Bimestre		
Matrícula	11 al 23 de junio 2018	6 al 18 de agosto 2018
Matrícula EXTRAORDINARIA	25 al 30 de junio	20 al 25 de agosto



# MATRICÚLATE EN LÍNEA

1. Ingrese a [www.uca.ac.cr](http://www.uca.ac.cr)
2. Dé un click a **UVirtual**, ingrese su usuario y contraseña.
3. Seleccione los cursos, horarios y sede a matricular.
4. Elija la opción de cajas, para cancelar su matrícula.
5. Descargue, guarde y/o imprima su comprobante de matrícula.

UVIRTUAL



- **En [www.uca.ac.cr](http://www.uca.ac.cr) encontrará:**




Tutoriales para usuarios nuevos (estudiantes y profesores), así como los horarios de todas las carreras y sedes. Además puede ver sus notas, contactar profesores, solicitar documentos como records académicos, certificaciones de todo tipo y hacer consultas.

- **Si es su primera matrícula en línea:**

Su usuario y PIN de acceso, serán su número de identificación en formato de 9 dígitos, recuerde al ingresar por primera vez, modificar su contraseña y mantenerla secreta.

- **Si experimenta algún inconveniente:**

Contacte de inmediato al Departamento de Cómputo vía telefónica o correo electrónico: [computo@uca.ac.cr](mailto:computo@uca.ac.cr)

Cuando un estudiante matrícula por UVirtual o en el Departamento de Registro, su matrícula tiene una vigencia de 24 horas. Si transcurre este lapso sin realizar el pago, automáticamente el sistema anula el trámite. Pague en línea con   en los  o en cajas.

## Grupo Cultural



Para estudiantes UCA  
que estén interesados en forma parte  
del grupo cultural.

Escribe al correo:  
[ucainforma@uca.ac.cr](mailto:ucainforma@uca.ac.cr)



# ¿Quieres formar parte de la Delegación Deportiva UCA?



## Si practicas:

Fútbol • Tenis de Mesa • Fútbol Sala  
Atletismo • Natación • Baloncesto femenino

Envía tus datos personales y el deporte al cual desea inscribirte a la Dirección de Carrera de Educación Física: [rojjas@uca.ac.cr](mailto:rojjas@uca.ac.cr) o al correo de la Comisión de Deportes y Recreación: [deporteyrecreacion@uca.ac.cr](mailto:deporteyrecreacion@uca.ac.cr)

**REQUISITOS:** Ser estudiante activo de la UCA de cualquier carrera y poseer póliza de riesgos al día (esta póliza se puede adquirir en el departamento de Registro de la institución y tiene un valor de ₡15.000).

### Correos contacto:

[futbol@uca.ac.cr](mailto:futbol@uca.ac.cr)

[futbolsalamasc@uca.ac.cr](mailto:futbolsalamasc@uca.ac.cr)

[futbolsalafem@uca.ac.cr](mailto:futbolsalafem@uca.ac.cr)

[natacion@uca.ac.cr](mailto:natacion@uca.ac.cr)

[tenisdemesa@uca.ac.cr](mailto:tenisdemesa@uca.ac.cr)

[atletismo@uca.ac.cr](mailto:atletismo@uca.ac.cr)

[baloncestofem@uca.ac.cr](mailto:baloncestofem@uca.ac.cr)

*Para posicionarse en un mercado laboral que evoluciona ante nuevas competencias profesionales, ante un mundo globalizado y demandante de profesionales altamente competitivos*

**LA UCA le ofrece la oportunidad de enriquecer su currículum con las siguientes**

## Maestrías:

- Administración Educativa
- Educación con Mención en I y II Ciclos
- Educación Preescolar
- Psicopedagogía

# Estamos en **AUTOE****VALUACIÓN**

En busca de la Acreditación  
de carreras ante **SINAES**.

Voluntariamente  
hacia la mejora  
continua de la  
calidad.





## MAYO

**01/05/18 Feriado.** La universidad permanecerá cerrada

**05/05/18**

- Finaliza la matrícula ordinaria II Cuatrimestre 2018 para materias regulares y cursos por suficiencia.
- Finaliza la matrícula extraordinaria del Técnico en Preparación Física y Rendimiento Deportivo
- Vence período de matrícula para diferentes salidas de graduación (tesis, pruebas de grado y otras).
- Inicio de lecciones para estudiantes de Maestría.

**07/05/18** Inicio de lecciones del II Cuatrimestre 2018.

**07/05/18 al 12/05/18**

- Matrícula extraordinaria II Cuatrimestre 2018 para materias regulares. (Aplica recargo).
- Inicio de Seminario II (tesis) y Seminario de Graduación (Educación Especial)

**14/05/18 al 19/05/18**

- Finalizan Lecciones UCA ENGLISH.
- Inicio de Seminario I (tesis).

**19/05/18** Último día para cambios, retiros y congelamientos de cursos matriculados, incluidas las pruebas por suficiencia.

**21/05/18** Lección de inducción y bienvenida a estudiantes de primer ingreso. Auditorio de la Universidad, 5:30 p.m. (Semana 3 académica).

**21/05/18 al 26/05/18** Matrícula UCA ENGLISH y exámenes de ubicación.

**28/05/18 al 02/06/18**

- Inscripción de temas como prematrícula de investigación (tesis) para el III Cuatrimestre 2018.
- Inicio de lecciones UCA ENGLISH.

**31/05/18** Último día de pago primera mensualidad, sin recargo.

## JUNIO

**02/06/18** Fecha límite para solicitar congelamiento y descongelamiento de salidas de graduación (pruebas de grado, tesis y otras) y tema de tesis.

**11/06/18 al 16/06/18** Evaluación académica y de servicios universitarios. (Semana 6 académica).

**11/06/18 al 23/06/18** Matrícula del Técnico en Preparación Física y Rendimiento Deportivo.

**25/06/18 al 30/06/18**

- Matrícula extraordinaria del Técnico en Preparación Física y Rendimiento Deportivo.
- Inicio del Técnico en Preparación Física y Rendimiento Deportivo.

**30/06/17** Último día de pago segunda mensualidad, sin recargo.

## JULIO

**07, 14, 21/07/18** Primeras, segundas y terceras pruebas de grado de todas las carreras que así lo tengan aprobado. Todas las pruebas escritas se aplicarán en el Auditorio de la Sede Central, de 2:00 p.m. en adelante (semana 9, 10 y 11).

**16/07/18 al 16/08/18** Período de pago e inscripción de la III Graduación 2018. **Para inscribirse en esta graduación todos los estudiantes deberán haber concluido y aprobado el TCU a más tardar el 16 de agosto. Asimismo los requisitos académicos (plan de estudios y salidas de graduación) como máximo al 30 de agosto de 2018.** Es importante aclarar que la inscripción vence el 16 de agosto; pero los requisitos académicos podrán ser terminados el 30 de agosto como fecha límite. **Esto no significa prórroga del periodo, quien no matricula al 16 de agosto queda excluido de graduación.**

**25/07/18 Feriado Área Administrativa.** Se imparten lecciones normalmente.

**27/07/18** Aplicación de exámenes por suficiencia de todas las carreras. Todos se aplicarán en la Sede Central, de 1:00 p.m. en adelante (semana 12 académica).

**30/07/18 al 04/08/18** Finalizan lecciones UCA ENGLISH.

**30/07/18 al 01/09/18** Matrícula ordinaria III Cuatrimestre 2018, materias regulares y cursos por suficiencia.

**31/07/18** Último día de pago tercera mensualidad, sin recargo.

## AGOSTO

**01/08/18** Se imparten lecciones normalmente.

**02/08/18 Feriado.** La Universidad permanecerá cerrada. (Se debe reponer esa lección).

**06/08/18 al 11/08/18** Matrícula UCA ENGLISH y exámenes de ubicación.

**06/08/18 al 01/09/18** Período de matrícula para las diferentes salidas de graduación del III Cuatrimestre 2018. Se advierte que, en el caso de tesis se debió hacer la preinscripción del tema del 28/05/18 al 02/06/18.

**06/08/18 al 18/08/18** Matrícula del Técnico en Preparación Física y Rendimiento Deportivo.

**15/08/18 Feriado.** La Universidad permanecerá cerrada.

**13/08/18 al 18/08/18** Inician lecciones UCA ENGLISH.

**18/08/18** Finaliza II Cuatrimestre 2018.

**20/08/18 al 25/08/18**

- Matrícula extraordinaria del Técnico en Preparación Física y Rendimiento Deportivo.
- Inicio del Técnico en Preparación Física y Rendimiento Deportivo.
- Semana de la segunda graduación 2018 (fecha sujeta a cambio).

**25/08/18** Último día para cargar las actas del II Cuatrimestre 2018 en el sistema.



UNIVERSIDAD  
FLORENCIO DEL CASTILLO

más  
**BNficios**  
¡SIEMPRE SE PUEDE ESTAR MEJOR!



**0%**  
**interés**

PROGRAMA CERO INTERES: Programa de Lealtad de pago a PLAZOS específicos dirigido a los tarjetahabiente de crédito, físicas, del BNCR.

**Servicio de tasa 0%**  
**para las Tarjetas de Crédito**  
**del Banco Nacional de Costa Rica,**  
**a 3 meses o 6 meses.**

## ALIANZA

UNIVERSIDAD FLORENCIO DEL CASTILLO - LABORATORIO VITALAB:

### **10% de descuento\* en exámenes de laboratorio a Estudiantes UCA.**

\* No es aplicable en otras promociones o junto con otros convenios de VitaLab Laboratorio Clínico.

\*No se aplica en paneles de alergia, pruebas especiales y enviadas al extranjero.

#### Condiciones:

- El estudiante deberá presentar su respectivo carnét vigente de la UCA para poder gozar del descuento.
- El descuento del 10% aplica únicamente en pagos en efectivo.
- Únicamente para estudiantes. No aplica para familiares o terceros.

Se brindará servicio a domicilio GRATIS a la Universidad Florencio del Castillo, (Sede Cartago únicamente) en órdenes mayores a ₡10.000 mil colones.





Al presentar el carnét de estudiante  
o funcionario UCA.



# 10% de descuento

Aplica para MENÚ REGULAR Y MENÚ SERVICIO EXPRESS.

\*Aplica restricciones, no aplica con otras promociones ni plataformas especiales.  
Busca el Menú Hooters en [www.facebook.com/hooterscr](http://www.facebook.com/hooterscr)



# Alianza

# BW | Best Western. Hotels & Resorts

**20%**  
descuento

**BW Best Western.**  
Jacó Beach All Inclusive Resort

**UCA**  
UNIVERSIDAD  
RODRÍGUEZ DEL CASTILLO



**¿ESTÁS PREPARADO PARA TODO?**



**TODO INCLUIDO FRENTE A LA PLAYA  
A TAN SOLO 90 MINUTOS DE SAN JOSÉ**

Tatiana Segura

tsogura@gmhospitality.net T: (506) 2290-2321 ext 1221 C: 6196-2269

© 2019 Best Western Hotels & Resorts. All rights reserved. Best Western is a registered trademark of Best Western Hotels & Resorts.





Todo los estudiantes, personal administrativo y familiares (hasta tercer grado de consanguinidad: padres, hijos y cónyuge) podrán optar por los siguientes descuentos:

- 10 % en el caso de consultas médicas y todos los servicios que ofrece directamente la Clínica.
- 15 % en todos los análisis de laboratorio.
- 10% en productos de farmacia.

**Descuentos  
al presentar  
el carnet.**

**SERVICIOS 24 HRS , 365 DIAS DEL AÑO**



**URGENCIAS MÉDICAS - LABORATORIO  
FARMACIA - RAYOS X**

## OTROS SERVICIOS

**AUDIOLOGÍA  
CIRUGÍA MENOR  
CURACIONES  
DENSITOMETRÍA ÓSEA  
ENFERMERÍA**

**ELECTROCARDIOGRAMAS  
INYECTABLES  
MAMOGRAFÍA DIGITAL  
MEDICINA GENERAL**

**NEBULIZACIONES  
ÓPTICA  
ESPIROMETRÍAS  
ULTRASONIDOS**

## CONTAMOS CON ESPECIALIDADES PARA LA ATENCIÓN DE TODA LA FAMILIA

**ANESTESIOLOGÍA  
AUDIOLOGÍA  
CARDIOLOGÍA  
DERMATOLOGÍA  
ENDOCRINOLOGÍA  
FISIOTERAPIA  
GASTROENTEROLOGÍA  
GERIATRÍA  
GINECOLOGÍA  
HEMATOLOGÍA**

**HOMEOPATÍA  
INFECTOLOGÍA  
MEDICINA INTERNA  
NUTRICIÓN - AURICULOTERAPIA  
NEUMOLOGÍA  
NEUROCIURGÍA  
OFTALMOLOGÍA  
ONCOLOGÍA  
OPTOMETRÍA**

**ORTOPEDIA  
OTORRINOLARINGOLOGÍA  
PEDIATRÍA  
PSICOLOGÍA  
PSIQUIATRÍA  
REUMATOLOGÍA  
TERAPIA DEL LENGUAJE  
UROLOGÍA  
VASCULAR PERIFÉRICO**

**TRATAMIENTO FIBRINA RICA EN PLAQUETAS Y LEUCOCITOS  
PARA PERSONAS CON PROBLEMAS VENOSOS, ÚLCERAS CRÓNICAS, PIE DIABÉTICO**



# Clínica Médica GORETTI



UNIVERSIDAD  
FLORENCIO DEL CASTILLO

*¡Pensando en su salud!*

**MEDISILUET**  
Clínica Especializada en Antiobesidad

**MEDISPORT**  
Clínica de Lesiones Deportivas

**EDICAL**  
Odonto

**Y otros servicios:**

- MEDICINA GENERAL
- MEDICINA VASCULAR
- PSICOLOGÍA
- ENFERMERÍA
- LABORATORIO CLÍNICO
- ULTRASONIDO RAYOS X

☎ 2552-0728 ☎ 8560-7086

f clinica goretti-oficial ✉ clinicagoretti@gmail.com

📍 50m oeste de la entrada principal del Estadio Fello Meza  
Cartago, Costa Rica

LA CLÍNICA aplicará los siguientes descuentos a los funcionarios de la UCA, sus familiares directos sujetos a beneficios y a sus estudiantes, contra la presentación del carnet.

## LISTA DE PRECIOS

### Tipo Consulta

Consulta Medicina General	¢20.000,00	¢10.000,00
Dictamen de licencia	¢18.000,00	¢15.000,00
Consulta + certificado de incapacidad	¢30.000,00	¢15.000,00
Dr. Corrales - Control Peso-Obesidad	¢35.000,00	¢30.000,00
Dr. Soto - Medicina Deportiva	¢35.000,00	¢20.000,00
Dr. Quirós - Fisioterapia	¢18.000,00	¢15.000,00
Dr. Sáenz - Valoración Vascular	¢43.000,00	¢38.000,00
Dra. Sara Cubillo - Psicóloga	¢40.000,00	¢35.000,00
Valoración de portación de armas	¢47.000,00	¢43.000,00

### Procedimiento

Electrocardiograma	¢25.000,00	¢15.000,00
Canalización de vía	¢15.000,00	¢12.000,00
Lavado de oído	¢15.000,00	¢10.000,00
Extracción de uñas	¢30.000,00	¢25.000,00
Colocación de S. Foley	¢25.000,00	¢20.000,00
Sutura o Cirugía Menor	¢25.000,00	¢20.000,00
Lunares, lipomas	¢30.000,00	¢25.000,00
	¢35.000,00	¢30.000,00
Nebulización	¢7.000,00	¢5.000,00
PAP (convencional)	¢25.000,00	¢15.000,00
Monocapa	¢30.000,00	¢20.000,00

Los montos de descuento establecidos en este convenio no aplicarán con otras promociones. Se deja al beneficiario el derecho de optar por la promoción que más le convenga en el momento de solicitar el servicio.

El asociado de este convenio deberá cancelar a La Clínica en el momento de la prestación del servicio.



# Complejo Salud & Forma

*Somos más que un gimnasio...*



AHORA PODRÁS ACCEDER A LOS SERVICIOS DE UN EXCELENTE GIMNASIO

## con Tarifas Especiales

### Convenio



UNIVERSIDAD  
FLORENCIO DEL CASTILLO

**Mensualidad  $\text{c}\$18.000$**   
**Matrícula GRATIS**  
al presentar carnet

#### TE OFRECEMOS

- ✓ Clases Grupales:
  - Aeróbicos · Baile · Quick Class
  - Circuitos Metabólicos · Sport Class
  - Zumba · Quema Grasa
  - Combo Latino · GAP
  - Tabatas · Kickboxing
  - Spinning y más
- ✓ Equipo Cardiovascular
- ✓ Equipo Biomecánico
- ✓ Excelente Sala de Pesas
- ✓ Parqueo gratuito
- ✓ Programa personalizado
- ✓ Servicio Personal Trainer
- ✓ Amplio horario

#### SERVICIOS ADICIONALES

Nutrición · Fisioterapia · Psicología  
Ginecología · Laboratorio Clínico  
Odontología · Farmacia · Cursos de parto  
Tienda Deportiva · Lavacar · Cafetería  
Minisuper



#### HORARIOS

Lunes a Jueves	5:00 am-10:00 pm
Viernes	5:00 am-7:00 pm
Sábado	8:00 am-4:00 pm
Domingo	8:00 am-12:00 md



40

ANIVERSARIO  
CONAPE  
PRESTAMOS PARA ESTUDIOS

Conectate  
con tus

metas

Solicita tu préstamo

en línea

para



UNIVERSIDAD  
FLORENCIO DEL CASTILLO

¡El tiempo  
está con vos!

WWW.CONAPE.GO.CR



CONAPECR



CONAPECR