



*El TEC promueve la actividad física realizando diversas actividades dentro de la Institución. (Foto: Clásica Atlética TEC / Archivo OCM)*

## **Beneficios de la actividad deportiva y la recreación en la productividad de las personas (La Voz del TEC)**

30 de Marzo 2017 Por: [Geovanni Jiménez Mata](#) [1]

**Les invitamos a escuchar el espacio radiofónico La Voz del TEC**, un programa en el cual investigadores y otros profesionales de la Institución dan a conocer las diferentes acciones que se realizan y su impacto nacional e internacional.

En esta ocasión, el **doctor Biery Loaiza, coordinador de la Unidad de Deporte del TEC**, explica cómo el realizar ejercicio incide de manera directa y positiva en la productividad de una persona. Además, el experto brinda algunos **consejos para no claudicar en la práctica del deporte**.

**La Voz del TEC se transmite todos los martes a las 3:00 p.m. por la frecuencia 96.3 FM de Radio Centro.**

A continuación, puede escuchar la edición del 28 de marzo:

---

**Source URL (modified on 04/10/2018 - 08:58):** <https://www.tec.ac.cr/hoyeneltec/node/1793>

**Enlaces**

[1] <https://www.tec.ac.cr/hoyeneltec/users/geovanni-jimenez-mata>