

Wellness Center: el lugar para la salud y el bienestar del alumno



Mantener el bienestar integral del alumno y así pueda desarrollar mejor sus competencias es lo que busca el [Wellness Center](#), nuevo espacio de [Tecnológico de Monterrey](#).

La visión de ofrecer un espacio centrado en la persona, en sus necesidades de colaboración y vivencia para propiciar la creatividad, la innovación y el desarrollo de sus competencias fue la inspiración de crearlo.

El día de hoy 16 de junio se presentó el **Wellness Center**, el cual está ubicado en la huella donde se encontraba una parte del Estadio Tecnológico.



width="900" loading="lazy">

“Es un espacio que va de la mano del Modelo Educativo TEC21, en donde el acompañamiento, el bienestar y la formación de personas no solo en el ámbito académico, sino también como individuos, es para nosotros una prioridad.

*“El balance de vida entre prepararse muy bien en una profesión o en una carrera, y también prepararse como personas es muy relevante para la institución”, expresó Mario Adrián Flores, vicepresidente de la **Región Monterrey**.*

El Wellness Center comenzó a construirse en mayo del 2019, se inaugurará oficialmente en agosto y será primordial dentro de los objetivos del área de **Liderazgo y Formación Estudiantil (LiFE)**.

“Parte del objetivo de Liderazgo y Formación Estudiantil es lograr que el estudiante tenga esta plenitud. Se busca la formación integral del estudiante”, enfatizó Moraima Campbell, directora de LiFE en la Región Monterrey.

“No nada más está la parte académica, está la parte de lograr este balance como persona. Aprovechemos este espacio y logremos potenciar nuestro liderazgo”, agregó.

Este espacio promoverá la salud y bienestar para todos los estudiantes, además de ser la casa de los **Borregos Monterrey** de basquetbol, voleibol y natación, tanto varonil como femenino.

“Es un privilegio ser parte del desarrollo y formación de personas mediante la práctica del deporte de esta gran institución”, comentó Sigifredo Treviño, director Atlético y Deportivo.

“En el deporte del Tec de Monterrey estamos viviendo una etapa histórica de inversión e infraestructura que recibimos y reafirmamos nuestro sentido de pertenencia, motivación y compromiso”, añadió.



width="900" loading="lazy">

Concepto arquitectónico

El proyecto se desarrolla como un polideportivo compuesto por una serie de edificios en torno a un atrio distribuidor que conecta a los deportistas y visitantes sin aglomeraciones y dirige claramente a los diferentes destinos del programa arquitectónico.

La transparencia en puentes y fachadas permite vivir la experiencia de cada deporte desde diferentes ángulos en los edificios.

“Cada espacio se vive intensamente por dentro, pero desde afuera puedes visualizar la alberca, el gimnasio, el área Fitness y otros”, explicó José Luis Graue, director de Construcciones en la Región Monterrey.

El gran bloque principal de fitness se eleva sobre una gran terraza cubierta que conecta visualmente parque y atrio, pero desde la planta alta se abre a todo el parque central y las vistas son contenidas por el Cerro de la Silla.

WELLNESS CENTER: **ESPACIO PARA LA SALUD Y EL BIENESTAR**

12,916 M²

DEDICADOS a fomentar la cultura de la salud en nuestra comunidad

ESPACIOS PRINCIPALES:

- Arena Tec con canchas de basquetbol y voleibol
- Gimnasio Wellness con equipo de pesas y acondicionamiento físico
- Alberca Borregos

9,500 M²

DE SUPERFICIE de terreno.

INICIO DE CONSTRUCCIÓN:

6 de Mayo de 2019

TÉRMINO DE CONSTRUCCIÓN:

26 de Mayo de 2021

CONECTA

Las noticias del Tec

width="900" loading="lazy">

Cómo se conforma el Wellness Center

Con 13 mil metros cuadrados de construcción, el Wellness está dividido en cuatro principales espacios: gimnasio recreacional, edificio de pesas y acondicionamiento físico, edificio de la alberca y el edificio de formación deportiva y nutrición.

Todo esto en dos niveles y con diversas salas y áreas para el ejercicio y el bienestar.

La **Arena Tec** tiene una capacidad para más de 450 espectadores, cuenta con canchas de basquetbol y voleibol climatizadas, y será la casa de los equipos representativos de estos deportes.

“En el espacio se pueden albergar hasta dos eventos nacionales simultáneos de voleibol y basquetbol, porque tenemos una malla que puede dividirlo en dos espacios, todo de acuerdo al reglamento de la federación mexicana tanto de voleibol como de basquetbol”, explicó Rodolfo Shears, entrenador de los Borregos de voleibol varonil.

La **Alberca Borregos** es de 25x25 metros, con gradas para 350 personas y tecnología de punta para las competencias.

“Todo su equipamiento la hace una de las mejores albercas del país, muy equipada. Esta será la casa de los Borregos, donde estamos entrenando”, explicó Mauricio Campos, entrenador de los Borregos de Natación.



width="900" loading="lazy">

En el **Gimnasio Wellness**, durante la pandemia se le podrá dar servicio hasta a 300 alumnos.

En éste hay caminadoras, remeras, equipos de pesas integrado para libre y cardio, así como un cuadrilátero y costales para la práctica del box.

También cuenta con salas de yoga, artes marciales, zumba, spinning y para crossfit.

En el área abierta hay una pared de escalar de hasta 15 metros de altura.



width="900" loading="lazy">

Todo esto brinda una diversidad en el ejercicio, señaló Elisa Martínez, directora de **Formación Deportiva**.

“Para propiciar espacios donde esté la sana convivencia de los alumnos, donde puedan tener ese tiempo de recreación, donde puedan desarrollar sus capacidades físicas, su desarrollo mental y emocional”, comentó.

“Además de eso contar con espacios donde pueda ser asesorado para su aspecto nutricional y así poder contribuir a esa vivencia plena y memorable en el campus”, dijo.

En el Wellness Center también se ofrecerán fisioterapia y asesorías de nutrición para los estudiantes.

Este espacio se suma a la evolución del campus Monterrey con la **Arena Borregos**, el **Estadio Banorte**, **La Casa de los Borregos**, y el **Centro Deportivo Borregos 1 y 2**, todos proyectos de acuerdo al diseño de [DistritoTec](#).

WELLNESS CENTER: PLANTA BAJA

ARENA TEC

con una capacidad
de 280 espectadores

ALBERCA BORREGOS

de 25 m x 25 m, con vestidores, baños y
oficinas para el personal.

VESTÍBULO

que funciona como nodo de
articulación para todo el edificio

ESPACIO COMERCIAL

con terraza

SALAS DE:

yoga, artes marciales y zumba

Área para **CROSSFIT**

Vestidores, baños generales y servicios.

CONECTA

Las noticias del Tec

width="900" loading="lazy">

En la ceremonia, alumnos de las diferentes ramas también expusieron su sentir al pisar las duelas o nadar en la alberca, y Mario Adrián Flores y Moraima Campbell les entregaron unas gorras emblemáticas de Borregos para la natación y balones de basquetbol y voleibol de forma simbólica a los estudiantes.

También estuvieron presentes integrantes del **Salón de la Fama** del Tec de Monterrey y de **Beck**, empresa que coordinó la construcción del edificio.

El **Wellness Center** viene a enriquecer e incrementar los espacios para promover en los alumnos la salud y el bienestar buscando el mejor desarrollo de sus competencias en la institución.

WELLNESS CENTER: **SEGUNDO NIVEL**

GIMNASIO WELLNESS

Equipos Fitness: 170-180 equipos

44 caminadoras

125 equipos de peso
integrado/libre y cardio

12 equipos para área de Box

GRADAS PARA LA ALBERCA BORREGOS

de competencia con capacidad
de 350 personas

NUTRICIÓN Y FISIOTERAPIA

SPINNING

Dos **TERRAZAS**

SERVICIOS generales

CONECTA

Las noticias del Tec

width="900" loading="lazy">

TAMBIÉN TE PUEDE INTERESAR LEER: