



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA METROPOLITANA
UNIDAD XOCHIMILCO, COORDINACIÓN DE
SERVICIOS PARA LA CONVIVENCIA INTEGRAL

REQUISITOS DE INSCRIPCIÓN Gimnasio de Pesas, Halterofilia y Cardio

INVIERNO 2026

*AGENDA CITA

1

Ingresar a la página web

Ingresar a la página <https://gimnasio.xoc.uam.mx/> Registró al Gimnasio de Pesas, Halterofilia y Cardio; podrán realizar la inscripción, y verificar el estatus de su trámite.

2

Solicitud de inscripción

Llenar cada uno de los apartados de la solicitud de Inscripción.

3

Escanear el documento correspondiente

- El **Personal Académico y Administrativo** tienen que colocar el núm. de registro del **ISSSTE** o Núm. de Póliza de Gastos Médicos Mayores 2026.
- El **Alumnado** debe colocar la hoja de asignación o localización del **Número de Seguridad Social (NSS)**, vigente para 2026.

4

Escanear el examen médico

De cualquier Institución pública o privada con la leyenda “apto para realizar actividad deportiva” si el examen tiene dos caras, se deberán guardar en un solo archivo. Este documento solamente tiene vigencia del **1 de enero y hasta el 31 de diciembre del 2026.**

En caso de padecer alguna enfermedad crónica deberá ser especificado por escrito en su examen médico y/o además de traer el seguimiento del tratamiento vigente de su padecimiento con la leyenda **apto para realizar actividad deportiva y gimnasio de pesas.**

5

Sellado y verificación

Presentarse de manera presencial al **servicio medico del deporte** para el sellado y verificación de Hoja de Numero de Seguridad Social (NSS), así como la aprobación del certificado médico.

6

Subir documentos a plataforma

Una vez aprobados y con sellos vigentes, subirlo ambos documentos a la plataforma para ser aceptada tu solicitud (**no subir dicha información sin tener los sellos de aprobación por parte de servicio medico del deporte**)

7

Subir fotografía

Subir una **fotografía** reciente tamaño infantil de frente, solo del rostro, no se acepta selfi ni fotos de cuerpo completo.

8

Sobre la edad

Si no cumples con la mayoría de edad, deberás traer hoja de consentimiento firmada por padre, madre o tutor donde se autoricen la práctica y uso del gimnasio. (Traer copia del INE del tutor)

Página Web

