



El deporte  
es de todos

Mindeporte



**MINISTERIO DEL DEPORTE  
DIRECCIÓN DE FOMENTO Y DESARROLLO  
GRUPO INTERNO DE TRABAJO ACTIVIDAD FÍSICA  
CURSOS REGIONAL DE ACTIVIDAD FÍSICA DIRIGIDA MUSICALIZADA  
SAN ANDRÉS**

**25 AL 27 DE AGOSTO DE 2021**

**DÍA 1 - 25 DE AGOSTO DE 2021**

HORA	ACTIVIDAD
8: 00 a 10:00 a.m.	Registro de participantes, Acomodación.
10:00 a 11:00 a.m	Acto de instalación MINISTERIO DEL DEPORTE - SECRETARIA DE DEPORTES Y RECREACIÓN DEL ARCHIPIELAGO DE SAN ANDRÉS
11:00 a 12:00 p.m	Líneamientos Programa Nacional de Hábitos y Estilos de Vida Saludable
12:00 a 2:00 p.m	<b>Almuerzo</b>
2:00 a 4:00 p.m	Componentes de las sesiones de actividad física dirigida musicalizada <b>Coach Luis Serpa - Maryan Acuña</b>
4:00 a 4:30 p.m	<b>Receso</b>
4:30 p.m. a 6:30 p.m	Modalidad Gimnasia Aeróbica <b>Coach Luis Serpa - Apoyo Maryan Acuña</b>

**DÍA 2 - 26 DE AGOSTO DE 2021**

8:00 a.m. a 10:00 a.m	Modalidad Gimnasia Aeróbica <b>Coach Luis Serpa - Apoyo Maryan Acuña</b>
10:00 a 10:30 a.m	<b>Receso</b>
10:30 a 12:30 p.m	<b>Coach Maryan Acuña - Apoyo Luis Serpa</b>
12:30 a 2:00 p.m	<b>Almuerzo</b>
2:00 a 4:00 p.m	<b>Coach Maryan Acuña - Apoyo Luis Serpa</b>
4:00 a 6:00 p.m	Trabajo práctico
7:00 a 8:30 p.m	<b>Evento de Actividad Física</b>

**DÍA 3 - 27 DE AGOSTO DE 2021**

8:00 a 11:00 a.m	EVALUACION TEORICA -EVALUACION PRACTICA GIMNASIA AERÓBICA
11:00 a 11:30 a.m	Receso
11:30 a 12:30 p.m	Cierre
12:30 a 2:00 p.m	<b>Almuerzo</b>