

CURSOS DE BIENESTAR

HORARIO ARTE Y CULTURA

*El estudiante debe tener en cuenta los horarios antes de inscribirse:

Curso	Día	Hora	Lugar	
HISTORIA DE LA DANZA	Lunes	12:00 m. - 2:00 p.m.	Remoto	Elicia Canoles
EXPRESIÓN CORPORAL	Lunes	4:30 p.m. - 6:30 p.m.	Sede Pie de La Popa	Neyla Llamas
CANTOS FOLCLÓRICOS	Lunes	10:00 a.m. - 12:00 m.	Sede Avenida	Fernando Vargas
TALLER DE MARACAS	Lunes	1:00 p.m. - 3:00 p.m.	Sede Avenida	Fernando Vargas
DIBUJO	Grupo A - Lunes Grupo B - Jueves	1:00 p.m. - 3:00 p.m. 1:00 p.m. - 3:00 p.m.	Sede Centro Sede Centro	Luis F. Troconis
FOTOGRAFÍA	Grupo A - Lunes Grupo B - Martes	4:00 p.m. - 6:00 p.m. 4:00 p.m. - 6:00 p.m.	Sede Centro Sede Avenida	Luis F. Troconis
PIANO	Grupo A - Lunes Grupo B - Miércoles	3:00 p.m. - 5:00 p.m. 4:00 p.m. - 6:00 p.m.	Sede Avenida Sede Centro	Marlon Martínez
INTÉRPRETE VOCAL MASCULINO Y FEMENINO	Lunes	6:00 p.m. - 8:00 p.m.	Sede Avenida	Marlon Martínez
RITMOS TRADICIONALES	Martes	8:00 a.m. - 10:00 a.m.	Sede Avenida	Fernando Vargas
MÚSICA TRADICIONAL	Grupo A - Martes Grupo B - Jueves	10:00 a.m. - 12:00 m. 3:00 p.m. - 5:00 p.m.	Sede Avenida Sede Avenida	Fernando Vargas
PINTURA	Grupo A - Martes Grupo B - Sábado	1:00 p.m. - 3:00 p.m. 8:00 a.m. - 10:00 a.m.	Sede Avenida Sede Centro	Luis F. Troconis
GUIARA	Martes	9:00 a.m. - 11:00 a.m.	Sede Avenida	Marlon Martínez
TÉCNICA VOCAL	Grupo A - Martes Grupo B - Viernes	11:00 a.m. - 1:00 p.m. 10:30 a.m. - 12:00 m.	Sede Avenida Sede Centro	Marlon Martínez
PERCUSIÓN FOLCLÓRICA	Grupo A - Miércoles Grupo B - Sábado	10:00 a.m. - 12:00 m. 1:00 p.m. - 3:00 p.m.	Sede Avenida Sede Avenida	Fernando Vargas
DANZA URBANA	Miércoles	4:00 p.m. - 6:00 p.m.	Sede Avenida	Neyla Llamas
ARMONÍA VALLENATA	Miércoles	2:00 p.m. - 4:00 p.m.	Sede Centro	Marlon Martínez
MÚSICA Y ARMONÍA	Jueves	4:00 p.m. - 6:00 p.m.	Sede Centro	Marlon Martínez
TALLER DE GAITA	Grupo A - Jueves Grupo B - Jueves	10:00 a.m. - 12:00 m. 2:00 p.m. - 4:00 p.m.	Sede Avenida Sede Avenida	Fernando Vargas
DANZAS LATINAS	Jueves	2:00 p.m. - 4:00 p.m.	Sede Avenida	Neyla Llamas
CORO	Jueves	2:00 p.m. - 4:00 p.m.	Sede Centro	Marlon Martínez
PERCUSIÓN LATINA	Viernes	4:00 p.m. - 6:00 p.m.	Sede Avenida	Fernando Vargas
TEATRO	Viernes	10:00 a.m. - 12:00 m.	Sede Centro	Neyla Llamas
PERCUSIÓN VALLENATA	Viernes	9:00 a.m. - 10:30 a.m.	Sede Centro	Marlon Martínez
TALLER DE EJERCICIOS RÍTMICOS	Sábado	10:00 a.m. - 12:00 m.	Sede Avenida	Fernando Vargas

PASOS PARA LA INSCRIPCION:

1. Ingresa a www.umayor.edu.co
2. Clic en el link **"Plataforma MITU"**
3. Dar clic en el icono **"Bienestar"**
4. Dar clic en **"Cursos de Bienestar"**
5. Dar clic en **"Matricular Cursos"**
6. Dar clic en la **"Actividad que deseas cursar"**



CURSOS DE BIENESTAR

HORARIO DEPORTE Y RECREACIÓN

*El estudiante debe tener en cuenta los horarios antes de inscribirse:

Curso	Día	Hora	Lugar	
FÚTBOL 11 (Masculino)	Martes Jueves	3:00 p.m. - 5:00 p.m.	Cancha de fútbol Las Tenazas	Freddy Tovar
FÚTBOL 11 (Femenino)	Lunes Viernes	8:00 a.m. - 10:00 a.m.	Cancha sintética de Calamares	Freddy Tovar
FUTSALA (Femenino)	Martes Jueves	3:30 p.m. - 5:00 p.m.	Sede Avenida	Andrea Colón
FUTSALA (Masculino)	Lunes Viernes	3:00 p.m. - 5:00 p.m.	Polideportivo de Blas de Lezo	Freddy Tovar
NATACIÓN	Martes Jueves	8:00 a.m. - 10:00 a.m.	Complejo Acuático	Andrea Colón
BALONCESTO (Masculino)	Jueves	5:00 p.m. - 7:00 p.m.	Coliseo de Combate	José Luis Rodríguez
BALONCESTO (Mixto)	Martes	5:00 p.m. - 7:00 p.m.	Cancha parque Centenario	José Luis Rodríguez
VOLEIBOL	Grupo A - Miércoles Grupo B- Viernes	3:30 p.m. - 5:00 p.m. 8:00 a.m. - 10:00 a.m.	Sede Avenida	Andrea Colón
TENIS DE MESA	Lunes Viernes	3:00 p.m. - 5:00 p.m.	Umayor Sede Centro	Ender Torres
ATLETISMO	Martes Jueves	8:00 a.m. - 10:00 a.m. 10:00 a.m. - 12:00 a.m.	Cancha del York en Blas de Lezo	Ender Torres
KICKBOLL	Miércoles Viernes	8:00 a.m. - 10:00 a.m. 8:00 a.m. - 10:00 a.m.	Cancha de fútbol Las Tenazas	Ender Torres
SOFTBOLL	Martes Jueves	10:00 a.m. - 12:00 m. 8:00 a.m. - 10:00 a.m.	Cancha el York en Blas de Lezo	Ender Torres
ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	Lunes Viernes	8:00 a.m. - 10:00 a.m.	Parque Santa Mónica	José Luis Rodríguez
TAEKWONDO	Martes Miércoles	6:00 p.m. - 9:00 p.m.	Club de Amigos de Blas de Lezo	David Bernal
ARTES MARCIALES	Viernes	7:30 a.m. - 10:00 a.m.	Sede Avenida	David Bernal
RUNNIN	Sábados	7:30 a.m. - 9:30 a.m.	Bahía de Manga	Freddy Tovar
IMPORTANCIA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA EN LA SALUD INTEGRAL DEL SER	Sábados	3:00 p.m. - 5:00 p.m.	Remoto	José Luis Rodríguez
KARATE	Lunes Martes Domingos	5:00 p.m. - 6:30 p.m. 10:00 a.m. - 11:00 a.m.	Centro Comercial Portal de San Felipe	Horacio Pareja
AJEDREZ	Sábados	8:00 a.m. - 12:00 m.	Sede Pie de La Popa	Mario Echeverria
ACONDICIONAMIENTO FÍSICO	Jueves	7:00 p.m. - 9:00 p.m.	Sede Avenida Salón Multiple	Ender Torres

PASOS PARA LA INSCRIPCION:

1. Ingresa a www.umayor.edu.co
2. Clic en el link **"Plataforma MITU"**
3. Dar clic en el icono **"Bienestar"**
4. Dar clic en **"Cursos de Bienestar"**
5. Dar clic en **"Matricular Cursos"**
6. Dar clic en la **"Actividad que deseas cursar"**



CURSOS DE BIENESTAR

HORARIO DE SALUD

*El estudiante debe tener en cuenta los horarios antes de inscribirse:

Curso	Día	Hora	Lugar	
PRIMEROS AUXILIOS	Grupo A - Martes	4:45 p.m. - 6:00 p.m.	Sede Centro	Nestor Angulo
	Grupo B - Miércoles	6:15 p.m. - 7:15 p.m.	Sede Centro	

HORARIO DE DESARROLLO HUMANO

Curso	Día	Hora	Lugar	
CULTURA Y PARTICIPACIÓN CIUDADANA	Viernes	10:45 a.m. - 12:15 p.m.	Sede Avenida	Stephanie Zuleta
RELACIONES SALUDABLES Y BUEN TRATO	Jueves	4:00 p.m. - 6:00 p.m.	Sede Avenida	Carlos Patiño
URBANIDAD Y CONVIVENCIA	Miércoles	10:00 a.m. - 11:30 a.m.	Sede Centro	Myriam Casas
DESARROLLO PROFESIONAL	Lunes	4:00 p.m. - 6:00 p.m.	REMOTO	Valentina Benítez
AUTOGESTIONABLE DE PRIMEROS AUXILIOS PSICOLOGICOS	N/A	N/A	VIRTUAL	Carlos Patiño

PASOS PARA LA INSCRIPCION:

1. Ingresa a www.umayor.edu.co
2. Clic en el link **"Plataforma MITU"**
3. Dar clic en el icono **"Bienestar"**
4. Dar clic en **"Cursos de Bienestar"**
5. Dar clic en **"Matricular Cursos"**
6. Dar clic en la **"Actividad que deseas cursar"**

