

**PASOS PARA LA INSCRIPCION:**

1. Ingresa a [www.colmayorbolivar.edu.co](http://www.colmayorbolivar.edu.co)
2. Clic en el link “Bienestar”
3. Dar clic en el icono “Aplicaciones Bienestar”
4. Asigna tu rol como estudiante y digita tu código
5. Dar clic en inscripciones
6. Selecciona el semestre en que te encuentras
7. Dar clic en la actividad que deseas cursar

**INSTITUCION TECNOLOGICA COLEGIO MAYOR DE BOLIVAR**  
**BIENESTAR UNIVERSITARIO - AREA DE DEPORTE**

**HORARIO DE DEPORTES 2018**

<b>DEPORTES</b>	<b>LUNES</b>	<b>MARTES</b>	<b>MIERCOLES</b>	<b>JUEVES</b>	<b>VIERNES</b>	<b>SABADO</b>
<b>FITNESS</b> PROF. KENNEDY PALACIOS	<b>6:00 – 9:00 PM</b> <b>COLEGIO MAYOR</b>		<b>6:00 – 9:00 PM</b> <b>COLEGIO MAYOR</b>		<b>6:00 – 9:00 PM</b> <b>COLEGIO</b> <b>MAYOR</b>	<b>8:00 – 11:00</b> <b>AM</b> <b>PISTA</b> <b>ATLETISMO</b>
<b>BALONCESTO</b> PROF. EDGARDO DIAZ		<b>6:00 – 9:00 PM</b> <b>COLEGIO SOLEDAD</b> <b>ACOSTA SAMPER</b>		<b>6:00 – 9:00 PM</b> <b>COLEGIO SOLEDAD</b> <b>ACOSTA SAMPER</b>	<b>6:00 – 9:00 PM</b> <b>CANCHA</b> <b>POLIDEPORTIVO</b> <b>BLAS DE LEZO</b>	<b>7:00 – 9:00</b> <b>AM</b> <b>INTERCAMBIO</b> <b>DEPORTIVO</b>
<b>TAEKWONDO</b> PROF. DAVID BERNAL	<b>7:00 – 9:00 PM</b> <b>IE JHON F. KENNEDY</b>	<b>7:00 – 9:00 PM</b> <b>IE JHON F. KENNEDY</b>	<b>7:00 – 9:00 PM</b> <b>IE JHON F. KENNEDY</b>	<b>7:00 – 9:00 PM</b> <b>IE JHON F. KENNEDY</b>	<b>7:00 – 9:00 PM</b> <b>IE JHON F.</b> <b>KENNEDY</b>	
<b>KARATE- DO</b> PROF. GABRIEL MARTINEZ	<b>6:00 – 9:00 PM</b> <b>COLICEO DE COMBATE</b>		<b>6:00 – 9:00 PM</b> <b>COLICEO DE COMBATE</b>		<b>6:00 – 9:00 PM</b> <b>COLICEO DE</b> <b>COMBATE</b>	<b>11:00 AM –</b> <b>3:00 PM</b> <b>COLICEO DE</b> <b>COMBATE</b>

<b>FUTBOL DE SALON</b> PROF. LUIS YOLI	<b>7:00 – 9:00 PM</b> <b>CANCHA DE LOS ANGELES</b> <b>(Femenino)</b>	<b>7:00 – 9:00 PM</b> <b>CANCHA DEL CAMPESTRE</b> <b>(Masculino)</b>	<b>7:00 – 9:00 PM</b> <b>CANCHA DE LOS ANGELES</b> <b>(Femenino)</b>	<b>7:00 – 9:00 PM</b> <b>CANCHA DEL CAMPESTRE</b> <b>(Masculino)</b>		<b>8:00AM – 12:00PM</b> <b>INTERCAMBIO DEPORTIVO</b>
<b>VOLEIBOL</b> PROF. RODY DIAZ	<b>5:00 – 7:00PM</b> <b>CANCHA DE LOS BOMBEROS/B.GRANDE</b> <b>(Femenino)</b>	<b>5:00 – 7:00PM</b> <b>CANCHA DE LOS BOMBEROS/B.GRANDE</b> <b>(Masculino)</b>	<b>5:00 – 7:00PM</b> <b>CANCHA DE LOS BOMBEROS/B.GRANDE</b> <b>(Femenino)</b>	<b>5:00 – 7:00PM</b> <b>CANCHA DE LOS BOMBEROS/B.GRANDE</b> <b>(Masculino)</b>		
<b>KICKBOLL</b> PROF. RODY DIAZ						<b>8:00AM – 12:00PM</b> <b>CANCHA DE LAS TENAZAS</b>

**FERNANDO MERCADO PEREZ**  
COORDINADOR DEPORTES ITCMB

ACTIVIDAD	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO
<b>MUSICA TRADICIONAL</b> Sebastián Vivanco		<b>4-8 PM</b> Salón de Cultura	<b>4-8 PM</b> Salón de Cultura	<b>4-8 PM</b> Salón de Cultura		
<b>ARTES PLASTICAS</b> Luis Fernando Troconi			<b>8 - 12 AM</b> Salón de Cultura		<b>2-7 PM</b> <i>Salón de Cultura</i>	<b>8 AM -1 PM</b> Salón de Cultura
<b>ARTES ESCENICAS</b>	<b>3-7 PM</b> Salón Cultura			<b>8AM- 12 M</b> Salón Cultura	<b>8AM- 12 M</b> Salón Cultura	
<b>DANZA FOLCLORICA</b> Edsson Torreglosa		<b>1 – 3 PM</b> Salón de Cultura	<b>10 AM – 2 PM</b> Salón de Cultura			<b>1 – 3 PM</b> Ensamble Dancístico Patio de Bandera
<b>DANZA MODERNA</b> Edsson Torreglosa		<b>9 AM – 1 PM</b> Salón de Cultura	<b>2 – 6 PM</b> Salón de Cultura			<b>8 - 12 AM</b> Ensamble Dancístico Patio de Bandera
<b>COORDINACION DE CULTURA</b> <b>Henry González</b> <b>9:00 AM – 5:30 PM</b>						

**Consideraciones Generales:**

- Los Estudiantes deben escoger franjas de horas correspondiente a la actividad a realizar
- Cumplir con el 80% de la asistencia en las actividades inscrita por semana
- Realizar solo una actividad ya sea en cultura o en deporte
- No ingerir alimentos dentro del salón de cultura
- Si tienes experiencias en canto, baile, pintura o artes escénicas, pregunta al profesor o al coordinador por los grupos base.

## HORARIO SALON DE CULTURA

HORA	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO
8 – 9 AM	Artes Plásticas Bienestar		Artes Plásticas Salón de Cultura	Artes escénicas Salón de Cultura	Artes escénicas Salón de Cultura	Artes Plásticas Salón de cultura <b>Danza moderna</b> Patio de Bandera
9 – 10 AM		Danza Moderna y Folclórica Bienestar				
10 – 11 AM		Danza modernas Salón de Cultura	Danza Folclórica Salón de Cultura			
11 – 12 AM						
12 – 1 PM						
1 – 2 PM		Danza folclórica Salón de Cultura			Danza Folclórica Patio de Bandera	
2 – 3 PM			Danza moderna Salón de Cultura			
3 – 4 PM	Artes escénicas Salón de cultura		Danza Moderna Salón de cultura <b>Música tradicional</b> Bienestar	Música tradicional Salón de Cultura	Artes Plásticas Salón de Cultura	
4 – 5 PM		Música tradicional Salón de Cultura	Danza Moderna Salón de cultura <b>Música tradicional</b> Catedra cultura salón T-201			
5 – 6 PM			Música tradicional Salón de Cultura			
6 – 7 PM						
7 – 8 PM			Música tradicional Salón de Cultura			