22

Ciudad de México, a 6 de agosto de 2019

OFICIO No. SG/DGJyEL/RPA/ALC/00719/2019

DIP. JOSÉ DE JESÚS MARTÍN DEL CAMPO CASTAÑEDA
PRESIDENTE DE LA MESA DIRECTIVA DE LA
COMISIÓN PERMANENTE DEL CONGRESO
DE LA CIUDAD DE MÉXICO
P R E S E N T E

En ejercicio a la facultad conferida a la Lic. Rosa Icela Rodríguez Velázquez, Secretaria de Gobierno de la Ciudad de México, en la fracción II, del artículo 26 de la Ley Orgánica del Poder Ejecutivo y de la Administración Pública de la Ciudad de México, relativa a la conducción de las relaciones de la Jefa de Gobierno con los organismos y poderes públicos locales y federales; y a lo dispuesto en los artículos 7, fracción I, inciso B) y 55, fracciones XVI y XVII del Reglamento Interior del Poder Ejecutivo y de la Administración Pública de la Ciudad de México; por este medio adjunto el oficio **DGDS/661/2019** de fecha 30 de julio de 2019, signado por la C. Laura A. Álvarez Soto, Directora General de Desarrollo Social en la Alcaldía de Benito Juárez, mediante el cual remite la respuesta al Punto de Acuerdo emitido por ese Poder Legislativo de esta Ciudad y comunicado mediante el similar **MDSPOPA/CSP/2320/2019**.

Sin otro particular, reciba un cordial saludo.

ATENTAMENTE

LIC. LUIS GUSTAVO VELA SÁNCHEZ
DIRECTOR GENERAL JURÍDICO
Y DE ENLACE LEGISLATIVO
ce-legis@secgob.cdmx.gob.mx

CONGRESO DE LA CIUDAD DE MÉXICO
I LEGISLATURA
COORDINACIÓN DE SERVICIOS PARLAMENTARIOS
FOLIO 0006895
FECHA: 07/Ago/19
HORA: 16:59 hrs
RECIBIÓ: Anacha

C.c.c.e.p.- Lic. Jimena Martínez M, Subdirectora de Control de Gestión y Atención Ciudadana en la SGCDMX. En atención a los folios: 3427/2816
Lic. María del Rocío Vilchis Espinosa. - Directora General de Resolución a la Demanda Ciudadana en la JGCDMX. - En atención al folio: DGRDC-020699-19
C. Laura A. Álvarez Soto, Directora General de Desarrollo Social en la Alcaldía de Benito Juárez.

LPM.

Alcaldía BENITO JUÁREZ

DIRECCIÓN GENERAL
DE DESAROLLO SOCIAL

GOBIERNO DE LA CIUDAD DE MÉXICO

719

Oficio DGDS/661/2019
Ciudad de México, a 30 de julio del 2019
Asunto: Atención a Punto de Acuerdo

1284

Lic. Luis Gustavo Vela Sánchez
Director General Jurídico y de Enlace Legislativo de la Secretaría de Gobierno de la Ciudad de México
Fernando de Alba Ixtlilxochitl 185, colonia Transito
Alcaldía Cuauhtémoc C.P. 06820
Presente

Por instrucciones el Mtro. Santiago Taboada Cortina, Alcalde en Benito Juárez, me permito informar sobre las acciones que se llevan a cabo por parte de esta alcaldía en cumplimiento a lo establecido en el punto de acuerdo aprobado por el Pleno del Congreso de la Ciudad de México con fecha 21 de marzo de 2019, que se vierte a continuación:

Primero.- El Congreso de la Ciudad de México exhorta respetuosamente a la Jefa de Gobierno, Dra. Claudia Sheinbaum y al Director General del Instituto del Deporte, Mtro. Rodrigo Dosal Ulloa, de la Ciudad de México, para que en el ámbito de sus competencias se implemente un programa de mantenimiento preventivo y correctivo a los gimnasios urbanos en las 16 Demarcaciones Territoriales."

Segundo.- El Congreso de la Ciudad de México exhorta respetuosamente a la Jefa de Gobierno, Dra. Claudia Sheinbaum y al Director General del Instituto del Deporte, Mtro. Rodrigo Dosal Ulloa, de la Ciudad de México, a implementar un programa de ejercicio en cada una Demarcaciones Territoriales y la instalación de más gimnasios urbanos."

Con base a lo anterior me permito remitir oficio DD/1003/2019, emitido por la Dirección del Deporte de esta Alcaldía, mismo que da atención al punto de acuerdo en mención.

Sin más por el momento, le envío un cordial saludo.

Atentamente
La Directora General

Laura A. Álvarez Soto

c.c.e.p.- Santiago Taboada Cortina.- Alcalde en Benito Juárez.- santiago.taboada@alcaldiabj.gob.mx
Descargo E-1390, DGDS-1222 Y 1453

LAAC/gda

SECRETARÍA DE GOBIERNO
GOBIERNO DE LA CIUDAD DE MÉXICO
05 AGO. 2019
DIRECCIÓN GENERAL JURÍDICA Y ENLACE LEGISLATIVO
RECIBE RECIBIDO HORA: 11:00

Alcaldía BENITO JUÁREZ

DIRECCION GENERAL DE DESARROLLO SOCIAL
DIRECCION DEL DEPORTE

GOBIERNO DE LA CIUDAD DE MÉXICO

Ciudad de México a 01 de julio de 2019
Oficio: DD/1003/2019

Asunto: Atención al oficio DGDS/474/19. Punto de Acuerdo

LAURA ALEJANDRA ÁLVAREZ SOTO,
DIRECTORA DE DESARROLLO SOCIAL
ALCALDÍA BENITO JUÁREZ
P R E S E N T E.

Por este medio, en relación a su Oficio DGDS/474/19, de fecha 19 de junio del año en curso del presente, por el cual envía el oficio número SG/DGJyEL/PA/CCDMX/183.16/2019, relativo al Punto de Acuerdo enviado por la Dirección General Jurídica y de Enlace Legislativo de la Secretaría de Gobierno de la Ciudad de México, le comento lo siguiente:

1. Acerca de punto primero que dice:

   "Primero.- El Congreso de la Ciudad de México exhorta respetuosamente a la Jefa de Gobierno, Dra. Claudia Sheinbaum y al Director General del Instituto del Deporte, Mtro. Rodrigo Dosal Ulloa, de la Ciudad de México, para que en el ámbito de sus competencias se implemente un programa de mantenimiento preventivo y correctivo a los gimnasios urbanos en las 16 Demarcaciones Territoriales."

Se tiene como objetivo implementa un programa de mantenimiento oportuno, preventivo y correctivo cada 20 dias, para detectar, verificar y corregir las posibles averias y/o necesidades de mantenimiento propias del uso (composturas, pintura, soldado, etc.).

Es importante hacer mención que entre 2015 y 2018 se clocaron 18 Gimnasios Tipo A, así como 10 Gimnasios Tipo B, en distintos puntos de la Alcaldia Benito Juárez (se adjunta relación y fotografías), mismos a los que se les han realizado revisiones periódicas.

2. Respecto al punto segundo que dice:

   "Segundo.- El Congreso de la Ciudad de México exhorta respetuosamente a la jefa de Gobierno, Dra. Claudia Sheinbaum y al Director General del Instituto del Deporte, Mtro. Rodrigo Dosal Ulloa, a implementar un programa de ejercicio en cada una de las Demarcaciones Territoriales y la instalación de más gimnasios urbanos…".

Se elabora la subsiguiente **Propuesta de Programa de Activación Física**, con el objeto de aprovechar los gimnasios urbanos existentes:

A. Para el Gimnasio Urbano Tipo A
   a. Calentamiento

DELEGACION BENITO JUAREZ
DIRECCION GENERAL DE DESARROLLO SOCIAL
RECEPCION DE CORRESPONDENCIA
FECHA 03/07/19 ANEXO
HORA 13:35 NO. 14
TURNO
RECIBE Elena

Contacto Tel. 56048344
Av. División del norte 2333 Col. General Anaya C.P. 03340

i. Movilidad articular. 8 tiempos de cada ejercicio
   1. Diciendo que sí con la cabeza
   2. Diciendo que no con la cabeza
   3. Círculos con la cabeza hacia la derecha
   4. Círculos con la cabeza hacia la izquierda
   5. Círculos hacia el frente con los brazos extendidos
   6. Círculos hacia atrás con los brazos extendidos
   7. Extender los brazos lateralmente, cruzarlos al frente y extenderlos
   8. Elevar los brazos y hacerlos hacia abajo
   9. Círculos con los antebrazos hacia a fuera
   10. Círculos con los antebrazos hacia dentro
   11. Círculos con las muñecas hacia la derecha
   12. Círculos con las muñecas hacia la izquierda
   13. Abrir y cerrar los dedos de ambas manos (o doblando y estirando los dedos)
   14. Círculos de cintura a la derecha
   15. Círculos de cintura a la izquierda
   16. Flexión del torso hacia adelante y hacia atrás
   17. Rotación de la cintura a la derecha e izquierda
   18. Flexión de rodillas
   19. Talones a los glúteos
   20. Marchando en su lugar
   21. El pie derecho dice que sí
   22. El pie derecho dice que no
   23. Círculos con el pie derecho hacia la derecha
   24. Círculos con el pie derecho hacia la izquierda
   25. El pie izquierdo dice que sí
   26. El pie izquierdo dice que no
   27. Círculos con el pie izquierdo hacia la derecha
   28. Círculos con el pie izquierdo hacia la izquierda

ii. Activación cardiopulmonar. 5 minutos
   1. Usar la aminadora horizontal o caminadora flotante a un ritmo ligero

b. Etapa principal
   i. Principiantes
      1. Ejecutar tres series de entre cinco y ocho repeticiones a baja intensidad con dos minutos de descanso entre cada serie
   ii. Intermedios
      1. Elegir un grupo muscular a trabajar y ejecutar cuatro series de doce repeticiones con dos minutos de descanso entre cada serie
      2. Alternar el grupo muscular elegido
         a. Tren superior: Press de pecho, press de hombro, remadora, cuadrados de cintura
         b. Tren inferior: Multifuncional, pollo, press de pierna + [illegible] abdominal

iii. Avanzados

1. Elegir un grupo muscular a trabajar y ejecutar seis series iniciando en 20 repeticiones, y reduciendo dos repeticiones por serie (en la última sserie haría 10 repeticiones), con un minuto de descanso entre cada serie.
2. Alternar el grupo muscular elegido
   a. Tren superior: Press de pecho, press de hombro, remadora, volantes de cintura
   b. Tren inferior: Multifuncional, potro, press de pierna + plancha abdominal

c. Enfriamiento. 8 tiempos por cada ejercicio.

i. Agachar la cabeza y con ambas manos, ligeramente, hacer presión hacia abajo.
ii. Hacer la cabeza hacia atrás y con los dedos pulgares de ambas manos, empujar ligeramente hacia atrás.
iii. Flexionar el torso del cuerpo hacia el frente e intentar tocar el piso con las manos
iv. Flexionar el torso hacia atrás ligeramente y mirar hacia esa dirección
v. Abrir el compás con las manos en la cintura
vi. Manteniendo el compás abierto, flexionar el torso hacia la pierna derecha y sujetar el tobillo derecho con ambas manos. Repetir con el lado izquierdo.
vii. Manteniendo el compás abierto, flexionar el torso hacia el frente y estirar los brazos
viii. En posición erguida, flexionar la rodilla derecha y sujetar el tobillo hasta llevarlo lo más cerca al gluteo. Repetir con la pierna izquierda.
ix. En posición erguida, flexionar la rodilla derecha y sujetar la pierna para llevar el muslo hacia el abdomen. Repetir con la pierna izquierda.

Con el objeto de que la Propuesta realizada sea del conocimiento de la población, se sugiere la instalación de carteles impermeables dentro de la zona del gimnasio urbano.

Sin más por el momento, aprovecho la ocasión para enviarle un cordial saludo y quedo a sus ordenes para cualquier duda o comentario al respecto

ATENTAMENTE

DR. ALFONSO GEOFFREY RECODER RENTERAL
DIRECTOR DEL DEPORTE

C.c.p. Ernesto Solis Rodriguez - Subdirector de Desarrollo del Deporte
Jesus Alejandro Cruz Murillo - J.U.D. de Administración de Instalaciones Deportivas

AGRR/ESR/dsrr Descargo DD/1453