

ACTIVIDADES LUNES 17 DE SEPTIEMBRE 2018

ACTIVIDADES EN POLIDEPORTIVOS

POLIDEPORTIVO	ACTIVIDAD	HORARIO
Polideportivo	ACTIVIDAD	Lunes
CHACABUCO	CORO ADULTOS MAYORES	16 a 20
CHACABUCO	MUSCULACION	9 a 17
CHACABUCO	AEROBIC JAZZ, LOCALIZADA	8:30 a 10
CHACABUCO	CORRECTIVA	10 a 11
CHACABUCO	AEROBOX	18:30 a 20:30
CHACABUCO	TAICHI -CHUAN	16:30 a 18
CHACABUCO	NATACIÓN	9:00 a 9.50
CHACABUCO	NATACIÓN	9:50 a 10.40
Polideportivo	ACTIVIDAD	Lunes
SARMIENTO	GIMNASIA	8:45 a 10:40
SARMIENTO	AUXILIAR ÑEWCOM	
SARMIENTO	TENIS	
SARMIENTO		
SARMIENTO		

SARMIENTO		
SARMIENTO	TENIS	
SARMIENTO		
SARMIENTO	TENIS	19 A 20
SARMIENTO	GIMNASIA	8.45 a 10.30
SARMIENTO	AEROLOCAL	10:20 a 12:20
SARMIENTO	NEWCOMCOMPETITIVO	17:30 A 19
SARMIENTO	NEWCOMRECREATIVO	16 A 17:30
Polideportivo	ACTIVIDAD	Lunes
ONEGA	TENIS	9.30 a 10.30
ONEGA	TENIS	10,30 A 11,30
PATRICIOS	GIM. POSTURAL GLOBAL	8.30 a 10
PATRICIOS	GIM.ADULTOS MAYORES	13.30 a 16
PATRICIOS	MUSCULACIÓN	20.10 a 21.30
PATRICIOS	AQUAGYM	12 A 13
PATRICIOS	VOLEY	18.10 a 21.30
PATRICIOS	MUSCULACIÓN	15.30 a 18
PATRICIOS	STRECHING	13.30 a 14.30

PATRICIOS	MUSCULACIÓN	10.30 a 13.20
PATRICIOS	GIMNASIA AERÓBICA	19 a 21
PATRICIOS	MUSCULACIÓN	18 a 18.50
PATRICIOS	FOLKLORE	15,30 a 17.15
PATRICIOS	NATACION	10.30 a 11.30/11.30 a 12.30
PATRICIOS	AQUAGYM	17 a 17.50
PATRICIOS	NATACIÓN	18 A 19,50
PEREYRA	TALLER DE LA MEMORIA	9 :30 a 10:30
POMAR	GIMNASIA LOCALIZADA	14.30 A 15.30
POMAR	NEWCOM	16.30 A 17.30
POMAR	ZUMBA	19 A 20
POMAR	ACTI. PARA ADOLESCENTES	18.30 A 19.30
POMAR	VOLEY	19 A 20.30
SANTOJANNI	Entrenamiento Alternativo	17.15 a 18.15
SANTOJANNI	G.A.P.	14,15 a 15,15
SANTOJANNI	aero caminata	13,15 a 14,15
SANTOJANNI	Ritmos Latinos	15,30 a 17
SANTOJANNI	G.A.P.	14,15 a 15,15

SANTOJANNI	aero caminata	13,15 a 14,15
SANTOJANNI	Ritmos Latinos	15,30 a 17
Polideportivo	ACTIVIDAD	Lunes
CHACABUCO	LEV. DE PESAS	17:30 a 21
CHACABUCO	ATLETISMO EIDE	18 a 20
COLEGIALES	TENIS	8:10 a 9:30
COLEGIALES	TENIS	9:30 a 11
COLEGIALES	TENIS	11 a 13
COLEGIALES	TENIS	13 a 14
COLEGIALES	GIMNASIA AEROLOCALIZADA	8:30 a 9:40
COLEGIALES	PILATES	9:50 a 11
COLEGIALES	STRETCHING	11:15 a 12:15
COLEGIALES	GIMNASIA LOCALIZADA	18 a 19
COLEGIALES	STRETCHING	19 a 20
COLEGIALES	CAMINATA AERÓBICA	8:20 a 9
COLEGIALES	ACONDICIONAMIENTO FÍSICA	9 a 10
COLEGIALES	GIMNASIA ADULTOS MAYORES	10:15 a 11
COLEGIALES	TALLER DE MEMORIA y FOLKLORE	11 a 12:15

COLEGIALES	BASQUET	20:20 a 20:50
COLEGIALES	GIMNASIA LOCALIZADA	19:40 a 20:40
DON PEPE	TENIS AAT	15.30 a 17.30
DORREGO	RUNNING	16 a 20
DORREGO	CROSS-FIT	8,30 A 10,30
DORREGO	TENIS	10,45 A 11,30
DORREGO	AEROBICA	17 as 19,30
DORREGO	BASQUET	18,45 A 19,45
KDT	Complementos	13 a 19
KDT	Complementos	13 a 19
MARTÍN FIERRO	RITMOS	18 a 19
MARTÍN FIERRO	LOCALIZADA	19 a 20
ONEGA	AERO-LOCAL	8.45 a 10
ONEGA	MAS 60	10.30 a 11,45
ONEGA	TENIS	8.30 a 9.30

ACTIVIDADES EN PLAZAS	
PLAZA	ACTIVIDAD Y HORARIO
AVELLANEDA (Ingresando al parque por Bilbao junto a E. Saludable)	<u>Acondicionamiento físico</u>
	9.00 a 11.00
BANF (Lisboa y Lascano)	Cardio-Gym y Aero -local
	8.15 a 9.30
	9.30 - 10.45
	<u>Acondicionamiento físico</u>
19.00 a 20.30	
CENTENARIO (Franklin y L. Marechal)	<u>Gimnasia</u>
	17 00 a 18.30
INDOAMERICANO (Av. Castañares y Av. Escalada)	<u>Aero - Local</u>
	9.00 a 11.00
	8.30 a 10.30
IRLANDA (Neuquen y Segui) Eutonia invierno Fta. Pte. Sarmiento 889	<u>Gym - Local</u>
	16.00 a 18.00
	17.00 a 19.00
	<u>Acondicionamiento físico y ritmos</u>

CHACABUCO Hortiguera - fin de semana) (Mitre y Asamblea - semana)	(Asamblea y	16.00 a 18.00
		17.00 a 19.00
RIVADAVIA y Campichuelo)	(Av. Rivadavia	<u>Gym - Local</u>
		10.00 a 12.00
		10.00 a 12.00
LOS ANDES y Dorrego)	(Av. Corrientes	
SEDE		LUNES 17/9
RUBEN DARIO Libertador y Dr. Luis Agote)	(Av.	<u>Gym - Local</u>
		8.45 a 9.45
PATRICIOS Monteagudo)	(Av. Caseros y	<u>Gym - Local</u>
		16.00 a 18.00
		16.30 a 18.30
FLORA NATIVA Wenseslao Villafañe)	(Irala y	<u>Gym - Local</u>
		<u>Ritmos latinos</u>
		8.30 a 10.00

		Lorena Gines
SEDE		SEDE
Plaza Echeverría		Enfermería 9 a 12:30h
		Gimnasia adaptada 9 a 10:30h
		Memoria 9:30 a 10:30h
		Juegos Cognitivos 10:30 a 11:30h
		Dibujo 11:30 a 12:30h
Plaza Redonda		Enfermería 9 a 12:30h
		Gimnasia adaptada 9 a 10:30h
		Memoria y recreación 10:30 a 12:30h
Plaza Balcarce		Enfermería 9 a 12:30h
		Gimnasia adaptada 9 a 10:30h
		Memoria 9:30 a 11h
		Teatro Leído 11:30 a 12:30
SEDE		LUNES 17/9
ALEM y Larsen)	(Artigas)	Los días de lluvia y frio las clases se dan en el centro de jubilados "AMIGOS" que esta en la misma plaza
ARENALES Pareja)	(Mercedes y	<u>Aero - Local</u>
		8.30 a 10.00

	<u>Newcon</u>
	10.00 a 11.30
MARTÍN RODRIGUEZ (Habana entre Helguera y Argerich) Dias de lluvia y frio unico estimulo de 8.30 a 10.00hs en el club El Talar, Nueva York e/ Argerich y Nazca	<u>Total - Gym</u>
	8.00 a 9.20
	9.30 a 10.50
	<u>Stretching</u>
	11.00 a 12.
MUGICA (Aizpurua y Carlos Pellegrini)	<u>Aero - Local</u>
	(la clase se realiza en la plazoleta junto al puente peatonal)
	17.30 a 19.30
SAAVEDRA (Av. Garcia del Rio y Av. Mellian) Dias de lluvia y frio SOLO los lunes , mier y vier unico estimulo de 9 a 10.30hs en Templo Evangelista en Crisologo Larralde 3471 esq Superí	<u>Cardio Gym</u>
	8.00 a 9.00
	<u>Gym-Local</u>
	9.00 a 10.30
	<u>Yoga</u>
10.30 a 11.30	

ROSEDAL Figueroa Alcorta)	(Sarmiento y	<u>Entrenamiento funcional</u>
		8.00 a 9.40
		<u>Gimnasia correctiva</u>
		10.20 a 12.00
GOLF Tornquist)	(Bello y	<u>Gym - Local</u>
		<u>Stretching</u>
		10 a 11.40

ACTIVIDADES EN INSTITUCIONES SANITARIAS			
LUGAR	ACTIVIDAD	DISERTANTES	HORARIO
Sanatorio de los Arcos. Juan B Justo 909. CABA. AUDITORIO	"Enfermedad de Alzheimer: ¿hay tratamiento?"	Dra Alejandra Amengual	18:30
		Lic Yanina Sasson	
		Lic Lila Liuzzo	
		Lic Yanina Sitzer	
Hospital Italiano de Buenos Aires. Perón 4190. 1er piso. CABA. SALÓN DEL CONSEJO	Los problemas de la memoria, siempre son por Alzheimer?	Dr. Angel Golismtok	17:00-19:00
		Dra. María Cecilia Fernández	
		Dra. Nuria Campora	
		Dra. Waleska Berríos	

		ALBA	
		AMPHI	

ACTIVIDADES EN CENTROS COMUNITARIOS		
POLIDEPORTIVO	ACTIVIDAD	HORARIO
Centro Comunitario Ntra Sra de la Esperanza, Sayos y Miralla (VILLA 20)	Act. física mujeres 30 a 60	13.30 a 15
Comedor Niños Felices (VILLA 1-11-14 Bajo Flores)	Act. Adultos mayores 50 a 70	10 a 12
cancha manzana 5 capilla virgen de Lujan Fátima	Act. Física adolesc y adultos 15 a 55	14.30 a 16
Capilla San Jose, Maria Janer, al lado del polideportivo Piletones	Act. Física adolesc y adultos 19 a 55	14 a 15.30

ACTIVIDADES EN CENTROS CULTURALES			
CENTRO CULTURAL	DIRECCIÓN	ACTIVIDAD	HORARIO
Cto. Cultural O. Pugliese	Aráoz 234, V. Crespo	ARTE	18 a 20 HS
Cto. Cultural Roberto Santoro	Giribone 1961, V. Ortuzar	TEATRO	18 a 21
Cto. Cultural Eladia Blazquez,	Av. Rabanal 2275, V. Soldati	TEATRO	19:30 a 21

Cto. Cultural Eladia Blazquez	Av. Rabanal 2275, V. Soldati	PRODUCCIÓN TEATRAL	19:30 a 21
Biblioteca Baldomero Fernández Moreno.	Concepción Arenal, 4206, Chacarita	CLUB DE LECTURA	16 A 18 hs

ACTIVIDADES DEL PROGRAMA DE GERONTOLOGÍA MSGC			
LUGAR	ACTIVIDAD	PROFESIONALES	HORARIO
HOSPITAL PENNA Dr. Prof. Pedro Chutro 3380	Consultorio de geriatría:Lunes de 13.30 a 19.30 hs.	Lunes de 10.30 a 12.30 horas	Lic. Laura García
CMB N°24 Avda. Brasil 2867 4941-1385	Clínica Médica : Lunes de 8 a 13 hs. (turnos programados)	Lun 9 a 11 hs	Lic. Elizabeth Fernandez Lic. Cynthia Lizárraga
Centros de salud nivel 1-Barracas 2-Ex CESAC 8 Oswaldo Cruz 3200, intersección Luna	Kinesiología: lunes de 8 a 12 hs. con turno programado Trabajo social: Lunes de 8 a 17 hs. con turno programado	Lunes de 9 a 13 hs.	Lic. Mabel Besada Dra Alicia Marotta
Centros de salud nivel 1 Parque Patricios 1 Ex CESAC 10 Amancio Alcorta 1402, CABA Teléfono 4304-2002	Clínica Médica: lunes a viernes de 8 a 12 hs. (con turno y espontaneo)	LUNES DE DE 8:30 A14:00	Licenciada Elizabeth Fernandez, Lic. Gabriela Oliva y Lic. Rodolfo Vieyra
Centros de salud nivel 1 Barracas 5 Ex CESAC 32 Churrua 2900		Los segundos lunes de cada mes de 11 a 12 hs.	Marianela Segovia Della Valle Patricia Carla Gutierrez
	Talleres de Multiestimulación para Adultos Mayores:Lunes 10 a 12 horas Centro de Jubilados de la Plaza José C. Paz. (ubicada en Diógenes Taborda y Cortejarena		
	Taller de Multiestimulación Lunes 13.30 a 15.30 hs.		