



UNIVERSIDAD
POLITÉCNICA
DE MADRID

POLITÉCNICA



Programas de movilidad 2025-26



21 de mayo de 2024

Oficina Internacional
international.etsit@upm.es

¿Quiénes somos?



Jesús Fraile

Academic Coordinator



Paloma García

Head of International
& Corporate Partnership Office



Julián Ayuso

International Office Responsible



Emilie Roussel

Incoming Students and University Partners



Carmen Martínez

Administrative Officer

e-mail:

international.etsit@upm.es

Tel.: +34 91 067 1959/1958

Our data: **ETSIT-UPM**

Erasmus code: **E MADRID05**



POLITÉCNICA

ETSIT
UPM

Nuestra experiencia internacional

Juan y Marina

¿Quiénes somos?

4º Teleco



4º Biomédica



¿Por qué hacer movilidad internacional?

1

Nuevas culturas

Te integrarás en una nueva cultura



2

Idiomas

Aprenderás nuevos idiomas y mejorarás los que ya sabes



3

Educación

Conocerás cómo es la formación en otro sitio



4

Independencia y autonomía

Descubrirás tus capacidades y límites



Al principio puede ser un poco difícil...



Proyecto formativo

Cuadrar las asignaturas de aquí con las de tu destino



Burocracia

Residencia, documentación para el país de destino y otras gestiones



Salir de tu zona de confort

Decir adiós a tu vida y adaptarte a un nuevo clima, alimentación, horario...

Pero merece la pena!

1

Conoces gente de todo el mundo



2

Creces como persona



3

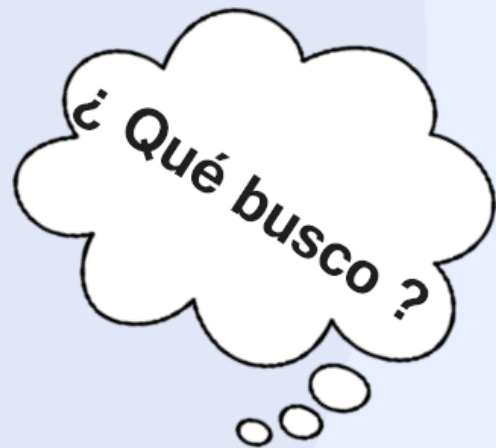
Vuelves con muchas nuevas experiencias y recuerdos inolvidables



4

Estarás preparado para nuevos retos





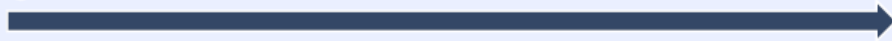
Nuestros consejos



Decide tu destino con tiempo



Requisitos: Idiomas



Proyecto Formativo



Pide consejo: Intercontacta



Estar abierto a todo, no desistir



No te olvides de la universidad



Disfruta de la experiencia



Habrá contratiempos



¿Alguna pregunta?



juan.ortigosa@alumnos.upm.es

marina.dediego@alumnos.upm.es



Antes de comenzar

- La tendencia en la Administración Pública es a ir eliminando el mayor número de documentos en papel, es por ello que **la Firma Electrónica es necesaria en todos los procesos de movilidad!!**.
- Pincha [aquí](#) para consultar el manual con los pasos a seguir para conseguir tu Firma Electrónica.

Si todavía no tienes tu firma electrónica,
¡debes conseguirla ya!



¿Qué es la movilidad?

- Es una **OPORTUNIDAD** que la ETSIT ofrece a sus alumnos para **completar sus estudios** en otras Universidades (normalmente extranjeras) con las que tiene convenios.
- Se puede realizar a través de distintos programas según [destino](#).
- **NO ES UN DERECHO** del alumno.
- Supone una **APUESTA** por la internacionalización que requiere:
 - Una gran inversión de recursos por parte de la Escuela.
 - Mucha dedicación y esfuerzo por parte del alumno.

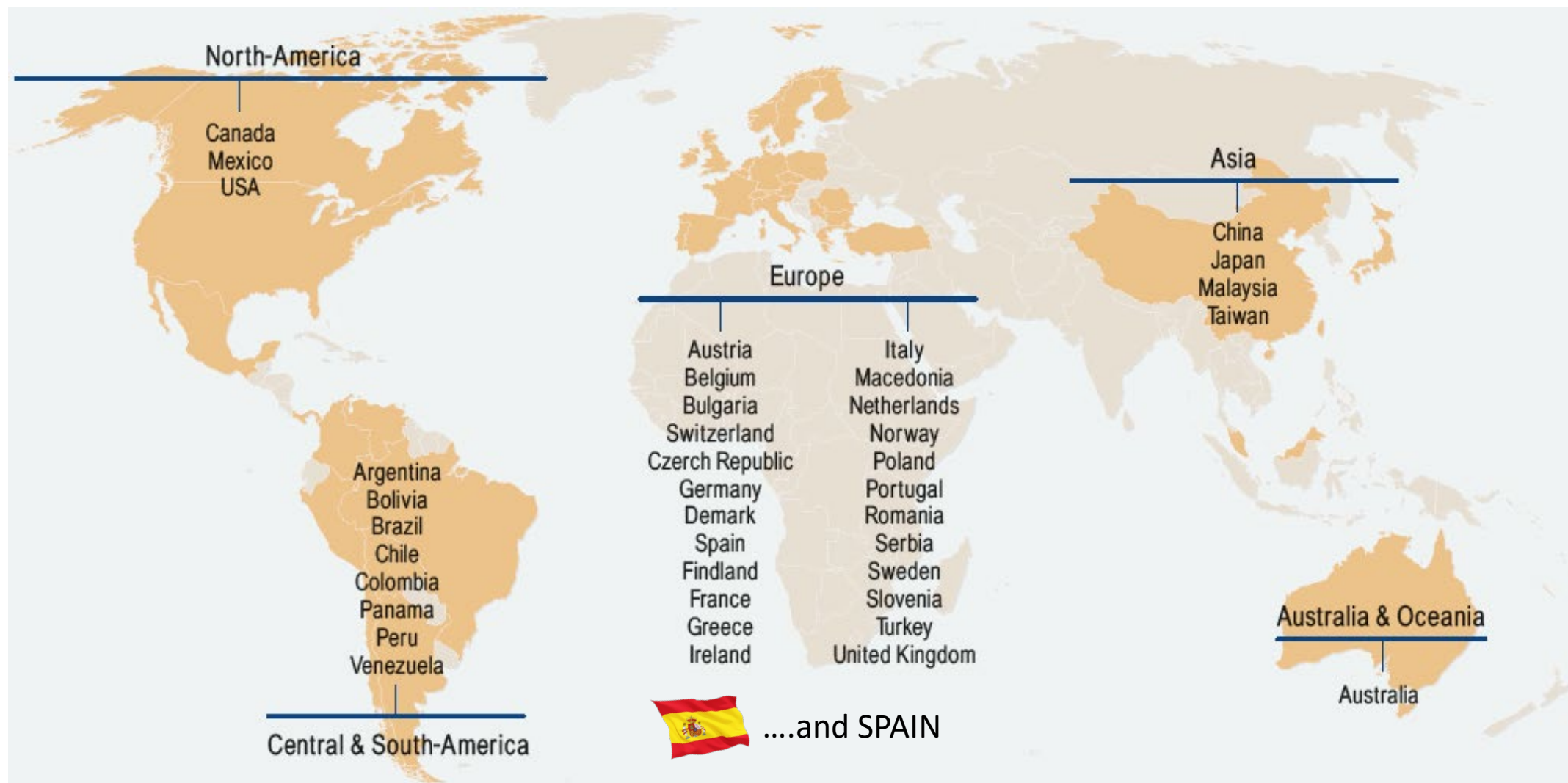


¿Por qué realizar movilidad?

1. Profundizar **y mejorar tu nivel en otro idioma**, sumergiéndote en la cultura y costumbres del país de acogida.
2. Experimentar **sistemas universitarios y métodos de aprendizaje nuevos**.
3. Ser **más autónomo** y saber desenvolverte en nuevas situaciones.
4. Conocer a **personas de todo el mundo** y abrir la mente.
5. Permite **POTENCIAR un perfil profesional diferencial** y altamente valorado.



¿Dónde se puede realizar la movilidad?



Preparación de la movilidad

- Es un **trabajo en equipo** entre el **alumno** y la **Oficina Internacional (IO)**.
- Cada uno tiene sus tareas y responsabilidades.



Este año se va a **cambiar radicalmente el procedimiento**, por lo que tendréis que tener paciencia y ayudarnos a pulirlo

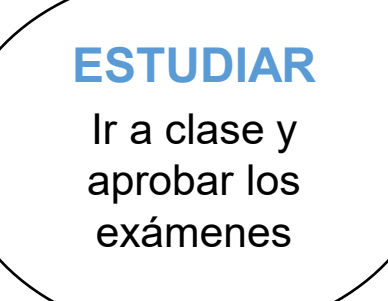




¿Qué significa estudiar fuera?

ESTUDIAR

Ir a clase y
aprobar los
exámenes



ESTUDIAR

Ir a clase y
aprobar los
exámenes

INVESTIGAR

Para realizar
el TFG-TFM

The diagram consists of a large, light blue rounded rectangle. Inside this rectangle, on the left side, is a smaller, light blue rounded rectangle containing the word 'INVESTIGAR' in bold blue capital letters. To the right of this smaller rectangle, the text 'Para realizar el TFG-TFM' is written in black, with 'Para realizar' on the top line and 'el TFG-TFM' on the bottom line.



INVESTIGAR

Para realizar
el TFG-TFM

The diagram consists of a large, light blue rounded rectangle. Inside this rectangle, on the left side, is a smaller, light blue rounded rectangle containing the word 'INVESTIGAR' in bold blue capital letters. To the right of this smaller rectangle, the text 'Para realizar el TFG-TFM' is written in black, with 'Para realizar' on the top line and 'el TFG-TFM' on the bottom line.

Higher Education
Learning Agreement form
Student's name
Academic Year 20.../20...

Student	Last name(s)	First name(s)	Date of birth	Nationality ¹	Sex (M/F)	Study cycle ²	Field of education ³
Sending Institution	Name	Faculty/Department	Erasmus code ⁴ (if applicable)	Address	Country	Contact person name ⁵ , email, phone	
Receiving institution	Name	Faculty / Department	Erasmus code (if applicable)	Address	Country	Contact person name; email, phone	

Before the mobility

Study Programme at the Receiving Institution

Planned period of the mobility: from [month/year] to [month/year]

Table A: Before the mobility	Component ^a code (if any)	Component title at the receiving institution (as indicated in the course catalogue) ^b	Semester (e.g. autumn/spring; term)	Number of ECTS credits (or equivalent) ^c to be awarded by the Receiving Institution upon successful completion
				Total.....

Webs link to the course catalog at the Receiving Institution describing the learning outcomes: (web-link to the relevant information).....

The level of language competence^d: (Indicate here the main language of instruction that the student already has or agrees to acquire by the start of the study period Is: ☐ A1 ☐ A2 ☐ B1 ☐ B2 ☐ C1 ☐ C2 ☐ Native speaker):

Recognition at the Sending Institution

Table B Before the mobility	Component code (if any)	Component title at the Sending Institution (as indicated in the course catalogue)	Semester (e.g. autumn/spring; term)	Number of ECTS credits (or equivalent) to be recognised by the Sending Institution
				Total.....

Provisions applying if the student does not complete successfully some educational components: (web-link to the relevant information).....

Commitment

I, by signing this document, the student, the Sending Institution and the Receiving Institution confirm that they approve the Learning Agreement and that they will comply with all the arrangements agreed by all parties. Sending and Receiving Institutions undertake to apply all the principles of the Erasmus Charter for Higher Education relating to mobility for studies (for the principal agent see the inter-institutional Agreement for institutions located in Partner Countries). The Signatories' Institutions and the student should also commit to what is set out in the Erasmus+ grant agreement. The Receiving Institution confirms that the educational components listed in Table A are in line with its course catalogue and should be available to the student. The Sending Institution commits to recognise all the credits or equipment units gained at the Receiving Institution for the successfully completed educational components and to count them towards the student's degree as described in Table B. As documented in this act, signed and stamped by all three signatories, it is confirmed that the sending institution and the receiving institution have committed to the following provisions: separate persons and/or study period.

Commitment	Name	Email	Position	Date	Signature
Student					
Responsible person ^{m,n} at the Sending Institution					
Responsible person at the Receiving institution ^p					

Higher Education
Learning Agreement form
Student's name
Academic Year 20.../20...

Student	Last name(s)	First name(s)	Date of birth	Nationality ¹	Sex (M/F)	Study cycle ²	Field of education ³
Sending institution	Name	Faculty/Department	Erasmus code ⁴ (if applicable)	Address	Country	Contact person name ⁵ , email, phone	
Receiving Institution	Name	Faculty / Department	Erasmus code (if applicable)	Address	Country	Contact person name; email, phone	

Before the mobility

Study Programme at the Receiving Institution

Planned period of the mobility: from [month/year] to [month/year]

Table A: Before the mobility	Component ^a code (if any)	Component title at the Receiving Institution (as indicated in the course catalogue*)	Semester (e.g. autumn/spring; term)	Number of ECTS credits (or equivalent) ^b to be awarded by the Receiving Institution upon successful completion
				Total :.....

Webs link to the course catalogue at the Receiving Institution describing the learning outcomes: (weeb-link to the relevant information) _____

The level of language competence^c = (Indicate here the main language of instruction) that the student already has or agrees to acquire by the start of the study period is: A1 □ A2 □ B1 □ B2 □ C1 □ C2 □ Native speaker □

Recognition at the Sending Institution

Table B Before the mobility	Component code (if any)	Component title at the Sending Institution (as indicated in the course catalogue)	Semester (e.g. autumn/spring; term)	Number of ECTS credits (or equivalent) to be recognised by the Sending Institution
				Total :.....

Provisions applying if the student does not complete successfully some educational components: (web-link to the relevant information) _____

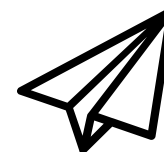
Commitment

By signing this document, the student, the sending institution and the receiving institution confirm that they approve the Learning Agreement and that they will comply with all the arrangements agreed by all parties. Sending and Receiving Institutions undertake to apply all the principles of the Erasmus Charter for Higher Education relating to mobility for studies (for the principal agent see the inter-institutional Agreement for institutions located in Partner Countries). The beneficiary Institution and the student should also commit to what is set out in the Erasmus grant agreement. The benefiting institution confirms that the educational components listed in Table A are in line with its course catalogue and should be available to the student. The sending institution commits to recognise all the credits or equipment units gained at the receiving institution for the successfully completed educational components and to count them towards the student's degree as described in Table B. As documented in this act, signed and stamped by all three parties, it is understood that the participating institutions have accepted the following conditions:

- Both institutions shall ensure that the student receives appropriate academic supervision during his/her stay.
- The sending institution will communicate to the benefiting institution any problems or changes regarding the study programme, responsible persons and/or study period.

Commitment	Name	Email	Position	Date	Signature
Student					
Responsible person ^{d,e,f,g,h,i,j,k,l,m,n,o,p,q,r,s,t,u,v,w,x,y,z, <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td>}					
at the Sending Institution					
Responsible person at the					
Receiving institution					

RECONOCIMIENTO



JOHN ROBINSON

SUMMARY

Senior Software Engineer with 5+ years of experience in web development, specializing in JavaScript, Python, and React. Proven track record of leading teams and delivering high-quality software solutions.

WORK EXPERIENCE

Senior Software Engineer | TechCorp Inc. | 2018 - Present

- Lead a team of 5 developers in building a new web application.
- Optimized application performance, reducing load times by 20%.
- Implemented CI/CD pipeline, improving deployment efficiency.

Software Engineer | DataFlow Systems | 2016 - 2018

- Developed and maintained a data processing pipeline.
- Collaborated with cross-functional teams to integrate new features.
- Conducted code reviews and mentored junior developers.

Junior Software Engineer | WebSolutions Ltd. | 2014 - 2016

- Assisted in the development of a client management system.
- Participated in agile development cycles and sprint planning.
- Resolved production issues and provided technical support.

EDUCATION

Bachelor's Degree in Computer Science | University of California, Berkeley | 2014

SKILLS

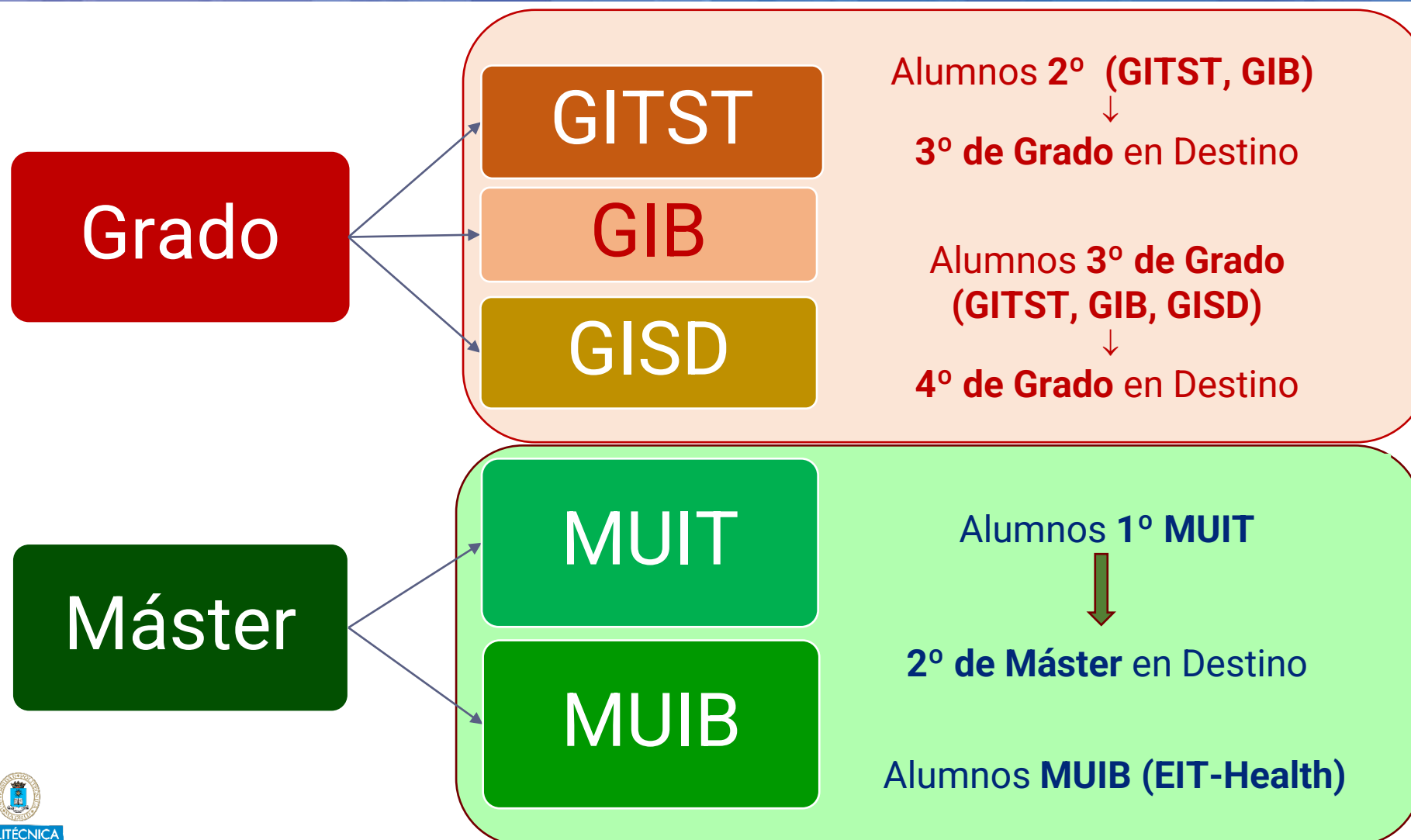
- JavaScript
- Python
- React
- Node.js
- SQL
- Git

CONTACT

Email: john@johnrobinson.com | Phone: (555) 123-4567 | LinkedIn: linkedin.com/in/johnrobinson

© 2023 John Robinson. All rights reserved.

¿Quiénes podéis solicitar movilidad?



¿Qué se puede realizar en destino?

Grado

Un semestre

Sólo asignaturas (3º y 4º)

Asignaturas 4º + TFG

Sólo TFG

DiFíCiL

Curso Académico

Sólo asignaturas (3º y 4º)

Asignaturas 4º + TFG

Máster

Un semestre

Sólo asignaturas

Sólo TFM

DiFíCiL

Curso Académico

Asignaturas + TFM

Universidades con Acuerdo de Doble Titulación



Doble Titulación (Máster)

12 meses
(IIT, Berkeley,...)

18 meses
(PoliMi,
Darmstadt)

24 meses
(Telecom
ParisTech...)

Doble Titulación

4º GITST

2º MUIT



Requisitos para realizar la movilidad

1.- Número mínimo de ECTS y cursos superados

2.- Certificado de idiomas válido

3.- Proyecto formativo aprobado



Requisitos para realizar la movilidad

1.- Número mínimo de ECTS y cursos superados



- Grado (GITST-GIB):

- **Movilidad en 3º Grado**

- Todos los créditos de los **2 primeros semestres** en el momento de presentar la solicitud (**1º aprobado**)

- Grado (GITST-GIB-GISD):

- **Movilidad de 4º Grado**

- Los créditos de las **asignaturas básicas y obligatorias de los cuatro primeros semestres de grado** en el momento de presentar la solicitud (**1º y 2º aprobado**)

- Máster (MUIT):

- No tener pendientes más de **12 ECTS de 1º curso** en el momento de incorporación a destino.

Requisitos para realizar la movilidad

2.- Certificado de idiomas válido



CAMBIO IMPORTANTE!

- Todos los alumnos necesitan tener un **certificado de idiomas válido** en el **momento de realizar la solicitud**.
- Se requerirá el nivel mínimo requerido en cada destino.

Oferta_de_plazas_2021_2022_ACTUALIZADA_MUIT_web (1) [Vista protegida] - Excel

Archivo

Inicio

Insertar

Diseño de página

Fórmulas

Datos

Revisar

Vista

Acrobat

¿Qué desea hacer?

VISTA PROTEGIDA Office detectó un problema con este archivo. Si lo edita, puede dañar el equipo. Haga clic para obtener más detalles.

A1

UNIVERSIDAD

	A	B	C	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U
	UNIVERSIDAD	CIUDAD	CÓDIGO ERASMUS	de SEC de SEC	IOGRA	Posibilidad de beca	PLAZAS	MES	MAST	AÑO (UN SEME	SZ AÑO	TFM	DT(MAST	CERT	
1	Technische Universität Graz	Graz	A GRAZ 02	914		ER	Si	3	10	SI	SI	SI	SI	NO	ALEMÁN B2 o INGLÉS B2 (TOEFL 75, IELTS 6.0, TOEIC (785 listening and reading - 310 speaking and writing) o IELTS 6.0 (min 6.0 in writing) o TOEIC min 785 o FCE, CAE, CPE o University language Center certifying a level B2 o HOLANDES B2 (proof that the student has a minimum B2 level in Dutch))
2	Technische Universität Wien	Vienna	A WIEN 02			ER	Si	4	10	SI	SI	SI	SI	NO	ALEMÁN B1 o ALEMÁN A2 + curso intensivo de alemán o INGLÉS B1
3	Université Libre de Bruxelles ULB	Bruselas	B BRUXEL 04	914		ER	Si	2	12	SI	SI	SI	SI	NO	FRANCÉS B1 o INGLÉS B2
4	Universiteit Gent	Gent	B GENT 01	914		ER	Si	4	12	SI	SI	SI	SI	NO	INGLES B2: TOEFL min 87 o IELTS 6,0 (min 6,0 in writing) o TOEIC min 785 o FCE, CAE, CPE o University language Center certifying a level B2 o HOLANDES B2 (proof that the student has a minimum B2 level in Dutch))
5	Universiteit Gent*	Gent	B GENT 01			ER	Si	3	5	SI	SI	SI	SI	NO	INGLES B2: TOEFL min 87 o IELTS 6,0 (min 6,0 in writing) o TOEIC min 785 o FCE, CAE, CPE o University language Center certifying a level B2 o HOLANDES B2 (proof that the student has a minimum B2 level in Dutch))
6	Katholieke Universiteit Leuven	Leuven	B LEUVEN 01	914		ER	Si	3	12	SI	SI	SI	SI	NO	INGLÉS B2
7	Université de Liège	Lieja	B LIEGE 01	914		ER	Si	2	12	SI	SI	SI	SI	NO	FRANCÉS B1 o INGLÉS B2
8	Université Catholique de Louvain	Louvain-la-Neuve	B LOUVAIN 01			ER	Si	2	12	SI	SI	SI	SI	NO	FRANCÉS B1 (Delf - DALF) o INGLÉS B2 (TOEFL - IELTS - CAP - CPE o statement of English proficiency)
9	Angel Kanchev University of Ruse	Ruse	BG ROUSSE 01			ER	Si	2	5	SI	SI	NO	SI	NO	INGLÉS B1
10	Technical University of Sofia	Sofia	BG SOFIA 16			ER	Si	2	12	SI	SI	SI	SI	NO	INGLÉS B1
11	HES-SO Haute École Spécialisée de Suisse Occidentale - hepia	Ginebra	CH DELEMONT 03	611		AB	Si (beca gobierno)	6	12	SI	SI	NO	SI	NO	FRANCÉS B1
12	École Polytechnique Fédérale de Lausanne EPFL	Lausana	CH LAUSANN 06	714		AB	Si (beca gobierno)	3	10	SI	SI	SI	SI	NO	FRANCÉS B2 o INGLÉS B2
13	Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften ZHAW	Winterthur	CH WINTERT 03			AB	Si (beca gobierno)	2	5	SI	SI	SI	SI	NO	ALEMÁN B2 o INGLÉS B2 (TOEFL 550/213/79 o TOEIC 700 o IELTS 6.0 o CAE)
14	Czech Technical University CTU	Prague	CZ PRAHA 10			ER	Si	2	10	SI	SI	SI	SI	NO	INGLÉS B2
15	RWTH - Aachen	Aachen	D AACHEN 01			ER	Si	4	12	SI	SI	SI	SI	NO	INGLES B2 (TOEFL 90 IBT o IELTS 5.5 o CAE) y/o ALEMÁN (TestDaF - Level 4 in all four examination areas - o IELTS 6.0)
16	Technische Universität Berlin	Berlin	D BERLIN 02			ER	Si	2	10	SI	SI	SI	SI	NO	INGLÉS B2 y ALEMÁN A2 (para todos los alumnos incluido si solo van a realizar TFG/TFM o TFG/TFM o TFG/TFM)

Requisitos para realizar la movilidad

2.- Certificado de idiomas válido



- Certificado con **validez de 3 años, vigente a 31 de mayo de 2025** (posterior a mayo de 2022)
 - Se aceptará certificado de idiomas de **nivel superior** a lo requerido con validez de **4 años** a 31 de mayo de 2025.
- **Plazo de presentación del certificado:**
 - La fecha límite: **15/11/2024**
 - Si no tienes certificado de idioma válido, mira fechas de exámenes y consíguelo cuanto antes.
 - Se recomienda examinarse antes de octubre. Ten en cuenta que se tarda entre 10 y 20 días para corregir y obtener los resultados. (aprovecha el verano para obtenerlo!!)

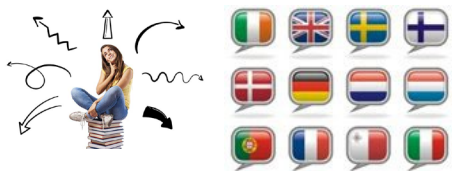
Se **requiere un certificado**, no la captura de pantalla de un e-mail, puede que necesites pedirlo en papel (TOEFL)

No hay que marcar universidades para que les llegue (ej. TOEFL)

¡¡NO LO DEJES PARA EL FINAL PORQUE SE LLENAN LAS CONVOCATORIAS DE EXÁMENES !!

Requisitos para realizar la movilidad

2.- Certificado de idiomas válido



Sin CERTIFICADO

EXcluído

Con CERTIFICADO
No Válido (+3 años)

Admitido

2ª Vuelta

Con CERTIFICADO
Válido

Admitido

Asignación por **posición en el ranking.**

Se adjudica
opción

SÍ

¿Cumple
destino?

SÍ

Lista de Espera

NO

¿Cumple
destino?

Se analizan las
otras opciones
(2ª y 3ª opción)

NO

- Se **espera al final** del ranking.
- Si alguno de tus **destinos está todavía sin asignar (libre)**, se te asignaría con la condición de **disponer del certificado válido** en el momento que lo **solicite** la Universidad de destino.
- En caso contrario, **lista de espera** (u otro destino).

Requisitos para realizar la movilidad

2.- Certificado de idiomas válido



- **VERDE: No se requiere el envío de un certificado a la Universidad asignada.**

- Se aceptan todos los certificados que figuran en la [tabla de equivalencias](#) así como el certificado firmado por el **Dpto. de Lingüística** para los alumnos de grado que hayan cursado la asignatura (a partir del curso 2021-22). **inglés B2**

- **ROJO: Se requiere el envío de un certificado válido a la Universidad asignada.**

- **Puede ser específico (TOEFL 90) o no (INGLÉS B2).** Si no se requiere uno específico, se aceptan todos los certificados que figuran en la [tabla de equivalencias](#), **excepto el de la escuela oficial de idiomas.**

UNIVERSIDAD	CERT
Technische Universität Graz	ALEMÁN B2 o INGLÉS B2 (
Technische Universität Wien	ALEMÁN B1 o ALEMÁN A2 + curso tentativo de alemán o INGLÉS B1
Université Libre de Bruxelles ULB	FRANCÉS B1 o INGLÉS B2

Requisitos para realizar la movilidad

2.- Certificado de idiomas válido



- Para destinos en **ROJO** en la oferta de plazas, el **Certificado de Idiomas** debe tener las **4 competencias**
- Pruebas de acreditación externa (Centro de Lenguas): TOEIC / TFI
 - El Centro de Lenguas de la UPM ofrece pruebas de acreditación externa.
 - [Centro de idiomas de la UPM](#)

Permaneced atentos a las convocatorias de exámenes (hacia el mes de noviembre)



Pasos a seguir para preparar la movilidad

Preparación Movilidad:

Solicitud de plaza, pre-asignación, Proyecto Formativo, Solicitud de beca, etc.

Una vez en destino

puedes necesitar realizar cambios en tu *Learning Agreement*

Finalizada tu Movilidad

Necesitas presentar documentación para reconocimiento de créditos



Pasos a seguir. *Before mobility*

Búsqueda de destino - **¿Dónde me quiero ir?** Consulta la **oferta de plazas en la web.**

- **Elección país:** Idioma, factores académicos, alojamiento, etc.
- **Universidad:**
 - Consulta los [requisitos/particularidades](#) de cada destino.
 - **Idioma** de impartición de las clases.
 - **Calendario** académico.
 - Estudia con detalle sus **planes de estudio**.
 - Revisa las **áreas de especialidad**:
 - No todas las universidades imparten las asignaturas de **todos los itinerarios**.
 - Busca que las asignaturas de destino **proporcionen las mismas competencias y contenidos** que las asignaturas de tu plan de estudios de la ETSIT
 - Revisa [nuestro plan de estudios](#) (ETSIT).
 - Repasa la [normativa de movilidad internacional](#).
 - Contacta con antiguos alumnos a través de la plataforma [INTERCONTACTA](#).



Pasos a seguir. *Before mobility*

NOVEDAD!

Paso 1- Solicitud de plaza – **Primera quincena Noviembre de 2024**

- Se realizará a través de una **nueva aplicación**.
 - Se podrán solicitar hasta **tres destinos**.
- Es necesario **cumplir los requisitos de idiomas** en ese momento (si quieres elegir tu primer destino).



Paso 2 - Pre-asignación de destinos – **Diciembre de 2024**

- Se informará a los alumnos de la pre-asignación del destino.
- El estudiante comenzará a trabajar en el proyecto formativo (PF) del destino asignado y lo subirá a la **nueva aplicación**.
- El PF se evaluará y **deberá estar aceptado** antes de proceder a la nominación.

Pasos a seguir. *Before mobility*

Paso 3- Convocatoria Múltiple Rectorado – Enero de 2025

- Es necesario tener aprobado el PF por el evaluador.
- Solicitud de beca Erasmus (Rectorado).
- Para destinos NO Erasmus de DT (Japón, USA, etc.), se aconseja solicitar la beca Erasmus para poder nominar en caso de rechazo.



Paso 4 – Adjudicación definitiva de los destino – Febrero de 2025

- Publicación de la lista definitiva con la asignación de destinos (y lista de espera).

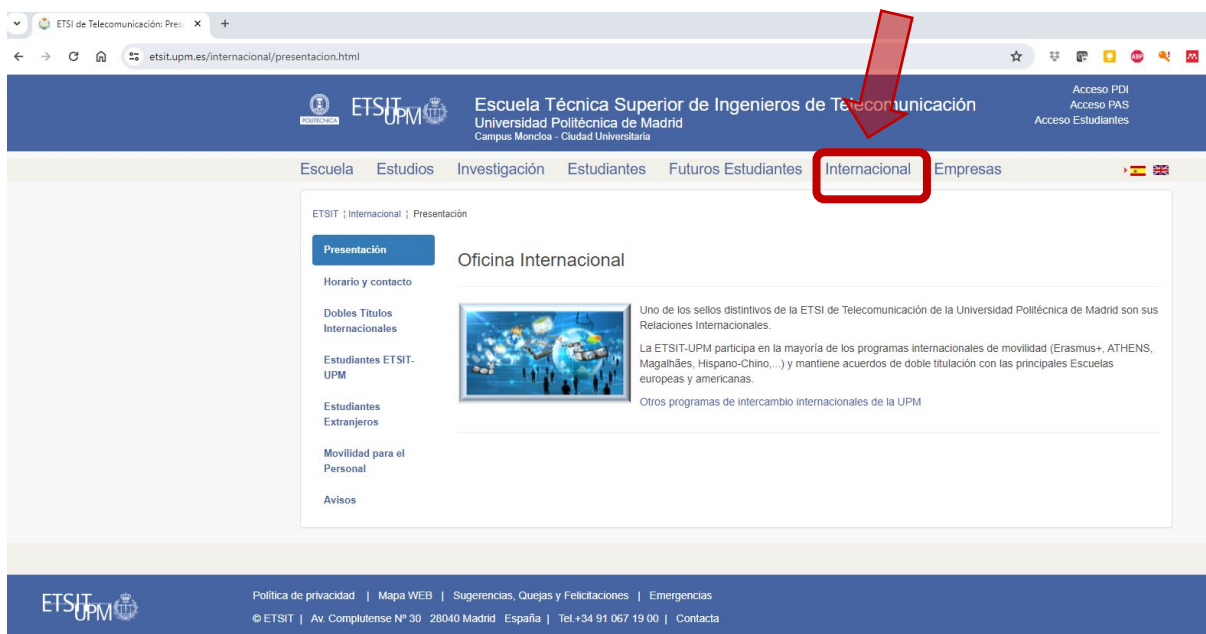
Paso 5 – Nominación al destino – Febrero-Mayo de 2025

- Comienza la burocracia con la universidad de destino.

¿Dónde encontrar más información?

Web de la ETSIT (**Internacional**):
<http://www.etsit.upm.es/internacional/presentacion.html>

Síguenos en las **RR.SS.**



¿Qué podéis ir haciendo hasta septiembre?

- Consulta las webs y las presentaciones de las [universidades socias](#).
- Lee la [normativa de movilidad](#) (curso 2024-25).
- Lee la [convocatoria múltiple de movilidad](#) (2024-25).
- Consulta la web del Rectorado con los [programas de movilidad](#).
- Entra en contacto con alumnos que han estado (o están) en el destino deseado ([Intercontacta](#)).
- Apúntate a la [lista de interesados en movilidad](#) y al programa de **mentores internacionales** (da puntos para el ranking!).



La movilidad requiere de un
esfuerzo importante, pero
la recompensa vale la pena.

¡Anímate!

