

# LUNES

13:00 - 14:00 HRS

**PILATES**  
DOJO  
PROF. JENIFER LAGOS

13:00 - 14:00 HRS

**INTERVAL DANCE**  
ÁREA FUNCIONAL  
PROF. PAOLA TORO

13:30 - 14:30 HRS

**YOGA INTERMEDIO**  
CAJA AZUL  
PROF. ALEXANDRA BAHAMONDES

18:00 - 19:00 HRS

**SALSA- TANGO**  
HALL JULIO CABELLO  
PROF. NURI COFRÉ



CAJA AZUL

# MARTES

12:00- 13:00 HRS

**GAP**  
ÁREA FUNCIONAL  
PROF. PAOLA TORO

13:00- 14:00 HRS

**YOGA BÁSICO**  
DOJO  
PROF. ALEXANDRA BAHAMONDES

13:30 - 15:00 HRS

**BASQUETBOL FUNCIONARIOS**  
CAJA AZUL  
PROF. ANDREA GONZÁLEZ

17:00 - 18:00 HRS

**ENTREN. FUNCIONAL**  
ÁREA FUNCIONAL  
PROF. JUAN ANDRÉS BARRA

**ATENCIÓN**  
**SIN INSCRIPCIÓN PREVIA**  
**ROPA DEPORTIVA Y CALZADO APTO**  
**PARA ACTIVIDAD FÍSICA.**

# MIÉRCOLES

13:45 - 14:45 HRS

**PILATES**  
DOJO  
PROF. JENIFER LAGOS

13:30 - 14:30 HRS

**YOGA INTERMEDIA**  
CAJA AZUL  
PROF. ALEXANDRA BAHAMONDES

16:00 - 17:00 HRS

**TALLER VOLEIBOL DAMAS**  
CAJA AZUL  
PROF. MATÍAS ROMERO

17:00 - 18:00 HRS

**TALLER VOLEIBOL MASCULINO**  
CAJA AZUL  
PROF. MATÍAS ROMERO

18:00 - 19:00 HRS

**SALSA- TANGO**  
HALL JULIO CABELLO  
PROF. NURI COFRÉ



@UDYR.UCH

**JUEVES**

**12:00 - 13:00 HRS**

**ENTREN. FUNCIONAL**

ÁREA FUNCIONAL  
PROF. PAOLA TORO

**12:00 - 14:00 HRS**

**YOGA BÁSICO**

DOJO  
PROF. ALEXANDRA BAHAMONDES

**18:00 - 19:00 HRS**

**ENTREN. FUNCIONAL**

ÁREA FUNCIONAL  
PROF. JUAN ANDRÉS BARRA



ÁREA FUNCIONAL

**VIERNES**

**12:00 - 13:00 HRS**

**INTERVAL DANCE**

ÁREA FUNCIONAL  
PROF. PAOLA TORO

**13:00 - 14:00 HRS**

**HIIT**

ÁREA FUNCIONAL  
PROF. BORIS CÉSPEDES

**17:00 - 19:00 HRS**

**TALLER BASQUETBOL**

CAJA AZUL  
PROF. MATÍAS VERGARA



DOJO

**UDYR**  
**TALLERES**  
**ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTES**  
**2026**



@UDYR.UCH

