

UNIDADES TECNÓLOGICAS DE SANTANDER
BIENESTAR INSTITUCIONAL - DEPORTES UTS

TAEKWONDO

HORARIO SEMANAL

HORAS	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
10:00 a 10:45 a. m.						ACONDICIONAMIENTO FÍSICO, TÉCNICO Y TÁCTICO ENFOCADO AL TAEKWONDO KEVIN DUARTE	
10:45 a 11:15 a. m.							
11:15 a 12:00 a. m.							
TARDE							
12:00 a 12:45 p. m.	DEPORTE FORMATIVO - TAEKWONDO JHON CACUA 3013823433		DEPORTE FORMATIVO - TAEKWONDO JHON CACUA 3013823433	DEPORTE FORMATIVO - TAEKWONDO JHON CACUA 3013823433	DEPORTE FORMATIVO - TAEKWONDO JHON CACUA 3013823433		
12:45 a 1:30 p. m.							
1:30 a 2:15 p. m.							
NOCHE							
6:30 a 7:15 p. m.		ACONDICIONAMIENTO FÍSICO, TÉCNICO Y TÁCTICO ENFOCADO AL TAEKWONDO KEVIN DUARTE 3134602715	ACONDICIONAMIENTO FÍSICO, TÉCNICO Y TÁCTICO ENFOCADO AL TAEKWONDO KEVIN DUARTE 3134602715		ACONDICIONAMIENTO FÍSICO, TÉCNICO Y TÁCTICO ENFOCADO AL TAEKWONDO KEVIN DUARTE		
7:15 a 8:00 p. m.							
8:00 a 8:30 p. m.							

ENTRENAMIENTO FUNCIONAL Y CORE

HORARIO SEMANAL

HORAS	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
6:45 a 7:30 a. m.						ACONDICIONAMIENTO FÍSICO ADMINISTRATIVOS EDGAR ROJAS 3103300164	
7:30 a 8:15 a. m.						ACONDICIONAMIENTO FÍSICO DOCENTES EDGAR ROJAS 3103300164	
8:15 a 9:00 a. m.						FUNCIONAL - CORE EDGAR ROJAS 3103300164	
TARDE							
4:30 a 5:15 p. m.	FUNCIONAL - CORE EDGAR ROJAS 3103300164						
5:15 a 6:00 p. m.							
NOCHE							
6:30 a 7:15 p. m.		FUNCIONAL - CORE EDGAR ROJAS 3103300164		FUNCIONAL - CORE EDGAR ROJAS 3103300164	FUNCIONAL - CORE EDGAR ROJAS 3103300164		
7:15 a 8:00 p. m.							
8:00 a 8:45 p. m.							

CROSSFIT Y ENTRENAMIENTO FUNCIONAL							
HORARIO SEMANAL							
HORAS	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
6:00 a 6:45 a. m.						CROSSFIT JAVIER CÁCERES 3007718249 (SOLO WHATSAPP)	
6:45 a 7:30 a. m.							
TARDE							
4:30 a 5:15 p. m.	FUNCIONAL JAVIER CÁCERES 3007718249 (SOLO WHATSAPP)	CROSSFIT JAVIER CÁCERES 3007718249 (SOLO WHATSAPP)	FUNCIONAL JAVIER CÁCERES 3007718249 (SOLO WHATSAPP)	CROSSFIT JAVIER CÁCERES 3007718249 (SOLO WHATSAPP)	FUNCIONAL JAVIER CÁCERES 3007718249 (SOLO WHATSAPP)		
5:15 a 6:00 p. m.							

JUDO							
HORARIO SEMANAL							
HORAS	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
NOCHE							
7:00 a 7:45 p. m.	DEPORTE FORMATIVO – JUDO CÉSAR BERBEO 3185457376		DEPORTE FORMATIVO – JUDO CÉSAR BERBEO 3185457376	DEPORTE FORMATIVO – JUDO CÉSAR BERBEO 3185457376	DEPORTE FORMATIVO – JUDO CÉSAR BERBEO 3185457376		
7:45 a 8:30 p. m.							
8:30 a 9:15 p. m.							

AJEDREZ							
HORARIO SEMANAL							
HORAS	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
9:00 a 9:45 a. m.						DEPORTE FORMATIVO BÁSICO GERMAN SÁNCHEZ 3222325883	
9:45 a 10:30 a. m.							
10:30 a 11:15 a. m.							
TARDE							
1:30 a 2:15 p. m.	DEPORTE FORMATIVO INICIACIÓN GERMAN SÁNCHEZ 3222325883						
2:15 a 3:00 p. m.							
3:00 a 3:45 p. m.							
3:45 a 4:30 p. m.				MENTE Y CUERPO SALUDABLE INVITADO ESPECIAL GERMAN SÁNCHEZ 3222325883			
4:30 a 5:15 p. m.							
5:15 a 6:00 p. m.							
NOCHE							
6:45 a 7:30 p. m.		DEPORTE FORMATIVO INTERMEDIO GERMAN SÁNCHEZ 3222325883					
7:30 a 8:15 p. m.							
8:15 a 9:00 p. m.							

KARATE-DO							
HORARIO SEMANAL							
HORAS	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
8:15 a 9:00 a. m.							
9:00 a 9:45 a. m.							
9:45 a 10:30 a. m.	FORMATIVO CARLOS CORREA 3232184211	FORMATIVO CARLOS CORREA 3232184211	FORMATIVO CARLOS CORREA 3232184211	FORMATIVO CARLOS CORREA 3232184211	FORMATIVO CARLOS CORREA 3232184211	FORMATIVO CARLOS CORREA 3232184211	FORMATIVO CARLOS CORREA 3232184211
10:30 a 11:15 a. m.							
TARDE							
4:00 a 5:00 p. m	FORMATIVO CARLOS CORREA 3232184211	FORMATIVO CARLOS CORREA 3232184211	FORMATIVO CARLOS CORREA 3232184211	FORMATIVO CARLOS CORREA 3232184211			

ACONDICIONAMIENTO FISICO, TÉCNICO Y TÁCTICO ENFOCADO AL VOLEIBOL							
HORARIO SEMANAL							
HORAS	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
9:45 a 10:30 a. m.				FORMATIVO JAVIER ESPINOSA 3143527528			
10:30 a 11:15 a. m.							
11:15 a 12:00 a. m.							
TARDE							
4:30 a 5:15 p. m.	FORMATIVO JAVIER ESPINOSA 3143527528	FORMATIVO JAVIER ESPINOSA 3143527528	FORMATIVO JAVIER ESPINOSA 3143527528				
5:15 a 6:00 p. m.							
6:00 a 6:45 p. m.							

EXPRESIÓN CORPORAL - MOVIMIENTO Y FUTBOL SALA							
HORARIO SEMANAL							
HORAS	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
TARDE							
4:00 a 5:00 p. m.	GRUPO A WILSON ESPÍNDOLA 3164905614						
5:00 a 6:00 p. m.							
4:30 a 5:15 p. m.				GRUPO C JAVIER ESPÍNDOLA 3166836418			
5:15 a 6:00 p. m.							
NOCHE							
6:00 a 6:45 p. m.	GRUPO A JAVIER ESPÍNDOLA 3166836417	GRUPO B JAVIER ESPÍNDOLA 3166836418	GRUPO B JAVIER ESPÍNDOLA 3166836418	GRUPO C JAVIER ESPÍNDOLA 3166836418	GRUPO D JAVIER ESPÍNDOLA 3166836419		
6:45 a 7:30 p. m.							
6:00 a 7:00 p. m.	GRUPO A WILSON ESPÍNDOLA 3164905614	GRUPO A WILSON ESPÍNDOLA 3164905614	GRUPO A WILSON ESPÍNDOLA 3164905614	GRUPO A WILSON ESPÍNDOLA 3164905614	GRUPO A WILSON ESPÍNDOLA 3164905614		
7:00 a 8:00 p. m.							

BAILOTERAPIA - ACTIVIDAD FÍSICA MUSICALIZADA							
HORARIO SEMANAL							
HORAS	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
10:00 a 11:15 a. m.						ERIKA MADRID 3023426050	
11:15 a 12:00 a. m.						ERIKA MADRID 3023426050	
TARDE							
5:30 a 6:15 p. m.		ERIKA MADRID 3023426050	ERIKA MADRID 3023426050	ERIKA MADRID 3023426050			
NOCHE							
6:15 a 7:00 p. m.		ERIKA MADRID 3023426050	ERIKA MADRID 3023426050	ERIKA MADRID 3023426050			
7:00 a 7:45 p. m.	ERIKA MADRID 3023426050				ERIKA MADRID 3023426050		
7:45 a 8:15 p. m.	ERIKA MADRID 3023426050				ERIKA MADRID 3023426050		