Agéndate del 4 al 8 de septiembre

Comunicacion Interna <comunicacioninterna@mintransporte.gov.co>
Lun 4/09/2023 11:41 AM
Para:Comunicacion Interna <comunicacioninterna@mintransporte.gov.co>

Queremos saber tu opinión sobre la jornada sectorial, Nuestra Ruta del Cambio.

Te invitamos a responder esta breve encuesta sobre la experiencia que viviste en este este espacio.

RESPONDE AQUÍ

Aeróbicos

Te esperamos en esta sesión que te ayudará a controlar el exceso de peso.

lunes 4 de septiembre
12:15 p.m.

INCRÍBETE AQUÍ

Pilates

Esta clase del profesor Javier Díaz te ayudará a fortalecer y moldear tu figura.

lunes 4 de septiembre
5:00 p.m.

MIRA EL VIDEO AQUÍ

Banco de Occidente y EMI

Te esperamos en el piso 9, para que obtengas información de las dos entidades.

martes 5 de septiembre
9:00 a.m. a 12:00 m.

Súper glúteos

Oxigena y tonifica tu cuerpo en la clase del profesor José Prehem.

martes 5 de septiembre
12:15 p.m.

CONÉCTATE AQUÍ

Coopedac y Sanitas

Asesores de las dos entidades te esperan en el piso 9, para brindarte información de tu interés.

martes 5 de septiembre
2:00 p.m. a 4:30 p.m.

Rumba

Conéctate y exprésate con tu cuerpo en la clase del profesor Arturo Triana.

miércoles 6 de septiembre
12:15 p.m.

ACCEDE AQUÍ

Charla: Prevención salud visual

Te esperamos en este espacio virtual para que puedas prevenir y conozcas tips sobre el cuidado de tus ojos.

jueves 7 de septiembre
9:00 a.m.

PARTICIPA AQUÍ

Famisanar

Te esperamos para que accedas a toda la información de tu interés sobre la EPS.

jueves 7 de septiembre
9:00 a.m. a 12:00 m.

Oficina móvil de Cafam

Estaremos en el piso 9 para que conozcas los beneficios de la caja de compensación.

jueves 7 de septiembre
9:00 a.m. a 1:00 p.m.

Circuito súper abdomen

Estos ejercicios de fuerza y resistencia te ayudarán a mantener fuerte el centro de tu cuerpo.

jueves 7 de septiembre.
12:15 p.m.

INGRESA AQUÍ

Súper rumba

Ven a bailar, recuerda que el movimiento físico estimula el cerebro y fomenta el desarrollo de habilidades creativas.

viernes 8 de septiembre
12:15 p.m.

CONÉCTATE AQUÍ

Recomendaciones Unidad Deportiva

Para asistir siempre debes diligenciar la encuesta de sintomatología, es importante que lleves zapatos deportivos, tu termo para el agua y toalla para evitar el uso de desechables.
¡Cuidemos nuestra salud y protejamos nuestro planeta!

¡Disfruta tu hora de almuerzo en la esfera!

Recuerda que por tu bienestar y comodidad, la esfera es el único lugar autorizado para consumir tus alimentos al mediodía. Además, podrás compartir con tus compañeros y compañeras y tener un espacio de esparcimiento.

OLIMPIADAS DEPORTIVAS DEL SECTOR TRANSPORTE 2023 - ENTRENAMIENTOS

En estos espacios nuestros deportistas se preparan de manera técnica y táctica, para los torneos de esta gran temporada deportiva.

Baloncesto Masculino
lunes 4 de septiembre
12:15 p.m.

Voleibol
martes 5 de septiembre
12:15 p.m.

Fútbol femenino y masculino
martes 5 de septiembre
12:15 p.m.

Baloncesto femenino
martes 5 de septiembre
12:15 p.m.

Voleibol mixto
miércoles 6 de septiembre
12:15 p.m.

Baloncesto masculino
miércoles 6 de septiembre
12:15 p.m.

Baloncesto femenino
jueves 7 de septiembre
12:15 p.m.

Fútbol femenino
jueves 7 de septiembre
12:15 p.m.

Voleibol mixto
viernes 8 de septiembre
12:15 p.m.

OLIMPIADAS DEPORTIVAS DEL SECTOR TRANSPORTE 2023 - TORNEOS

Invitamos a la familia MinTransporte a acompañar a nuestros deportistas en estas jornadas deportivas y preparar tu mejor barra, para animar a nuestros compañeros y compañeras.

Baloncesto femenino
MinTransporte vs Aerocivil

martes 5 de septiembre
12:00 m.
Lugar:Compensar CUR – Centro Urbano de Recreación Coliseo Polideportivo Carrera 69 No. 49 A - 73 – Zona: Coliseo

Fútbol 5 femenino
MinTransporte vs Aerociv

martes 5 de septiembre
12:00 m.
Lugar:Compensar Avenida 68 No. 49 A -47 – Zona: Mini fútbol No. 3

Fútbol 8 masculino
MinTransporte vs ANI

miércoles 6 de septiembre
12:00 m.
Lugar: Compensar Avenida 68 No. 49 A -47 – Zona: Lateral No. 3 canchas de fútbol

Fútbol 8 masculino
MinTransporte vs UPIT

miércoles 6 de septiembre
12:00 m.
Lugar: Compensar Avenida 68 No. 49 A -47 – Zona: Lateral No. 3 canchas de fútbol

Baloncesto masculino
MinTransporte vs Aerocivil

miércoles 6 de septiembre
12:00 m.
Lugar: Compensar CUR – Centro Urbano de Recreación Coliseo Polideportivo Carrera 69 No. 49 A - 73 – Zona: Coliseo

Fútbol 5 masculino
MinTransporte vs Aerocivil

jueves 7 de septiembre
12:00 m.
Lugar: Compensar Avenida 68 No. 49 A -47 – Canchas Mini fútbol No. 2

CONOCE LOS RESULTADOS DE NUESTRAS OLIMPIADAS

INGRESA AQUÍ

COLOMBIA POTENCIA DE LA VIDA

Grupo Estratégico de Comunicaciones
Comunicación interna
comunicacioninterna@mintransporte.gov.co
Teléfono: (+57 601) 3240800 Opción 1010
Calle 24 # 60 – 50 Bogotá, Colombia
www.mintransporte.gov.co

Línea de transparencia 018000110950

La información contenida en este mensaje, y sus anexos, tiene carácter confidencial y esta dirigida únicamente al destinatario de la misma y solo podrá ser usada por este. Si el lector de este mensaje no es el destinatario del mismo, se le notifica que cualquier copia o distribución de este se encuentra totalmente prohibida. Si usted ha recibido este mensaje por error, por favor notifique inmediatamente al remitente por este mismo medio y borre el mensaje de su sistema. Las opiniones que contenga este mensaje son exclusivas de su autor y no necesariamente representan la opinión oficial del Ministerio de Transporte.

The information contained in this message and in any electronic files annexed thereto is confidential, and is intended for the use of the individual or entity to which it is addressed. If the reader of this message is not the intended recipient, you are hereby notified that retention, dissemination, distribution or copying of this e-mail is strictly prohibited. If you received this e-mail in error, please notify the sender immediately and destroy the original. Any opinions contained in this message are exclusive of its author and not necessarily represent the official position of Ministry of Transportation.