

Programa de Actividad Física para Adulto "Activados 2012"

Forestal

Complejo Deportivo Forestal
Av. El Sol S/N Tranque de Forestal Paradero 4

Actividad	Profesor	Horario
Aerobox	Carolina Varas	Lunes, Miércoles Viernes 09:00 a 10:00
Adulto Mayor	Daniela Collado	Martes Jueves 09:00 a 10:00
Baile Entretenido	María Carolina Vargas	Martes Jueves 10:00 a 11:00
Hidrogimnasia 1	Maximiliano Aguillon	Lunes Miércoles Viernes 14:00 a 15:00
Hidrogimnasia 3	Alexander Arancibia	Martes Jueves 14:00 a 15:00
Hidrogimnasia 2	Maximiliano Aguillon	Lunes Miércoles Viernes 15:00 a 16:00
Hidrogimnasia 4	Joel Martiato	Martes Jueves 15:00 a 16:00
Natación Adulto	Maximiliano Aguillon	Lunes Miércoles Viernes 16:00 a 17:00
Aerobox	Carolina Pardo	Lunes Miércoles Viernes 18:00 a 19:00
Hidrogimnasia 5	Carolina Pardo	Lunes, Miércoles Viernes 20:00 a 21:00
Hidrogimnasia 7	María Carolina Vargas	Miércoles 20:00 a 21:00
Hidrogimnasia 6	Carolina Pardo	Lunes Viernes 21:00 a 22:00

Nueva Aurora

Complejo Deportivo Nueva Aurora
Calle 21 De Mayo S/N Paradero 4 1/2 Nueva Aurora

Actividad	Profesor	Horario
Baile Entretenido	Carla Ibaceta	Lunes Miércoles Viernes 09:00 a 10:00
Adulto Mayor	Vanesa Delgado	Martes Jueves 09:00 a 10:00
Hidrogimnasia 1	Carla Ibaceta	Martes Jueves 14:00 a 15:00
Hidrogimnasia 2	Pamela Guzmán	Miércoles Viernes 14:00 a 15:00
Hidrogimnasia 3	Carla Ibaceta	Martes Jueves 15:00 a 16:00
Hidrogimnasia 4	Mauricio Silva	Miércoles Viernes 15:00 a 16:00
Adulto Mayor	Daniela Collado	Martes Jueves 17:00 a 18:00

Miraflores

Gimnasio Municipal
El Lúcumo S/N Miraflores Alto

Actividad	Profesor	Horario
Baile Entretenido	David Sepúlveda	Lunes Miércoles Viernes 09:00 a 10:00
Adulto Mayor	Franco Montino	Martes Jueves 09:00 a 10:00
Aerobox	Marco Guajardo	Lunes Miércoles Viernes 18:00 a 19:00
Defensa Personal	Daniela Ubilla	Lunes Viernes 19:00 a 20:00

Viña Oriente

Piscina Villa Dulce
Desiderio Guzmán S/N

Actividad	Profesor	Horario
Hidrogimnasia 1	Mauricio Díaz	Martes Jueves 15:00 a 16:00
Hidrogimnasia 2	Daniela Collado	Miércoles Viernes 15:00 A 16:00
Hidrogimnasia 3	Mauricio Díaz	Martes Jueves 16:00 a 17:00
Hidrogimnasia 4	Daniela Collado	Miércoles y Viernes 16:00 a 17:00

Reñaca Alto

Gimnasio Sectorial
Calle 9 Nº 233 Paradero 8 1/2

Actividad	Profesor	Horario
Defensa Personal	Daniela Ubilla	Martes y Jueves 17:30 a 18:30
Baile Entretenido	Joel Martiato	Lunes, Miércoles y Viernes 09:00 a 10:00
Adulto Mayor	Carolina Pinto	Martes y Jueves 10:45 a 11:45
Baile Entretenido	Guillermo Peregrin	Lunes Miércoles y Viernes 17:00 a 18:00

Reñaca Alto

Piscina Sectorial
Calle 9 Nº 233 Paradero 8 1/2

Actividad	Profesor	Horario
Hidrogimnasia 1	Alexander Arancibia	Lunes, Miércoles a Viernes 09:00 a 10:00
Hidrogimnasia 2	Alexander Arancibia	Martes y Jueves 09:00 a 10:00
Hidrogimnasia 3	Joel Martiato	Lunes, Miércoles y Viernes 14:00 a 15:00
Hidrogimnasia 4	Carolina Pinto	Martes y Jueves 14:00 a 15:00
Hidrogimnasia 5	Joel Martiato	Lunes, Miércoles y Viernes 15:00 a 16:00
Hidrogimnasia 6	Carolina Pinto	Martes y Jueves 15:00 a 16:00
Hidrogimnasia 7	Franco Montino	Lunes, Miércoles y Viernes 19:00 a 20:00
Hidrogimnasia 8	Franco Montino	Martes y Jueves 19:00 a 20:00

Glorias Navales

Gimnasio Sectorial
Fragata Esmeralda S/N

Actividad	Profesor	Horario
Adulto Mayor	Carolina Pinto	Martes y Jueves 17:00 a 18:00
Baile Entretenido	Alexander Arancibia	Lunes, Miércoles y Viernes 10:30 a 11:30

Gómez Carreño

Unión Comunal
Av. El Mirador S/N 1º Sector

Actividad	Profesor	Horario
Adulto Mayor	David Guajardo	Martes y Jueves 09:00 a 10:00
Adulto Mayor	David Guajardo	Martes y Jueves 10:00 a 11:00
Hidrogimnasia 1	Pamela Guzmán	Martes y Jueves 14:00 a 15:00
Hidrogimnasia 2	Franco Montino	Miércoles y Viernes 14:00 a 15:00
Hidrogimnasia 3	Pamela Guzmán	Martes y Jueves 15:00 a 16:00
Hidrogimnasia 4	Carolina Varas	Miércoles y Viernes 15:00 a 16:00
Baile Entretenido	Carla Ibaceta	Lunes, Miércoles y Viernes 17:00 a 18:00

Santa Inés

Complejo Municipal
Población Libertad S/N

Actividad	Profesor	Horario
Baile Entretenido	Tania Araya	Martes y Jueves 10:00 a 11:00

Plan Viña

Gimnasio Corporación
10 Norte 907, Esquina 2 Oriente

Actividad	Profesor	Horario
Baile Entretenido	Tania Araya	Lunes, Miércoles y Viernes 09:00 a 10:00
Adulto Mayor	Carola Ointo	Martes y Jueves 09:00 a 10:00
Yogha	Maria Isabel Silva	Martes y Viernes 10:30 a 12:00
Pilates	Gonzalo Carrasco	Martes y Jueves 16:00 a 17:00

Plan Viña

Gimnasio Polideportivo Regional
Av. Padre Hurtado 300

Actividad	Profesor	Horario
Pilates	Gonzalo Carrasco	Martes, Miercoles y Viernes 09:00 a 10:00

Borde Costero

Playa del Deporte
Recta Las Salinas

Actividad	Profesor	Horario
Aerobox	Carolina Varas	Martes y Jueves 09:00 a 10:00
Baile Entretenido	Maria Carolina Vargas	Lunes, Miércoles y Viernes 09:30 a 10:30
Pilates	Gonzalo Carrasco	Lunes, Miércoles y Viernes 10:30 a 11:30
Pilates	Gonzalo Carrasco	Martes y Jueves 18:00 A 19:00
Baile Entretenido	Guillermo Peregrin	Lunes, Miercoles y Viernes 19:00 a 20:00
Aerobox	Carolina Pardo	Martes y Jueves 19:00 a 20:00