



# TALLERES 2021

# **POLIDEPORTIVO** (Juegos recreativos)

**1° ,2° y 3° básico (25 cupos)**

**Lunes 16:45 hrs**

**Desarrollo habilidades motrices  
a través de juegos recreativos y  
actividades lúdicas.**

**Profesor: Álvaro Iturri**



# ZUMBA KIDS

1° ,2° 3° y 4° básico (25 cupos)

**Martes 16:45 hrs**

**Desarrollar y fortalecer  
capacidades físicas mediante  
movimientos de baile y rutina  
aeróbica.**

**Profesora: Pía Fonseca**



# POLIDEPORTIVO

4°, 5° Y 6° básico (25 cupos)

**Miércoles 16:45 hrs**

Desarrollar actividades motrices básicas de los distintos deportes: básquetbol, fútbol, hándbol, vóleibol, gimnasia artística, tenis, hockey, entre otros. Variando el deporte clase a clase.

**Profesora: Andrea Mena**



# ENTRENAMIENTO FUNCIONAL KIDS

4°, 5° Y 6° básico (25 cupos)

**Viernes 14:00hrs**

Trabajar patrones de movimiento con ejercicios a través del juego, mejorando coordinación y seguridad.

**Profesor: Rodolfo Jerez**



# ZUMBA STRONG

**7° básico a IV medio (25 cupos)**

**Jueves 16:45 hrs**

**Combinar intervalos de ejercicios de mediana a alta intensidad, potenciando la condición física al ritmo de la música.**

**Profesora: Pía Fonseca**



# ENTRENAMIENTO GAP

7° básico a IV medio (25 cupos)

Lunes 16:45 hrs

Clase aeróbica y anaeróbica que mejora la performance muscular. Trabaja de manera localizada glúteos, abdominales y piernas.

**Profesor: Rodolfo Jerez**

