

**TALLERES UDLAP
Primavera 2015**

Taller	Día	Hora	Lugar	Instructor	Precio
Abdomen y glúteo con step sección 1	L y Mi y V	10:00 a 11:00	CE 209 A	Marcela Vázquez	\$ 2,680.00
Abdomen y glúteo con step sección 2	L y Mi	19:00 a 20:30	CE 209 A	Marcela Vázquez	\$ 2,680.00
Abdomen y glúteo con step sección 3	Ma y J	9:30 a 11:00	CE 209 A	Marcela Vázquez	\$ 2,680.00
Abdomen y glúteo con step sección 4	Ma y J	18:00 a 19:30	CE 209 A	Marcela Vázquez	\$ 2,680.00
Atletismo	L a J	18:00 a 19:00	Pista de tartán	Pedro Tani	\$ 1,470.00
Body Work sección 1	L, Mi y V	09:00 a 10:00	Gimnasio Colegio Bernal	Daniela Erne	\$ 2,680.00
Body Work sección 2	L y Mi	18:30 a 19:30	Gimnasio Colegio Bernal	Daniela Erne	\$ 2,205.00
Ciclismo de Salon	L, Mi y V	08:30 a 9:30	GB gimnasio de pesas UDLAP	Marcela Vázquez	\$ 2,680.00
CrossFit	L a Vi	07:00 a 11:00 y 17:00 a 20:00, Sab 9:00 y 10:00 hrs. Elije hasta una hora diaria.	Gimnasio Particular camino Real 72720 y Lomas de Angelopolis, Plaza Kharma loc. 8.	José Canales	\$ 3,050.00
Fit dance	L, Mi y V	12:00 a 12:50	CE 209	Jorge Gilberto Isunza Bustos	\$ 2,205.00
Insane Training sección 1 ¡NUEVO!	L, Mi	17:00 a 18:00	Gimnasio Colegio Gaos	David Estrada	\$ 2,680.00
Insane Training sección 2 ¡NUEVO!	Ma y J	17:00 a 18:00	Gimnasio Colegio Gaos	David Estrada	\$ 2,680.00
Mat pilates	L, Mi y V	12:00 a 12:50	CE 209 A	María Doménica López Amezcua	\$ 2,205.00
Pilates Reformer Sección 1	L y Mi	13:30 a 14:30	CE 209 A	Rosalva Enríquez de la Garza	\$ 2,205.00
Pilates Reformer Sección 2	Ma y J	8:30 a 9:30	CE 209 A	Marcela Vázquez	\$ 2,205.00
Pole fitness sección 1	L a J	8:30 a 10:00 Elige dos clases a la semana de una hora y media.	Lateral Recta a Cholula No. 10	Gabriela Preciado	\$ 2,680.00
Pole fitness sección 2	L a J	10:00 a 11:30 Elige dos clases a la semana de una hora y media.	Lateral Recta a Cholula No. 10	Gabriela Preciado	\$ 2,680.00
Pole fitness sección 3	L a J	16:30 a 18:00 Elige dos clases a la semana de una hora y media.	Lateral Recta a Cholula No. 10	Gabriela Preciado	\$ 2,680.00
Pole fitness sección 4	L a J	19:30 a 21:00 Elige dos clases a la semana de una hora y media.	Lateral Recta a Cholula No. 10	Gabriela Preciado	\$ 2,680.00
Reebok Core Training sección 1	L, Mi y V	08:00 a 09:00	Gimnasio Colegio Bernal	Daniela Erne	\$ 2,680.00
Reebok Core Training sección 2	L y Mi	17:30 a 18:30	Gimnasio Colegio Bernal	Daniela Erne	\$ 2,205.00
Spinning sección 1	L, Ma y J	18:00 a 19:00	GB gimnasio de pesas UDLAP	David Estrada	\$ 2,680.00
Spinning sección 2	L, Ma y J	19:00 a 20:00	GB gimnasio de pesas UDLAP	David Estrada	\$ 2,680.00
Spinning sección 3	L, Ma y J	20:00 a 21:00	GB gimnasio de pesas UDLAP	David Estrada	\$ 2,680.00
TRX Sección 1 ¡NUEVO!	L, Mi y Vi	9:00 a 10:00	Extensión GB	Josué Flores	\$ 2,680.00
TRX Sección 2 ¡NUEVO!	L, Mi y Vi	10:00 a 11:00	Extensión GB	Josué Flores	\$ 2,680.00
TRX Sección 3 ¡NUEVO!	L, Mi y Vi	11:00 a 12:00	Extensión GB	Josué Flores	\$ 2,680.00
TRX Sección 4 ¡NUEVO!	Ma y J	9:00 a 10:30	Extensión GB	Josué Flores	\$ 2,680.00
TRX Sección 5 ¡NUEVO!	Ma y J	10:30 a 12:00	Extensión GB	Josué Flores	\$ 2,680.00
Zumba con step	Ma, Mi y J	08:00 a 9:00	CE 209 A	María Antonieta González Saavedra	\$ 2,205.00
Zumba Party	Ma, Mi y J	19:00 a 20:00	Gimnasio Colegio Gaos	María Antonieta González Saavedra	\$ 2,205.00

Inscripciones presenciales (Módulo en la explanada del Centro Estudiantil)

Inicio de clases: Lunes 26 de enero de 2015

Término de clases: viernes 1 de mayo de 2015

Fecha límite de cancelación: viernes 23 de enero de 2015

Informes:

Dirección de Desarrollo Estudiantil, Departamento de Integración Universitaria. Tel. 229 20 00 ext. 4567, 4070 y 2383. Edificio CE, oficina 213 - "A"

Correo electrónico: talleres.udlap@udlap.mx

Actividad válida por 4 puntos PPA (es requisito indispensable asistir al menos al 80% de las clases para validar la actividad)