



Colegio La Paz A.C. Sección Secundaria



Horarios de Tardes deportivas y
Selectivos del ciclo escolar
2018-2019.

Baloncesto

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Hora	COACH <i>Krassimira Nicova</i>	COACH <i>Adriana Arvizu</i>	COACH <i>Krassimira Nicova</i>	COACH <i>Krassimira Nicova</i>	COACH <i>Krassimira Nicova</i>
2:30 a 3:00					
3:00 a 3:30					
3:30 a 4:00					
4:00 a 4:30					
4:30 a 5:00					
5:00 a 5:30					
5:30 a 6:00					
6:00 a 6:30					
6:30 a 7:00					
7:00 a 7:30					
7:30 a 8:00					

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2:30 a 3:00					
3:00 a 3:30					
3:30 a 4:00					
4:00 a 4:30					
4:30 a 5:00					
5:00 a 5:30					
5:30 a 6:00					
6:00 a 6:30					
6:30 a 7:00					
7:00 a 7:30					
7:30 a 8:00					

Fútbol

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Hora	COACH <i>Paulo Rodríguez</i>	COACH <i>Javier Ayala</i>	COACH <i>Paulo Rodríguez</i>	COACH <i>Javier Ayala</i>	COACH <i>Javier Ayala</i>
2:30 a 3:00					
3:00 a 3:30					
3:30 a 4:00					
4:00 a 4:30					
4:30 a 5:00					
5:00 a 5:30					
5:30 a 6:00					
6:00 a 6:30					
6:30 a 7:00					

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2:30 a 3:00					
3:00 a 3:30					
3:30 a 4:00					
4:00 a 4:30					
4:30 a 5:00					
5:00 a 5:30					
5:30 a 6:00					
6:00 a 6:30					
6:30 a 7:00					



Colegio La Paz A.C.
Sección Secundaria



Voleibol

Chun Kun Do			
	Lunes	Miércoles	Viernes
Hora	Lic. Javier García	Lic. Javier García	Lic. Javier García
2:30 a 3:00			
3:00 a 3:30	Principiantes	Principiantes	Principiantes
3:30 a 4:00			
4:00 a 4:30	Avanzados	Avanzados	Avanzados

	Lunes	Miércoles	Viernes
Hora	COACH Gustavo Ríos	COACH Gustavo Ríos	COACH Gustavo Ríos
03:00			Secundaria y Bachillerato femenil
03:30			
04:00			
04:30			
05:00			
05:30			
06:00			
06:30	Secundaria y	Secundaria y	
07:00	Bachillerato	Bachillerato	
07:30	femenil	femenil	
08:00			

Atletismo (Sede UABC, facultad de deportes)

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Hora					
2:30 a 3:30					
3:30 a 4:30					
4:00 a 4:30					
4:30 a 5:00					
5:00 a 5:30					
5:30 a 6:00					
6:00 a 6:30					

Coach Gloria LAW

Atletismo Multigrado

Pista- Campo UABC



Colegio La Paz A.C.
Sección Secundaria



Entrenamiento Funcional
[Para Selecciones]
Rumbo a Copa Rougier 2019 SLP

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Hora	<i>Coach Gloria LAW</i>				
2:30 a 3:30					
3:30 a 4:00	Selección Fútbol Primaria varonil 5° y 6° Coach Jorge	Selección Basquetbol Primaria varonil y femenil 5° y 6° Coaches Adriana y Krasi	Selección Secundaria baloncesto femenil. Coach Krassi		Selección Primaria alta fútbol femenil. Coach Emilio
4:00 a 4:30					
4:30 a 5:00	Selección Fútbol Primaria varonil 3° y 4° Coach Jorge	Selección voleibol secundaria Coach Gustavo	Selección Secundaria Fútbol varonil Coach Javier		Selección Secundaria fútbol femenil. Coach Paulo
5:00 a 5:30					
5:30 a 6:00					
6:00 a 6:30					

Nuevo programa de **entrenamiento funcional** para selectivos, Rumbo a XIV **Copa Rougier S.L.P** que se celebrará del 10 al 13 de abril de 2019.

Algunos equipos tienen un día más de entrenamiento para recibir dicho acondicionamiento funcional.

NOTA: Programa sujeto a modificaciones de acuerdo a las necesidades del programa de entrenamiento de los Coaches.