



Básquetbol.- El deporte conocido popularmente como baloncesto. Se practica entre dos equipos conformado por 5 jugadores cada equipo. Tiene como objetivo encestar un balón a favor de su equipo a través de trabajo en conjunto basado en una estrategia y comunicación entre ellos. Como ente generador de aprendizaje, bienestar, disciplina, compromiso. Asume convertirse en una herramienta de cambio y forma de vida a través de elementos como el ejercicio físico, los fundamentos y reglas de juego. Este deporte es de carácter colectivo.

MAÑANA: LUNES - MIERCOLES - VIERNES

Grupo	Edad	Horario - Mañana
Grupo II	9 a 12 años	9:00am a 10:00am.
Grupo I	5 a 8 años	10:00am a 11:00am.
Grupo IV	15 años a más	11:00am a 12:00m.
Grupo III	13 a 14 años	12:00m a 1:00pm.

MAÑANA: MARTES - JUEVES

Grupo	Edad	Horario - Mañana
Grupo III	13 a 14 años	9:00am a 10:30am.
Grupo I	5 a 8 años	10:30am a 12:00m.
Grupo II	9 a 12 años	12:00m a 1:30pm.

TARDE: LUNES - MIERCOLES - VIERNES

Grupo	Edad	Horario - Tarde
Grupo II	9 a 12 años	3:00pm a 4:00pm.
Grupo I	5 a 8 años	3:00pm a 4:00pm.
Grupo IV	15 años a más	4:00pm a 5:00pm.
Grupo III	13 a 14 años	5:00pm a 6:00pm.

TARDE: MARTES - JUEVES

Grupo	Edad	Horario - Tarde
Grupo II	9 a 12 años	3:00pm a 4:30pm.
Grupo IV	15 años a más	4:30pm a 6:00pm.
Grupo I	5 a 8 años	3:00pm a 4:30pm.

Fútbol.-El deporte colectivo. Veinte y dos jugadores se enfrentan en dos equipos conformados por 11 participantes cada uno. El trabajo, la disciplina, el orden táctico y la predisposición del juego en conjunto marcará la diferencia frente al rival. El gol es la culminación, el logro y la máxima expresión del trabajo en conjunto de todas las líneas de ataque y defensa de un equipo. Es de funcionamiento dinámico, la práctica del deporte como formación contribuye al mejoramiento de todas las capacidades físicas, ayuda al empoderamiento del alumno y a la identificación plena con su camiseta a la que representa.

MAÑANA: LUNES - MIERCOLES - VIERNES

Grupo	Edad	Horario - Mañana
Grupo I	5 a 8 años	9:00am a 10:00am.
Grupo II	9 a 12 años	10:00am a 11:00am.
Grupo III	13 a 14 años	11:00am a 12:00m.
Grupo IV	15 años a más	12:00m a 1:00pm.

MAÑANA: MARTES - JUEVES

Grupo	Edad	Horario - Mañana
Grupo I	5 a 8 años	9:00am a 10:30am.
Grupo II	9 a 12 años	10:30am a 12:00m.
Grupo III	13 a 14 años	12:00m a 1:30pm.

TARDE: LUNES - MIERCOLES - VIERNES

Grupo	Edad	Horario - Tarde
Grupo I	5 a 8 años	2:00pm a 3:00pm.
Grupo II	9 a 12 años	3:00pm a 4:00pm.
Grupo III	13 a 14 años	4:00pm a 5:00pm.
Grupo IV	15 años a más	5:00pm. a 6:00pm.

Vóleibol.- La práctica de vóleibol sirve como medio de formación para facilitar a los participantes en el desarrollo de sus capacidades, conocimientos y actitudes. Asimismo, contribuye en el mejoramiento de su personalidad colaborando en su seguridad y la toma de sus propias decisiones. Promueve el trabajo en conjunto adquiriendo habilidades para trabajar en equipo.

MAÑANA: LUNES - MIERCOLES - VIERNES

Grupo	Edad	Horario - Mañana
Grupo III	13 a 14 años	11:00am a 12:00m.
Grupo I	5 a 8 años	9:00am a 10:00am.
Grupo IV	15 años a más	12:00m a 1:00pm.
Grupo II	9 a 12 años	10:00am a 11:00am.

Futsal.- El deporte conocido como Fútbol de salón. Es un deporte colectivo en el cual 10 jugadores se enfrentan en dos equipos conformados por 5 jugadores cada uno. El trabajo es de orden táctico y la predisposición del juego en conjunto marcará la diferencia frente al rival. El gol es la culminación, el logro y la máxima expresión del trabajo. Es de funcionamiento dinámico y contribuye al mejoramiento de todas las capacidades físicas

MAÑANA: LUNES - MIERCOLES - VIERNES

Grupo	Edad	Horario - Mañana
Grupo V	3 a 5 años	11:00am a 12:00m.
Grupo I	6 a 8 años	10:00am a 11:00am.

Baile Coreográfico y Aeróbicos .- Se presenta como una clase de funcionamiento dinámico con una estructura de movimientos que se van entre lazando al ritmo de la música. Asimismo, se combina con ejercicios de aeróbicos de bajo y alto impacto que contribuyen en el mejoramiento de la salud.

MAÑANA: LUNES - MIERCOLES - VIERNES - Sala de Danza

Grupo	Edad	Horario - Mañana
Grupo I	5 a 8 años	11:00am a 12:00m.
Grupo II	9 a 13 años	10:00am a 11:00am.

TaeKwonDo.- Deporte de origen coreano. Conjuga elementos que lleva al ser humano a la realización de todos los sentidos. Se basa en la disciplina y, para quienes lo practican, es su forma de vida, un instrumento para alcanzar el equilibrio físico y mental, dando como resultado personas felices, seguras y triunfadoras..

MAÑANA: LUNES - MIERCOLES - VIERNES - Sala de Artes Marciales

Grupo	Edad	Horario - Mañana
Grupo I	5 a 8 años	12:00m a 1:00pm.
Grupo II	9 a 13 años	11:00am a 12:00m.

El costo de los cursos para la comunidad PUCP es de S/.300.00 soles cada uno.

MAÑANA: MARTES - JUEVES

Grupo	Edad	Horario - Mañana
Grupo III	13 años a más	9:00am a 10:30am.
Grupo I	5 a 8 años	10:30am a 12:00m.
Grupo II	9 a 12 años	12:00m a 1:30pm.

Atletismo- Deporte base. Abarca un conjunto de disciplinas que se agrupan en carreras, saltos, lanzamientos, pruebas combinadas de resistencia. Está enfocada como el arte de superar el rendimiento de los adversarios en velocidad, resistencia o en altura. Gracias a su funcionamiento dinámico, el participante logra múltiples beneficios: desarrollo de la fuerza en las extremidades inferiores y superiores dependiendo de la modalidad que practica, gana resistencia, velocidad y mejora de su capacidad pulmonar.

MAÑANA: LUNES- MIERCOLES- VIERNES

Grupo	Edad	Horario - Mañana
Grupo I	8 a 12 años	10:00am a 11:00am.
Grupo II	13 a 15 años	11:00am a 12:00m.

Ajedrez.- Deporte Ciencia. Se concibe como un juego de estrategias que requiere concentración y habilidad del jugador. Como ente generador de aprendizaje, diversión y entrenamiento será una herramienta de cambio, utilizando la estrategia como medio para llegar a la capacidad de resolución de problemas y toma de decisiones bajo presión.

MAÑANA: MARTES Y JUEVES - Sala N° 1 Área de Deportes

Grupo	Edad	Horario - Mañana
Grupo I	6 a 9 años	9:00am a 10:30am.
Grupo II	10 años a más	10:30am a 12:00m.

Tenis de mesa.- Deporte olímpico de raqueta. Conocido popularmente como pinp- pong. Sirve como medio de formación para facilitar el desarrollo de sus capacidades de los participantes tanto físicas (velocidad, agilidad, coordinación, fuerza) y también cognitivas (concentración, memoria, atención). Se juega en interiores, tanto a individuales como a dobles. El jugador golpea una pelota muy ligera con una paleta o raqueta de manera que pase por encima de la red que divide la mesa. Cuando un jugador no logra devolver la pelota, el otro se anota un punto.

MAÑANA: LUNES - MIÉRCOLES - VIERNES - Losa blanca

Grupo	Edad	Horario - Mañana
Grupo I	8 a 10 años	10:00am a 11:00am
Grupo II	11 a 13 años	9:00am a 10:00am
Grupo III	14 años a más	11:00am a 12:00m