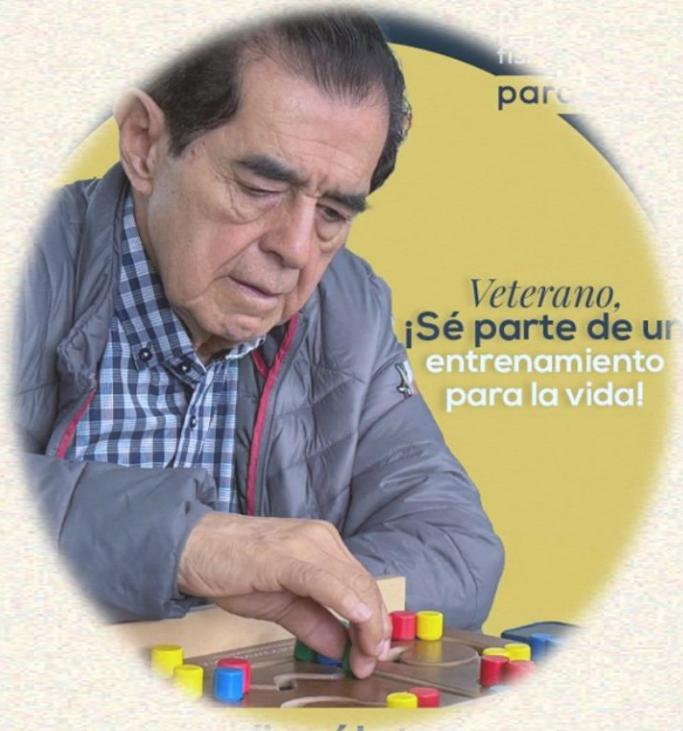


PLANES Y PROGRAMAS

PROGRAMA ESTAR BIEN SENTIRSE BIEN PARA VETERANOS



**ENERO
2026**

CRONOGRAMA ACTIVIDADES PRESENCIALES

LUNES

08:30 – 10:00

Taller running

Mauricio – Tania - José
Lobby

Lunes 19 Y 26

10:30 – 12:00

Memoria y aprendizaje

Mauricio Clavijo
Cogniplus

13:00 – 14:30

(Inscripción previa)

Taller de flauta

Eduar Galeano
Aula de música

10:30 – 12:00

Club de meditación

Gina Toro
Salón multisensorial

13:00 – 14:30

ABC de sistemas

Cindy Viasus
Sistemas 2

Martes 13 – 20 Y 27

14:30 – 16:00

Club de la memoria

Mauricio Clavijo
Aula 8

MARTES

08:30 – 10:00

Taller nutrición

Andres Castaño
Restaurante primer piso

VIERNES

08:30 – 10:00

Aerobeat

Sandra Duarte
Lobby

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS

PLANES Y PROGRAMAS



CRONOGRAMA ACTIVIDADES PRESENCIALES

VIERNES

10:30 – 12:00

Círculo de lectura para el desarrollo emocional. Libro: Deja de ser tú – Joe Dispenza

Gina Toro
Biblioteca

13:00 – 14:30

ABC Sistemas

Cindy Viasus
Sistemas 2

14:30 – 16:00

Cine Foro Pa'charlar –

Gina Toro
Auditorio

14:30 – 16:00

Finanzas personales

Milena Rojas
Sistemas 2

NOTA

Para agendar tu cita de fuerza, cardio y pilates recuerda hacerlo con el entrenador disponible que se encuentra en los gimnasios

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS

PLANES Y PROGRAMAS

CRONOGRAMA ACTIVIDADES PRESENCIALES



**APRENDE A ESTAMPAR CAMISAS, POCILLOS,
GORRAS, ENTRE OTROS**
SUBLIMACIÓN
UNA GRAN IDEA DE NEGOCIO

V.A.P.E



Cupos limitados
inscríbete en el LINK

PRESENCIAL

MARTES 13, 20 y 27 (10 A 1PM)
JUEVES 22 (1:00 PM A 3:30 PM)

DIVRI

DIRECCIÓN DE
VETERANOS Y
REHABILITACIÓN
INCLUSIVA

4 Sesiones