

El Departamento de Deportes y Recreación, para esta temporada estival 2016 ha organizado la siguiente programación de actividades:

- Talleres de natación niños, adulto y adultos mayores.
- Hidro - gimnasia
- Baile entretenido y Zumba
- Tenis de Mesa y Ajedrez
- Básquetbol
- Taller de Taichí y Kung fu
- Escuela de Fútbol

### **TALLER DE NATACIÓN**

Taller orientado a desarrollar las habilidades motoras básicas de los niños, jóvenes y adultos para relacionarse de forma segura con el medio acuático.

Los horarios de los talleres de natación para niños y jóvenes en la piscina municipal, serán los siguientes:

TALLER	FECHA	HORARIO	NIVEL	EDAD
1	04.01.16 AL 16.01.16	10:00 A 11:00 horas.	Avanzado	12 a 17 años
2	04.01.16 AL 16.01.16	10:00 A 11:00 horas.	Básico	12 a 17 años
3	04.01.16 AL 16.01.16	11:00 A 12:00 horas.	Avanzado	6 a 11 años
4	04.01.16 AL 16.01.16	11:00 A 12:00 horas.	Básico	4 a 11 años
5	04.01.16 AL 16.01.16	12:00 A 13:00 horas.	Básico	4 a 11 años
6	18.01.16 AL 30.01.16	10:00 A 11:00 horas.	Avanzado	12 a 17 años
7	18.01.16 AL 30.01.16	10:00 A 11:00 horas.	Básico	12 a 17 años
8	18.01.16 AL 30.01.16	11:00 A 12:00 horas.	Avanzado	6 a 11 años
9	04.01.16 AL 16.01.16	11:00 A 12:00 horas.	Básico	4 a 11 años
11	04.01.16 AL 16.01.16	12:00 A 13:00 horas.	Básico	4 a 11 años
12	01.02.16 AL 13.02.16	10:00 A 11:00 horas.	Avanzado	12 a 17 años
13	01.02.16 AL 13.02.16	10:00 A 11:00 horas.	Básico	12 a 17 años
14	01.02.16 AL 13.02.16	11:00 A 12:00 horas.	Avanzado	6 a 11 años
15	01.02.16 AL 13.02.16	11:00 A 12:00 horas.	Básico	4 a 11 años
16	01.02.16 AL 13.02.16	12:00 a 13:00 horas	Básico	4 a 11 años
17	15.02.16 AL 27.02.16	10:00 A 11:00 horas.	Avanzado	12 a 17 años
18	15.02.16 AL 27.02.16	10:00 A 11:00 horas.	Básico	12 a 17 años
19	15.02.16 AL 27.02.16	11:00 A 12:00 horas.	Avanzado	6 a 11 años
20	15.02.16 AL 27.02.16	11:00 A 12:00 horas.	Básico	4 a 11 años
21	15.02.16 AL 27.02.16	12:00 A 13:00 horas.	Básico	4 a 11 años

### ***Taller de natación adulto, piscina municipal***

TALLER	FECHA	HORARIO	NIVEL	EDAD
1	04.01.16 AL 16.01.16	19:00 a 20:00 horas	Avanzado	18 y mas
2	04.01.16 AL 16.01.16	19:00 a 20:00 horas	Básico	18 y mas
3	04.01.16 AL 16.01.16	20:00 a 21:00 horas	Avanzado	18 y mas
4	18.01.16 AL 30.01.16	19:00 a 20:00 horas	Avanzado	18 y mas
5	18.01.16 AL 30.01.16	19:00 a 20:00 horas	Básico	18 y mas
6	18.01.16 AL 30.01.16	20:00 a 21:00 horas	Avanzado	18 y mas
7	01.02.16 AL 13.02.16	19:00 a 20:00 horas	Avanzado	18 y mas
8	01.02.16 AL 13.02.16	19:00 a 20:00 horas	Básico	18 y mas
9	01.02.16 AL 13.02.16	20:00 a 21:00 horas	Avanzado	18 y mas
10	15.02.16 AL 27.02.16	19:00 a 20:00 horas	Avanzado	18 y mas
11	15.02.16 AL 27.02.16	19:00 a 20:00 horas	Básico	18 y mas
12	15.02.16 AL 27.02.16	20:00 a 21:00 horas	Avanzado	18 y mas

### ***Taller de hidrogimnasia, piscina municipal***

TALLER	FECHA	HORARIO	DIAS	EDAD
1	04.01.16 a 27.02.16	20:00 a 21:00 horas	Lunes Miércoles y Viernes	18 años y mas

### **TALLER DE BAILE ENTRETENIDO Y ZUMBA**

Debido al impacto alcanzado a nivel mundial en estos últimos años “El baile entretenido” se ha ido masificando cada vez mas y es que bailar simplemente, es una buena forma de realizar actividad física. Además de ser apto para cualquier persona, independiente de su estado físico o edad, ofrece grandes beneficios a nivel corporal, emocional y estético.

Se realizará en el área verde de piscina municipal.

TALLER	FECHA	HORARIO	DIAS	EDAD
1	04.01.16 a 27.02.16	20:00 a 21:00 horas	Martes y Jueves	Todas las edades.

### ***Taller para personas con capacidades diferentes***

TALLER	FECHA	HORARIO	Nivel	EDAD
1.	04.01.16 a 27.02.16	12:00 a 13:00 horas Lunes, Miércoles y Viernes	Básico	Todas las edades

### ***Tarde Recreativa: Actividad que se desarrollará los días sábados en la Piscina Municipal***

TALLER	FECHA	HORARIO	DIAS	EDAD
1	04.01.16 a 27.02.16	15:30 a 19:30 horas	sábado	18 años y mas

### **TALLER DE AJEDREZ Y TENIS DE MESA**

Ambos talleres orientados otorgar un conocimiento formativo acerca del deporte ciencia y Tenis de Mesa sacando el máximo provecho de las ventajas que nos proporcionan estos deportes en la parte educativa.

La similitud de estos dos deportes es la capacidad de concentración que se necesita para asimilar su comprensión y desarrollar sus destrezas.

Los Horarios:

TALLER	FECHA	HORARIO	CATEGORIA	LUGAR	DIAS	EDAD
Ajedrez	04.01.16 al 27.01.16	Mañana 10:00 a 13:00	Damas y Varones	Piscina Municipal	Lunes a Viernes	Toda las edades
Ajedrez	04.01.16 al 27.01.16	Tarde 18:00 a 21:00	Damas y Varones	Alameda sector UCAM	Lunes a Viernes	Toda las edades
Tenis de Mesa	04.01.16 al 27.01.16	Mañana 10:00 a 13:00	Damas y Varones	Piscina Municipal	Lunes a Viernes	Toda las edades
Tenis de Mesa	04.01.16 al 27.01.16	Tarde 18:00 a 21:00	Damas y Varones	Alameda sector UCAM	Lunes a Viernes	Toda las edades

### **TALLER DE BASQUETBOL**

Orientados a Incrementar la importancia social que tiene el Básquetbol dentro del mundo del deporte en la ciudad de Linares. Este deporte mejora las capacidades técnicas, tácticas, físicas, individuales y colectivas de cada individuo y grupo.

Estos Talleres se realizarán en conjunto con la Asociación de Basquetbol de Linares, en el mes de enero.

Los Horarios son los siguientes:

TALLER	FECHA	HORARIO	CATEGORIA	LUGAR	DIAS	EDAD
Escuela de Básquetbol	05.01.2016 al 28.01.2016	09:30 a 11:00	Damas Varones	Gimnasio Nasim Nome	Martes y jueves	Sub 12
Escuela de Básquetbol	05.01.2016 al 28.01.2016	11:00 a 12:30	Damas Varones	Gimnasio Nasim Nome	Martes y jueves	Sub 14
Escuela de Basquetbol	05.01.2016 al 28.01.2016	12:30 a 14:00	Damas Varones	Gimnasio Nasim Nome	Martes y jueves	Sub 18

## **ESCUELA DE FUTBOL**

Escuela deportiva orientada a la formación de Jóvenes deportistas y la captación de aquellos que tienen aptitudes superiores, enfocándose a desarrollar la parte educativa- formativa y técnicamente deportiva de lo que es el fútbol.

<b>TALLER</b>	<b>FECHA</b>	<b>HORARIO</b>	<b>CATEGORIA</b>	<b>LUGAR</b>	<b>DIAS</b>	<b>EDAD</b>
Escuela Fútbol integral	04.01.16 al 27.02.16	10:00 A 12:00 Horas.	Damas	Estadio Municipal Linares	Lunes – Miércoles y Viernes	13 a17 años.
Escuela Fútbol integral	04.01.16 al 27.02.16	10:00 A 12:00 Horas.	Varones	Estadio Municipal Linares	Martes y jueves	05 a 14 años.
Escuela de Fútbol	04.01.16 al 27.02.16	17:30 a 20:30	Varones sub 17 y sub 18	Estadio Municipal Linares	Lunes – Miércoles y Viernes	16 y 17 años.
Escuela de Fútbol	04.01.16 al 27.02.16	17:30 a 20:30	Varones sub15 y sub16	Estadio Municipal Linares	Martes y jueves	14 y 15 años.
Escuela de Fútbol	04.01.16 al 27.02.16	17:30 a 20:30	Varones sub17 y sub18	Gimnasio Carrera Pinto	Lunes	16 y 17 años.

## **TALLER DE TAICHI Y KUNG FU**

Taller orientado a aprender un arte marcial milenario de origen chino en el cual rescata principios y valores entregados en cada hogar por padres o tutores de los alumnos. La defensa personal es parte importante en este proceso, además del desarrollo físico y mental.

<b>TALLER</b>	<b>FECHA</b>	<b>HORARIO</b>	<b>CATEGORIA</b>	<b>LUGAR</b>	<b>DIAS</b>	<b>EDAD</b>
Taichi	04.01.16 al 27.02.16	08:45 a 10:15 17:45 a 19:30 Horas.	Damas y Varones	Gimnasio Carrera Pinto	Lunes – Miércoles y Viernes	Todas las edades
Taichi	04.01.16 al 27.02.16	08:45 a 10:15 17:45 a 18:45 Horas.	Varones y Damas	Gimnasio Nasim Nome	Martes y jueves	Todas las edades
Taichi	04.01.16 al 27.02.16	10:30 a 11:45 Horas.	Varones y Damas	UCAM (Unión comunal adulto mayor)	Martes y jueves	Todas las edades
Kung Fu	04.01.16 al 27.02.16	18:00 a 20:00 Horas.	Varones y Damas	Gimnasio Carrera Pinto	Martes y jueves	Todas las edades