

TALLERES UDLAP
OTOÑO 2014
ACONDICIONAMIENTO FÍSICO

Taller	Sección	Días	Horario	Instalación/Sala	Instructor	Precio Otoño 2014
Abdomen y glúteo con step sección 1	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	2	L y Mi	19:00 a 20:30	CE 209 A	Marcela Vázquez	\$ 2,680.00
Abdomen y glúteo con step sección 3	3	Ma y J	9:30 a 11:00	CE 209 A	Marcela Vázquez	\$ 2,680.00
Abdomen y glúteo con step sección 4	4	Ma y J	18:00 a 19:30	CE 209 A	Marcela Vázquez	\$ 2,680.00
Atletismo	1	L a J	18:00 a 19:00	Pista de tartán	Pedro Tani	\$ 1,470.00
CrossFit	1	L a Sab	L a Vi de 09:00 a 11:00 y 19:00 a 20:00 Sab de 09:00 a 11:00	Gimnasio Particular camino Real N° 6661 C.P.72700	Por asignar	\$ 3,050.00
Fit dance	1	L, Mi y V	12:00 a 12:50	CE 209	Jorge Gilberto Isunza Bustos	\$ 2,205.00
Fitness Interval Training (F.I.T.) sección 1	1	L, Mi y V	08:00 a 09:00	Extensión GB gimnasio de pesas UDLAP	Daniela Erne	\$ 2,680.00
Fitness Interval Training (F.I.T.) sección 2	2	L y Mi	17:30 a 18:30	Extensión GB gimnasio de pesas UDLAP	Daniela Erne	\$ 2,205.00
Insane Trainig sección 1 ¡NUEVO!	1	L, Mi	17:00 a 18:00	Gimnasio Colegio Gaos	David Estrada	\$ 2,205.00
Insane Trainig sección 2 ¡NUEVO!	2	Ma y J	17:00 a 18:00	Gimnasio Colegio Gaos	David Estrada	\$ 2,205.00
Mat pilates	1	L y Mi	12:30 a 14:00	CE 214	María Doménica López Amezcua	\$ 2,205.00
Pilates Reformer ¡NUEVO!	1	L y Mi	12:00 a 13:00	CE 209 A	Rosalva Enríquez de la Garza	\$ 2,205.00
Pilates Reformer ¡NUEVO!	2	L y Mi	11:00 a 12:00	CE 209 A	Marcela Vázquez	\$ 2,205.00
Pole fitness sección 1	1	L, Mi y Vi	8:30 a 10:00	Lateral Recta a Cholula No. 10	Gabriela Preciado	\$ 2,680.00
Pole fitness sección 2	2	L a Vi	10:00 a 11:30	Lateral Recta a Cholula No. 10	Gabriela Preciado	\$ 2,680.00
Pole fitness sección 3	3	L a J	16:30 a 18:00	Lateral Recta a Cholula No. 10	Gabriela Preciado	\$ 2,680.00
Pole fitness sección 4	4	L y Mi	19:30 a 21:00	Lateral Recta a Cholula No. 10	Gabriela Preciado	\$ 2,680.00
Resistance Interval Power Plyometrics (R.I.P.P.) sección 1	1	L, Mi y V	09:00 a 10:00	Extensión GB	Daniela Erne	\$ 2,680.00
Resistance Interval Power Plyometrics (R.I.P.P.) sección 2	2	L y Mi	18:30 a 19:30	Extensión GB	Daniela Erne	\$ 2,205.00
Spinning sección 1	1	L, Ma y J	07:00 a 08:00	GB gimnasio de pesas UDLAP	David Estrada	\$ 2,680.00
Spinning sección 2	2	L, Ma y J	18:00 a 19:00	GB gimnasio de pesas UDLAP	David Estrada	\$ 2,680.00
Spinning sección 3	3	L, Ma y J	19:00 a 20:00	GB gimnasio de pesas UDLAP	David Estrada	\$ 2,680.00
Spinning sección 4	4	L, Ma y J	20:00 a 21:00	GB gimnasio de pesas UDLAP	David Estrada	\$ 2,680.00
Stretching ¡NUEVO!	1	L y Mi	17:30 a 18:50	CE 209 A	Jaira América Rosero Jurado	\$ 2,205.00
TRX Sección 1 ¡NUEVO!	1	L, Mi y Vi	10:00 a 11:00	Extensión GB gimnasio de pesas UDLAP	Josué Flores Carrera	\$ 2,680.00
TRX Sección 2 ¡NUEVO!	2	L, Mi y Vi	11:00 a 12:00	Extensión GB gimnasio de pesas UDLAP	Josué Flores Carrera	\$ 2,680.00
TRX Sección 3 ¡NUEVO!	3	L y Mi	19:30 a 21:00	Extensión GB gimnasio de pesas UDLAP	Josué Flores Carrera	\$ 2,680.00
TRX Sección 4 ¡NUEVO!	4	Ma y J	19:30 a 21:00	Extensión GB gimnasio de pesas UDLAP	Josué Flores Carrera	\$ 2,680.00
TRX Sección 5 ¡NUEVO!	5	Ma y J	15:30 a 17:00	Extensión GB gimnasio de pesas UDLAP	Josué Flores Carrera	\$ 2,680.00
Zumba Party	1	Ma, Mi y J	19:00 a 20:00	Gimnasio Colegio Bernal	María Antonieta González Saavedra	\$ 2,205.00
Zumba con step ¡NUEVO!	1	Ma, Mi y J	08:00 a 9:00	CE 209 A	María Antonieta González Saavedra	\$ 2,205.00

Inscripciones presenciales (Módulo en la explanada del Centro Estudiantil) Del lunes 11 al viernes 22 de agosto de 2014
Fecha límite cancelación: viernes 22 de agosto de 2014
Inicio de clases: lunes 25 de agosto de 2014
Término de clases: viernes 21 de noviembre de 2014

Informes:

Dirección de Desarrollo Estudiantil, Departamento de Integración Universitaria. Tel. 229 20 00 ext. 4567, 4070 y 2383. Edificio CE, oficina 213 - "A" www.udlap.mx/talleres
Correo electrónico: talleres.udlap@udlap.mx

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