

Talleres DAE Otoño 2017
Sede Temuco



MÁS
UNIVERSIDAD



UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DE CHILE

Área	Nombre del taller	Sección	Descripción del curso	Lugar	Día	Horario
Deporte	Hockey Damas	1	El objetivo del taller es generar un espacio de actividad física y recreación para las estudiantes de la Universidad Autónoma de manera recreativa y competitiva.	Gimnasio Atom Sport	Miércoles-Viernes	20:00-22:00
	Hockey Damas	1	El objetivo del taller, es generar un espacio de actividad física y recreación para las estudiantes de la Universidad Autónoma de manera recreativa y competitiva.	Gimnasio Atom Sport	Miércoles-Viernes	20:00-22:00
	Voleibol Damas	1	Taller dirigido al desarrollo del voleibol formativo y competitivo de las estudiantes de la universidad.	Cancha Sur, Coliseo UA	Lunes-Miércoles	19:45- 21:15
	Voleibol Varones	1	Grupo de carácter formativo - competitivo, orientado a cubrir la demanda del alumnado respecto de la práctica del voleibol. Del taller se desprende la selección que representa en distintas competencias regionales y nacionales a la Universidad Autónoma de Chile.	Cancha Sur, Coliseo UA	Lunes-Miércoles	21:15- 22:45
	Básquetbol Damas	1	El taller de basquetbol recreativo busca entregar los conceptos básicos de este deporte, los cuales les permitan a las estudiantes poder practicar la disciplina.	Cancha Sur, Coliseo UA	Lunes-Miércoles	19:45- 21:15
	Básquetbol Varones	1	El taller de basquetbol recreativo busca entregar los conceptos básicos del deporte, los cuales les permitan a los jóvenes poder practicar la disciplina.	Cancha Norte, Coliseo UA	Lunes-Miércoles	21:15-22:45
	Fútbol Damas	1	Taller que a través del fútbol (deporte de colaboración) pretende generar un impacto en las alumnas de la Autónoma, posicionando a ésta como una herramienta efectiva socio-pedagógica que apunta hacia el desarrollo integral de la comunidad universitaria en el marco de un estilo saludable.	Cancha Norte, Coliseo UA	Martes-Jueves	19:00-20:30
	Fútbol Varones	1	Este taller tiene como objetivo crear una línea de conducta y responsabilidad a través del deporte y asimismo poder sacarlos de sus obligaciones académicas y tener un momento de esparcimiento y entretenimiento.	Club Gimnástico Alemán	Martes-Jueves	20:30- 22:00
	Hándbol Damas	1	Permite desarrollar en la población estudiantil un espacio de entretenimiento de forma lúdica en el deporte colectivo, a su vez permite la auto superación en la disciplina deportiva, tanto física, mental en su persona y entorno.	Cancha Norte, Coliseo UA	Martes-Jueves	21:15-22:45

Talleres DAE Otoño 2017
Sede Temuco



MÁS
UNIVERSIDAD



UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DE CHILE

Hándbol Varones	1	Permite desarrollar en la población estudiantil un espacio de entretenimiento de forma lúdica en el deporte colectivo, a su vez permite la auto superación en la disciplina deportiva, tanto física, mental en su persona y entorno.	Cancha Norte, Coliseo UA	Martes-Jueves	19:45- 21:15
Tenis de Mesa Damas y Varones	1	Taller orientado a los alumnos que practican el deporte y desean mejorar su rendimiento deportivo.	Cancha Norte, Coliseo UA	Martes-Jueves	20:30- 22:00
Futsal	1	Es un espacio deportivo recreativo, planificado y sistematizado para los alumnos de la UA. Busca desarrollar y fortalecer distintos aspectos psicológicos, físicos y sociales, canalizando el estrés, además de fortalecer el trabajo en equipo que es tan importante en la etapa universitaria.	Gimnasio Atom Sport	Lunes-Miércoles	20:00- 22:00
Rugby Varones	1	A través de la práctica sistemática del Rugby se espera fomentar hábitos de vida saludable y habilidades sociales y personales, como el trabajo en equipo, respeto, amistad, comunicación, empatía, perseverancia y esfuerzo, entre otros.	Gimnasio Atom Sport. - Club Gimnástico Alemán	Lunes-Martes	22:00- 00:00 y 22:00-23:00
Ciclismo Indoor	1	Taller orientado a los alumnos de la universidad, en el cual se simula una salida en bicicleta al cerro. Esta consta de tramos de velocidad, fuerza y vueltas a la calma. Estos tramos son realizados sobre una bicicleta estática acompañados de música y duran aproximadamente 45 minutos.	Sala Cardiovascular, Coliseo	Martes-Jueves	18:00- 19:45
Taekwondo	1	Desarrollar actividades de carácter formativo y competitivo en la disciplina marcial de taekwondo, entregando conocimientos básicos en el área deportiva y marcial. El Taekwondo está inserto en la Liga Deportiva de Educación Superior, en la cual pretendemos representar a nuestra casa de estudios.	Sala Motricidad, Coliseo	Martes-Jueves	19:45- 21:15
Trekking	1	El taller consiste en dar a conocer los 7 principios de "No Deje Rastro" que promulga la escuela NOLS, dando a conocer los cuidados que se debe tener en una excursión al aire libre y saber interpretar las señales que entrega la naturaleza.	Por definir	Por definir	Por Confirmar

Talleres DAE Otoño 2017
Sede Temuco



MÁS
UNIVERSIDAD



UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DE CHILE

	Escalada	1	En el taller de escalada y montaña, los alumnos desarrollarán habilidades físicas y técnicas para poder escalar en muros artificiales y en paredes de roca, como también aprenderán sistemas de seguridad para progresar de manera segura.	Casa "El Bloke"	Martes-Jueves	19:00-21:00
Wellness	Pilates	1	Es un taller inclusivo y pueden participar damas y varones, ya que permite mejorar el desarrollo integral de los músculos del core, colaborando en flexibilidad y disminución de los niveles de estrés corporal.	Sala de Motricidad, Coliseo	Lunes-Viernes	17:00-19:00
	Reiki	1	Se desarrolla mediante una entrega de energía hacia otra persona o medicina alternativa, ambientando las condiciones del entorno donde se realiza la sesión.	Sala Motricidad, Coliseo	Jueves-Viernes	14:20- 16:10
	Acondicionamiento Físico-Fitness	1	Es un espacio de desarrollo integral, mediante entrenamientos rutinarios, guiados y, al mismo tiempo, ejecutados por el docente.	Sala Musculación, Coliseo	Lunes-Miércoles	08:00- 9:30
	Zumba	1	El Taller de Zumba pretende incentivar la práctica de ejercicio físico para los estudiantes de la Universidad y así crear un hábito en la práctica de actividad física. La Zumba es una actividad masiva inclusiva, que colabora con el desarrollo motriz y expresivo de cada sujeto participante.	Cancha Sur, Coliseo UA	Martes-Jueves	20:00- 21:00
	Yoga	1	En términos generales, el Yoga se enfoca en la alineación del bienestar entre el cuerpo, la mente y el espíritu, restaurando la energía utilizada en las actividades diarias. Las posturas (Asanas) generan un impacto directo e inmediato en la salud del cuerpo; la meditación (Dhyana) y respiración (Pranayama) nos enfocan en el presente liberándonos de sobreactividad mental; la práctica del Yoga constante nos permite equilibrar nuestra salud física mental y espiritual.	Sala Motricidad, Coliseo	Martes-Jueves	18:00- 19:30

Talleres DAE Otoño 2017
Sede Temuco



MÁS
UNIVERSIDAD



UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DE CHILE

	Danza Árabe	1	Uno de los principios fundamentales es permitir que las alumnas puedan descubrir y expresar su sensualidad y feminidad. De carácter armoniosa, otorga equilibrio tanto en lo físico, mental y emocional. Los movimientos otorgan energía al cuerpo y trabajan la coordinación. Además de relajar; tonifica y flexibiliza las distintas partes del cuerpo, en especial caderas, vientre y espalda.	Sala Motricidad, Coliseo	Lunes-Miércoles	19:45- 21:15
Formación General y Cultura	Taller Instrumental	1	El taller instrumental fomenta el desarrollo de habilidades artísticas musicales en la interpretación de instrumentos con el fin de formar parte en eventos artísticos dentro y fuera de la universidad.	Sala de Música	Lunes	19:00-20:30
	Taller de Coro	1	Expresarse artísticamente a través del canto, aplicando técnicas de vocalización y respiración necesarias para interpretar un repertorio a voces.	Sala de Música	Miércoles	19:00-20:30
	Inglés	1	El curso presenta los conceptos básicos del idioma inglés en términos sintácticos y léxicos.	Sala L-47	Martes-Jueves	13:00- 14:30
	Teatro	1	Cada alumno tendrá sus propios objetivos dentro del taller, como lo son: superar la timidez, enfrentamiento espectador, expresión corporal y oral, trabajo en equipo, valoración personal y desarrollo de la creatividad,	Sala Motricidad, Coliseo	Martes-Jueves	18:00-19:30
	Folklore	1	Espacio de apertura: taller abierto a los estudiantes de todas las carreras interesados en conocer parte de nuestras tradiciones. Participación de ellos en forma activa con la posibilidad de gestar breves cuadros folclóricos y aprendizaje de los bailes tradicionales de Chile, especialmente la Cueca.	Hall Coliseo	Martes-Jueves	18:30- 20:00