



2018-2019

**TALLERES  
DEPORTIVOS Y  
RECREACIONALES**

**CORPORACIÓN**  
**deportes** ESTACION  
CENTRAL

## TALLERES PAGADOS

TALLER	SALON	HORARIO	DIAS	PROFESOR
ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	CESPED	9:00 - 10:00 HRS.	LUNES, MIERCOLES Y VIERNES	STREET-BOX
GIMNASIO	SALA DE MAQUINAS	11:00 A 12:00 HRS.	LUNES MIERCOLES Y VIERNES	RODRIGO ROJAS
TENIS DE MESA	SALON AZUL	9:00 - 15:00 HRS.	SABADO	JUAN MELLADO
TENIS DE MESA	SALON AZUL	16:00 A 18:00 HRS.	LUNES, MIERCOLES Y VIERNES	JUAN MELLADO
ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	CESPED	18:00-21:00 HRS. (CLASE CADA 1 HORA)	LUNES MARTES MIERCOLES JUEVES Y VIERNES	STREET-BOX
ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	CESPED	11:00 A 12:00 HRS.	SABADO	STREET-BOX
ACOND. FISICO Y MUSCULACION	GIMNASIO	19:00-21:00 HRS.	LUNES, MIERCOLES Y VIERNES	RODRIGO ROJAS
ACOND. FISICO Y MUSCULACION	GIMNASIO	20:30-22:00 HRS.	MARTES Y JUEVES	RODRIGO ROJAS
AEROMIX	SALON BLANCO	20:00-21:00 HRS.	LUNES, MIERCOLES Y VIERNES	KATHERINE MENESES
ZUMBA	SALON ROJO	21:00-22:00 HRS.	LUNES, MIERCOLES Y VIERNES	IVONNE RAMIREZ
JUDO	SALON BLANCO	18:30- 20:30 HRS.	MARTES Y JUEVES	SERGIO CARRASCO
KEMPO KARATE	SALON AZUL	18:30-19:30 HRS.	MARTES Y JUEVES	ALEJANDRO DONOSO
BOX	GIMNASIO	19:00 A 20:00 HRS.	JUEVES	RODOLFO MORAGA
KUNG FU DEPORTIVO (WUSHU)	SALON ROJO	19:30 A 21:00 HRS.	MARTES Y JUEVES	JORGE PEREZ
ZUMBA	SALON ROJO	21:00 A 22:00 HRS.	MARTES Y JUEVES	RODRIGO ITURRA
TENIS DE MESA	SALON AZUL	20:00 A 22:00 HRS.	MARTES	JUAN MELLADO
TIERRA MIA	SALON ROJO	18:30 A 20:00 HRS.	MIERCOLES Y VIERNES	DENIS BUSTOS



[www.estaciondeportes.cl](http://www.estaciondeportes.cl)

**CONTACTANOS EN FACEBOOK: ESTACIONDEPORTES**  
**FONO: 22 401 5831**

**2018-2019**

**TALLERES  
DEPORTIVOS Y  
RECREACIONALES**

**CORPORACIÓN**  
**deportes** ESTACION  
CENTRAL

## TALLERES GRATUITOS

TALLER	SALON	HORARIO	DIAS	PROFESOR
ZUMBA	SALON ROJO	09:00-10:00 HRS.	LUNES, MIERCOLES Y VIERNES	IVONNE RAMIREZ
SPINNING	SALON ROJO	09:00-10:00 HRS	MARTES Y JUEVES	RODRIGO ROJAS
BAILE ENTRETENIDO ADULTO MAYOR	SALON ROJO	10:00-11:00HRS.	LUNES, MIERCOLES Y VIERNES	IVONNE RAMIREZ
GIMNASIO ABIERTO	GIMNASIO	10:00- 11:00 HRS.	MARTES Y JUEVES	RODRIGO ROJAS
PILATES-FITBALL	SALON AZUL	10:00-11:00HRS.	LUNES, MIERCOLES Y VIERNES	KAREN BAEZA
YOGA INTEGRAL	SALON AZUL	11:15-13:15 HRS.	LUNES, MIERCOLES Y VIERNES	GRECIA FUENZALIDA
EJERCICIO FISICO (ADULTO MAYOR)	SALON ROJO	11:15 A 12:00 HRS.	LUNES, MIERCOLES Y VIERNES	KATHERINE MENESES
AEROMIX LOCALIZADO	SALON AZUL	9:00 A 10:00 HRS.	MARTES Y JUEVES	IVONNE RAMIREZ
ZUMBA	SALON ROJO	10:30 A 11:30 HRS.	MARTES Y JUEVES	KEVIN LEUPIN
YOGA	SALON ROJO	12:00 A 13:30 HRS.	SÁBADO	GRECIA FUEZALIDA
SPINNING	GIMNASIO	20:00 A 20:45 HRS.	LUNES MIERCOLES Y VIERNES	RODRIGO ROJAS
KARATE SHUDOKAN	SALON AZUL	19:00 A 21:00 HRS.	LUNES, MIERCOLES Y VIERNES	JOSE LUIS NECUL
DANCEHALL JUVENIL	SALON ROJO	19:00 A 20:00 HRS.	LUNES Y MIERCOLES	PIA MIKACIC
YOGA INTEGRAL	SALON BLANCO	18:30 A 20:00 HRS.	MIERCOLES	GRECIA FUEZALIDA
ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (ADOLESCENTES)	CESPED	18:30 A 19:30 HRS.	MARTES Y JUEVES	JOSE RIVERA
BOX	SALON MAQUINAS	19:00 A 20:30 HRS.	MARTES	RODOLFO MORAGA
ZUMBA	SALON AZUL	8:45 A 9:45 HRS.	VIERNES	KEVIN LEUPIN

\*Requisitos para taller de zumba gratuito: Certificado de residencia / Carnet comunal



www.estaciondeportes.cl

CONTACTANOS EN FACEBOOK: ESTACIONDEPORTES  
FONOS: 22 401 5831 - 22 779 2763