

Horario de clases online - 1° semestre 2021



DEPORTES
UAI

HORARIO	LUNES	PROFESOR	MARTES	PROFESOR	MIÉRCOLES	PROFESOR	JUEVES	PROFESOR	VIERNES	PROFESOR
08:30 - 09:30	Body Combat	Guillermo	Tabata	Gloria	Body Attack Javiera	Guillermo	Tabata	Gloria	Body Combat	Guillermo
10:00 - 11:00	GAP	Javiera	FullBody	Javiera	Body Pump	Gloria	FullBody	Javiera	GAP	Javiera
	Crosstraining	Ignacio	Crosstraining	Ignacio	Crosstraining	Ignacio	Crosstraining	Ignacio	Crosstraining	Ignacio
	Entrenamiento Funcional	Sebastian	Entrenamiento Funcional	Sebastian	Entrenamiento Funcional	Sebastian	Entrenamiento Funcional	Sebastian	Entrenamiento Funcional	Sebastian
	Baile	Guillermo	Baile	Guillermo	Baile	Guillermo	Baile	Guillermo	RPM	Gloria
	Preparacion Fisica	Mirko	Preparacion Fisica	Mirko	Preparacion Fisica	Mirko	Preparacion Fisica	Mirko	Preparacion Fisica	Mirko
	Cardio Fit	Ines	Hiit	Ines	Cardio Fit	Ines	Hiit	Ines	Cardio Fit	Ines
	Yoga	Verónica	Yoga	Verónica	Ballet Training	Verónica	Yoga	Verónica	Ballet Training Baile	Verónica Guillermo
11:30 - 12:30	Body Pump	Gloria	Core ABS	Manuel	Core ABS	Manuel	Core ABS	Manuel	Body Pump	Gloria
	Core ABS	Manuel	Body Combat	Guillermo	Preparacion Fisica	Mirko	Body Combat	Guillermo	Core ABS	Manuel
	Yoga	Verónica	Preparacion Fisica	Mirko	Balance Board	Martin	Preparacion Fisica	Mirko	Preparacion Fisica	Mirko
	Preparacion Fisica	Mirko	RPM	Gloria	Hiit	Ines	RPM	Gloria	Balance Board	Martin
	Hiit	Ines	Circuito de fuerza	Ines	Hiit	Ines	Circuito de fuerza	Ines	Hiit	Ines
	Balance Board	Martin	Yoga	Verónica	Yoga	Verónica	Yoga	Verónica	Yoga	Verónica
13:00 - 14:00	Body Attack	Javiera	FullBody	Javiera	GAP	Javiera	FullBody	Javiera	Body Attack	Javiera
	Entrenamiento Funcional	Sebastian	Entrenamiento Funcional	Sebastian	Entrenamiento Funcional	Sebastian	Entrenamiento Funcional	Sebastian	Entrenamiento Funcional	Sebastian
	Crosstraining	Ignacio	Crosstraining	Ignacio	Crosstraining	Ignacio	Crosstraining	Ignacio	Crosstraining	Ignacio
	Flow	Gloria	Pranayama y Meditacion	Veronica	Flow	Gloria	Pranayama y Meditacion	Veronica	Pranayama y Meditacion	Veronica
14:10 - 15:10							Balance Board	Martin	Balance Board Body Combat	Martin Guillermo
15:00 - 16:00	Entrenamiento Escalada	Martin	Entrenamiento Escalada	Martin	Entrenamiento Escalada	Martin	Flow	Gloria	Entrenamiento Escalada	Martin
	Yoga	Verónica	Body Combat	Guillermo	Yoga	Verónica	Body Combat	Guillermo		
	GAP	Javiera	Flow	Gloria	FullBody	Javiera				
16:00 - 17:00	Entrenamiento Funcional	Sebastian	Entrenamiento Funcional	Sebastian	Entrenamiento Funcional	Sebastian	Entrenamiento Funcional	Sebastian	Entrenamiento Funcional	Sebastian
	Tabata	Gloria	Core ABS	Manuel	Tabata	Gloria	Core ABS	Manuel	Flow GAP	Gloria Javiera
	Core ABS	Manuel			Core ABS	Manuel			Core ABS	Manuel
17:00 - 18:00	GAP	Javiera	Movilidad	Martin	GAP	Javiera	Cardio Fit	Ines	Circuito de fuerza	Ines
	Circuito de fuerza	Ines	Cardio Fit	Ines	Circuito de fuerza	Ines				
18:00 - 19:00	Crosstraining	Ignacio	Crosstraining	Ignacio	Crosstraining	Ignacio	Crosstraining	Ignacio	Crosstraining	Ignacio
	Core ABS	Manuel	Core ABS	Manuel	Core ABS	Manuel	Core ABS	Manuel	Core ABS	Manuel
19:00 - 20:00			Balance Board	Martin			Entrenamiento Escalada	Martin		
20:00 - 21:00	Preparacion Fisica	Mirko	Preparacion Fisica	Mirko	Preparacion Fisica	Mirko	Preparacion Fisica	Mirko		
	Body Combat	Guillermo			Body Combat	Guillermo				