**5 pasos para la pérdida de peso**

**Matrícula:** del miércoles 10 de enero a las 9:00 a. m. al martes 16 de enero a las 12:00 m.

**Enlace de inscripción:** [https://cursoslibresso.fundacionucr.org/](https://cursoslibresso.fundacionucr.org/admin)

**Desarrollo de los cursos:** del lunes 22 de enero al sábado 3 de febrero.

* La modalidad de los cursos,virtual, bimodal o presencial, se especifica en la descripción de cada uno.
* Las actividades presenciales se desarrollarán en las instalaciones de la Sede de Occidente, en San Ramón de Alajuela.
* Para las actividades virtuales se requiere contar con conexión de internet estable, computadora o dispositivos móviles (tablet, celular), auriculares o micrófono, cámara.

**Costo**: ¢5 100,00 I.V.A. incluido.

**Enlace para ver todos los cursos libres ofrecidos:** https://drive.google.com/file/d/1rowxk8PB1Bv9Df2V7PvYtGOlXtMD\_mcZ/view?usp=sharing

 **5 pilares para la pérdida de peso**

Facilitadora: Katty Sáenz Pérez, Médica general y nutricionista.

Modalidad: virtual sincrónico (clases en línea y en vivo).

Fecha de inicio: 23 de enero 2024.

Fecha de finalización: 25 de enero 2024.

Días que se imparte: 23, 24 y 25 de enero.

Horario: 6:00 p. m. a 7:00 p. m.

Población: adultos (18-60 años).