

**Talleres DAE - Primavera 2017**  
**Sede Temuco**



**MÁS**  
**UNIVERSIDAD**



| Área     | Nombre del Taller         | Sección | Descripción del curso   | Lugar                                    | Día               | Horario       | Docente           |
|----------|---------------------------|---------|---|--|-------------------|---------------|-------------------|
| Deportes | <b>Básquetbol Damas</b>   | 1       | El taller de basquetbol recreativo entrega los conceptos básicos de este deporte, desarrollando habilidades motrices, mejorando la condición física y el trabajo en equipo.   | Cancha Norte, Coliseo.U. Autónoma        | Lunes y Miércoles | 19:45- 21:15  | Robert Lagos      |
|          | <b>Básquetbol Varones</b> | 1       | El taller de basquetbol recreativo entrega los conceptos básicos de este deporte, desarrollando habilidades motrices, mejorando la condición física y el trabajo en equipo.   | Cancha Norte, Coliseo.U. Autónoma        | Lunes y Miércoles | 21:15- 22:45  | Robert Lagos      |
|          | <b>Ciclismo Indoor</b>    | 1       | Taller en el cual se simula una salida en bicicleta al cerro, la cual consta de tramos de velocidad, fuerza y vueltas a la calma. Los tramos son realizados sobre una bicicleta estática, acompañados de música y duran aproximadamente 45 minutos.   | Sala de Fisiología, Coliseo. U. Autónoma | Lunes y Miércoles | 18:00 - 19:30 | Pablo Aravena     |
|          | <b>Fútbol Damas</b>       | 1       | Taller que promueve el fútbol como un deporte de colaboración, que pretende generar un impacto en el género femenino de la Universidad Autónoma, posicionándolo como una herramienta efectiva socio-pedagógica, que apunta hacia el desarrollo integral de la comunidad universitaria en el marco de un estilo de vida saludable. | Club Gimnástico Alemán                   | Lunes y Miércoles | 18:45 - 20:15 | Marcelo Pereira   |
|          | <b>Fútbol Varones</b>     | 1       | Este taller tiene como objetivo crear una línea de conducta y responsabilidad a través del deporte, más allá de sus obligaciones académicas, para disponer de un momento de esparcimiento y entretenimiento.  | Club Gimnástico Alemán                   | Martes y Jueves   | 19:00 - 20:30 | Carlos Gonzales   |
|          | <b>Futsal Varones</b>     | 1       | Es un espacio deportivo recreativo, planificado y sistematizado para los alumnos, que busca desarrollar y fortalecer distintos aspectos psicológicos, físicos y sociales, como la canalización del estrés vivido, además del fortalecimiento del trabajo en equipo que es tan importante en la etapa universitaria.               | Gimnasio Atom Sport                      | Lunes y Jueves    | 20:00 - 22:00 | Jean Reidembach   |
|          | <b>Hándbol Damas</b>      | 1       | Permite desarrollar en la población estudiantil un espacio de entretenimiento de forma lúdica en el deporte colectivo, que a su vez permite la auto superación en la disciplina deportiva, tanto física como mental.  | Cancha Norte, Coliseo. U. Autónoma       | Martes y Jueves   | 19:45 - 21:15 | Adolfo Willschrei |

**Talleres DAE - Primavera 2017**  
**Sede Temuco**



**MÁS**  
**UNIVERSIDAD**



|                 |                         |   |  |  |                     |                           |                   |
|-----------------|-------------------------|---|--|--|---------------------|---------------------------|-------------------|
| <b>Deportes</b> | <b>Hándbol Varones</b>  | 1 | Permite desarrollar en la población estudiantil un espacio de entretención de forma lúdica en el deporte colectivo, que a su vez permite la auto superación en la disciplina deportiva, tanto física como mental.  | Cancha Norte, Coliseo.U. Autónoma            | Martes y Jueves     | 21:15 - 22:45             | Adolfo Willschrei |
|                 | <b>Hockey Damas</b>     | 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, promoviendo el trabajo en equipo.   | Gimnasio Atom Sport                          | Miércoles y Viernes | 20:00-22:00               | Juan Pablo Neira  |
|                 | <b>Hockey Varones</b>   | 1 | El objetivo del taller es generar un espacio de actividad física y recreación para los estudiantes de la Universidad Autónoma, de manera recreativa y competitiva, promoviendo el trabajo en equipo  | Gimnasio Atom Sport                          | Miércoles y Jueves  | 22:00-00:00               | Gabriel Gonzales  |
|                 | <b>Rugby Varones</b>    | 1 | A través de la práctica sistemática del Rugby se buscan fomentar hábitos de vida saludable y habilidades sociales y personales, como el trabajo en equipo, respeto, amistad, comunicación, empatía, perseverancia y esfuerzo, que son transversales durante toda la vida, a nivel físico, intelectual y socio afectivo.              | Gimnasio Atom Sport. Club Gimnástico Alemán. | Lunes y Miércoles   | 22:00-00:00 y 19:00-20:30 | Francisco Ramos   |
|                 | <b>Taekwondo</b>        | 1 | Desarrollar actividades de carácter formativo y competitivo en la disciplina marcial de taekwondo, entregando conocimientos básicos en el área deportiva y marcial. Cabe mencionar que el Taekwondo está inserto en la Liga Deportiva de Educación Superior, a la cual se pretende asistir y representar a nuestra casa de estudios. | Sala de Motricidad, Coliseo. U. Autónoma.    | Martes y Jueves     | 19:45 - 21:15             | Manuel Morales    |
|                 | <b>Tenis de Mesa</b>    | 1 | Taller orientado a los alumnos interesados en la práctica de este deporte y que desean mejorar su rendimiento.   | Cancha Sur, Coliseo. U. Autónoma             | Martes y Jueves     | 21:15 - 22:45             | Pablo Contreras   |
|                 | <b>Voleibol Damas</b>   | 1 | Taller dirigido al desarrollo del voleibol formativo y competitivo de las estudiantes de la universidad.   | Cancha Sur, Coliseo. U. Autónoma             | Lunes y Miércoles   | 19:45- 21:15              | Patricio Ponce    |
|                 | <b>Voleibol Varones</b> | 1 | Taller dirigido al desarrollo del voleibol formativo y competitivo de los estudiantes de la universidad, del cual surge la selección que representa en distintas competencias regionales y nacionales a la Universidad Autónoma de Chile.  | Cancha Sur, Coliseo. U. Autónoma             | Lunes y Miércoles   | 21:15-22:45               | Juan Villablanca  |

**Talleres DAE - Primavera 2017**  
**Sede Temuco**



| Área                        | Nombre del Taller   | Sección | Descripción del curso   | Lugar                                     | Día               | Horario       | Docente          |
|-----------------------------|---------------------|---------|---|---|-------------------|---------------|------------------|
| Formación General y Cultura | Folklore            | 1       | Taller abierto a los estudiantes de todas las carreras, interesados en conocer parte de nuestras tradiciones. Requiere de una participación activa, que permita gestar breves cuadros folclóricos y aprendizaje de los bailes tradicionales de Chile, especialmente la Cueca.   | Sala J-6, Coliseo                         | Lunes y Jueves    | 18:00 - 19:30 | Manuel Garcia    |
|                             | Inglés              | 1       | El curso presenta los conceptos básicos del idioma inglés en términos sintácticos y léxicos.  | Sala L- 33.                               | Martes y Jueves   | 13:00 - 14:30 | Valeria Langdon  |
|                             | 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 U. Autónoma                | Miércoles         | 19:00 - 20:30 | Feliz Cárcamo    |
|                             | Taller Instrumental | 1       | El taller instrumental que 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 U. Autónoma                | Lunes             | 19:00 - 20:30 | Feliz Cárcamo    |
|                             | Teatro              | 1       | Cada alumno tendrá sus propios objetivos dentro del taller, como lo son: superar la timidez, enfrentamiento con el espectador, expresión corporal y oral, trabajo en equipo, valoración personal y desarrollo de la creatividad.  | Por confirmar                             | Martes y Jueves   | 18:00- 19:30  | Alejandra Ibañez |
| Wellness                    | 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 de Motricidad, Coliseo. U. Autónoma. | Lunes y Miércoles | 19:45 - 21:15 | Valeria Obando   |
|                             | 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 y Jueves   | 19:00 - 21:00 | Mario Troncoso   |

**Talleres DAE - Primavera 2017**  
**Sede Temuco**



|                 |                 |   |  |   |                   |               |                     |
|-----------------|-----------------|---|--|---|-------------------|---------------|---------------------|
| <b>Wellness</b> | <b>Fitness</b>  | 1 | Apunta a participar en un espacio donde puedan desarrollarse íntegramente, realizando actividades físicas mediante entrenamientos rutinarios, guiados y, al mismo tiempo, ejecutados por el docente.   | Sala de Motricidad, Coliseo. U. Autónoma  | Lunes y Miércoles | 08:00 - 09:30 | Pablo Rodríguez     |
|                 | <b>Pilates</b>  | 1 | Es un taller inclusivo y pueden participar damas y varones. Permite mejorar el desarrollo integral de los músculos del core (centro o núcleo), colaborando en flexibilidad y disminuyendo los niveles de estrés corporal.  | Sala de Motricidad, Coliseo. U. Autónoma. | Lunes y Miércoles | 18:00 - 19:30 | Paula Lavalle       |
|                 | <b>Reiki</b>    | 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 de Motricidad, Coliseo. U. Autónoma  | Lunes y Jueves    | 14:40 - 16:10 | Francisco Iturra    |
|                 | <b>Trekking</b> | 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 Confirmar                             | Lunes y Miércoles | 13:00-14:30   | Jorge Mella         |
|                 | <b>Yoga</b>     | 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 de Motricidad, Coliseo. U. Autónoma. | Lunes y Miércoles | 12:05-13:35   | Alejandra Gutiérrez |
|                 | <b>Zumba</b>    | 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 e inclusiva, que permite el desarrollo motriz y expresivo de cada participante.   | Cancha Sur, Coliseo U. Autónoma           | Martes y Jueves   | 20:00 - 21:00 | Jorge Antilef       |