



PROGRAMA

“Deporte y Recreación San Miguel 2024”



Teléfonos: 226789109-226789199
Correo electrónico: deportes@sanmiguel.cl

Protocolo de participación en talleres deportivos municipales 2024

- Los talleres municipales son gratuitos.
- Para inscribirte, solo debes llegar al taller de tu interés el día y hora de la clase.
- Los participantes por taller/clase dependen de la capacidad de la sala o espacio habilitado.
- Se dispondrán cupos hasta que la capacidad del taller se encuentre completa.
- Cada profesor(a) evaluará la capacidad del lugar, de tal forma que permita el desarrollo técnico de la actividad y la ventilación.
- Se dispondrá de un máximo de 10 minutos de espera para el ingreso e inicio de la clase.
- El control de asistencia y la entrega de datos del participante es obligatorio.
- Cada participante, al momento de inscribirse en la lista de asistencia acepta las normativas del programa y declara tener salud compatible con la actividad a realizar.
- En el caso de menores de edad, el apoderado(a) que lo representa es responsable del cuidado personal y deberá autorizar la participación en el taller mediante un consentimiento informado al momento de inscribirse (una vez).
- La edad sugerida para menores de edad es desde los seis años.

¡Ven y participa!

* La programación podría presentar cambios por fuerza mayor

Actividad física para Personas mayores

TALLER/Actividad	SEDE/lugar	DIRECCION	L	M	M	J	V	S	D
Baile entretenido/gimnasia integral	Unidad vecinal N° 18	Primeva avenida N°1700	10.00-11.00		10.00-11.00				
	Unidad vecinal N° 18	Primeva avenida N°1700	11.00-12.00		11.00-12.00				
	Gimnasio Brasilia	Varas Mena/Porto alegre	8.30-9.30		8.30-9.30				
	Gimnasio Brasilia	Varas Mena/Porto alegre		18.30-19.30		18.30-19.30			
	Parque el Llano	Frente a Universidad de Valparaiso							10.30-12.00
Acondicionamiento fisico (IND)	Unidad Vecinal N°51	Llico N° 773	9.00-10.00		9.00-10.00		9.00-10.00		
	Centro comunitario Gabriela Mistral	Teresa Vial N°1290	10.30-11.30		10.30-11.30		10.30-11.30		
	Centro comunitario Gabriela Mistral	Teresa Vial N°1290	11.35-12.35		11.35-12.35		11.35-12.35		
	Centro comunitario Gabriela Mistral	Teresa Vial N°1290	15.00-16.00		15.00-16.00		15.00-16.00		
Acondicionamiento fisico adulto mayor	Universidad de Valparaiso	Brigadier de la Cruz N°1050		9.00-10.00		9.00-10.00			
Acondicionameinto fisico adulto mayor y mujeres en general	Casa de las mujeres	Alvarez de toledo N° 833		16.00-17.00		16.00-17.00			
Gimnasia integral/juegos recreativos	Unidad vecinal N° 50	Leon Prado N° 577		17.00-18.00		17.00-18.00			
Técnicas de senderismo adulto mayor	Centro comunitario Gabriela Mistral	Teresa Vial N°1290				17.15-19.15	17.00-19.00		