

INSTRUCTIVO BIENESTAR UNIVERSITARIO

HORARIOS BOGOTÁ 2026-1

- El estudiante debe presentar al ingreso carné (virtual o físico), para las clases de deportes y cultura también deberá tener ropa cómoda, tenis adecuados, hidratación y toalla personal (si aplica), en el caso del gimnasio, si falta alguno de estos implementos no se permitirá el ingreso a la clase.
- El tiempo máximo permitido para que las personas permanezcan dentro de los espacios de bienestar es el establecido para las clases de cultura y deporte, con una duración aproximada de hora y media.
- En el gimnasio, el estudiante debe hacer la limpieza de las maquinas e instrumentos que utilice al momento de culminar cada ejercicio, los espacios estarán dotados con los implementos para hacerlo.
- Si llegas 15 minutos después de iniciada la clase o después de completarse los cupos de cada una, no podrás ingresar a la misma, Prográmate con tiempo.

CAMPUS PRINCIPAL

DEPORTES INDIVIDUALES– Cancha de tenis (K), Mesas tenis de mesa (B)–Muro de escalada (J)

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLÉS	JUEVES
7:00 a.m. - 8:30 a.m.	TENIS CAMPO (ADMINISTRATIVO)	TENIS CAMPO (INTERMEDIO)		
8:50 a.m. - 10:20 a.m.	TENIS CAMPO (BÁSICO)	TENIS CAMPO (BÁSICO)		TENIS CAMPO (INTERMEDIO)
10:40 a.m. - 12:10 p.m.	TENIS CAMPO (INTERMEDIO)	TENIS CAMPO (SELECCIÓN)	ESCALADA	TENIS CAMPO (SELECCIÓN)
		ESCALADA		TENIS MESA
				ESCALADA
12:30 p.m. - 2:00 p.m.	TENIS CAMPO (BÁSICO)	ESCALADA	ESCALADA	ESCALADA
2:20 p.m. - 3:50 p.m.	TENIS CAMPO (AVANZADO)	ESCALADA	ESCALADA	ESCALADA



DEPORTES DE CONJUNTO – Cancha Múltiple

HORARIO CANCHAMÚLTIPLE - CAMPUS PRINCIPAL						
HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLÉS	JUEVES	VIERNES	SABADO
7:00 a.m. - 8:30 a.m.					FUTSALA	FUTSALA
8:50 a.m. - 10:20 a.m.	BALONCESTO	VOLEIBOL	BALONCESTO	VOLEIBOL	FUTSALA	FUTSALA
10:40 a.m. - 12:10 p.m.	BALONCESTO	VOLEIBOL	BALONCESTO	VOLEIBOL	FUTSALA	FUTSALA FEMENINO
12:30 p.m. - 2:00 p.m.	BALONCESTO	VOLEIBOL	BALONCESTO (ADMINISTRATIVOS)	VOLEIBOL		
2:20 p.m. - 3:50 p.m.	FUTSALA	BALONCESTO				
5:00 p.m.- 6:30 p.m.	FUTSALA	BALONCESTO				
6:40 p.m. - 8:10 p.m.	FUTSALA FEMENINO			FUTSALA (ADMINISTRATIVOS)		
8:20 p.m. - 9:50 p.m.	FUTSALA					

HORARIO GIMNASIO**Bloque L 2026-1**

GIMNASIO CAMPUS PRINCIPAL						
HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO
7:00 a.m. - 8:30 a.m.	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO	
8:50 a.m. - 10:20 a.m.	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO
10:40 a.m. - 12:10 p.m.	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO
12:30 p.m. - 2:00 p.m.	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO	
2:20 p.m. - 3:50 p.m.	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO	
4:00 p.m.- 5:30 p.m.	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO	
5:40 p.m. - 7:10 p.m.	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO	
7:20 p.m. - 8:50 p.m.	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO	VIRTUAL	GIMNASIO	

**TALLER DE PINTURA– Bloque H**

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
8:50a.m. - 10:20 a.m.	PINTURA	PINTURA	PINTURA	PINTURA	PINTURA
10:40 a.m. - 12:10 p.m.	PINTURA	PINTURA	PINTURA	PINTURA	PINTURA
12:30p.m. - 2:00 p.m.	PINTURA	PINTURA	PINTURA	PINTURA	PINTURA
2:20 p.m. - 3:50 p.m.	PINTURA	PINTURA		PINTURA	



CLASES GRUPALES – Salón de los espejos

SALON DE ESPEJOS CAMPUS / CLASES GRUPALES					
HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
7:00 a.m. - 8:30 a.m.		SALSA Y BACHATA	SALSA Y BACHATA		
8:50 a.m. - 10:20 a.m.	RUMBA GRUPO REPRESENTATIVO	SALSA Y BACHATA	SALSA Y BACHATA	RUMBA	SALSA Y BACHATA
10:40 a.m. - 12:10 pm.	RUMBA GRUPO REPRESENTATIVO	FOLCLOR GRUPO REPRESENTATIVO	SALSA Y BACHATA GRUPO REPRESENTATIVO	RUMBA	SALSA Y BACHATA
12:30 pm. - 2:00 p.m.	RUMBA	FOLCLOR GRUPO REPRESENTATIVO	SALSA Y BACHATA GRUPO REPRESENTATIVO		
2:20 p.m. – 3:50 p.m.		YOGA			DANZA URBANA GRUPO REPRESENTATIVO
5:00 p.m – 6:30 pm					DANZA URBANA GRUPO REPRESENTATIVO
6:40 p.m – 8:10 p.m.					DANZA URBANA



TALLER DE MÚSICA – Salón de música

HORA	MARTES	JUEVES
10:40 a.m. - 12:10 p.m.	GUITARRA	TECNICA VOCAL
2:20 p.m. - 3:50 p.m.	TECNICA VOCAL	ENSAMBLE

**CITY CAMPUS**

GIMNASIO CITY						
HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLÉS	JUEVES	VIERNES	SABADO
7:00 a.m. - 8:30 a.m.	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO	
8:50 a.m. - 10:20 a.m.	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO
10:40 a.m. - 12:10 p.m.	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO
12:30 p.m. - 2:00 p.m.	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO	
2:20 p.m. - 3:50 p.m.	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO	
4:00 p.m. - 5:30 p.m.	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO	
5:40 p.m. - 7:10 p.m.	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO	
7:20 p.m. - 8:50 p.m.	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO	GIMNASIO	



CLASES GRUPALES – Salón de espejos

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLÉS	VIERNES
7:00 a.m. - 8:30 a.m.			YOGA	
8:50 a.m. - 10:20 a.m.	DANZA URBANA	RUMBA	YOGA	TEATRO
10:40 a.m. - 12:00 m	TEATRO	RUMBA		DANZA URBANA
12:30 m - 2:00 p.m.		RUMBA		
2:20 p.m. - 3:50 p.m.	TEATRO GRUPO REPRESENTATIVO	TEATRO GRUPO REPRESENTATIVO		
5:00 p.m. - 6:30 p.m.	DANZA URBANA	YOGA		
6:40 p.m. - 8:10 p.m.		YOGA		



TALLER DE MÚSICA – SALON DE MUSICA CITY

HORA	MIERCOLES	VIERNES
10:40 a.m. - 12:10 p.m.	GUITARRA	GUITARRA
12:30 p.m. - 2:00 p.m.		ENSAMBLE GRUPO REPRESENTATIVO
2:20 p.m. - 3:50 p.m.	TECNICA VOCAL	

ESCENARIOS EXTERNOS

BALONCESTO						
HORA	LUNES	MARTES	MIERCOLÉS	JUEVES	VIERNES	SABADO
8:00 p.m. - 10:00 p.m.	BALONCESTO		BALONCESTO			
DIRECCION Coliseo Cubierto Colegio Cafam Av. 68 No. 64 – 45						

FUTBOL CAMPO						
HORA	LUNES	MARTES	MIERCOLÉS	JUEVES	VIERNES	SABADO
6:00 p.m. - 8:00 p.m.					FUTBOL FEMENINO	
8:00 p.m. - 10:00 p.m.	FUTBOLCAMPO		FUTBOLCAMPO			
3:00 p.m. – 5:00 p.m.						FUTBOLCAMPO
DIRECCION Cancha de futbol Colegio Cafam Av. 68 No. 64 – 45						

FUTBOL SALA						
HORA	LUNES	MARTES	MIERCOLÉS	JUEVES	VIERNES	SABADO
5:00 p.m. - 7:00 p.m.			FUTBOLSALA (SELECCIÓN FEMENINA)	FUTBOLSALA (SELECCIÓN MASCULINA)		
DIRECCION La futbolera Calle 63 #35-44						

VOLEIBOL						
HORA	LUNES	MARTES	MIERCOLÉS	JUEVES	VIERNES	SABADO
3:00 p.m. - 6:00 p.m.	VOLEIBOL SELECCIÓN		VOLEIBOL SELECCIÓN			
DIRECCION SAETA (Av. Caracas # 56-10)						

TENIS DE MESA						
HORA	LUNES	MARTES	MIERCOLÉS	JUEVES	VIERNES	SABADO
10:00 a.m. - 12:00 p.m.	TENIS MESA					
DIRECCION WHITEBALL (Av. Caracas # 55-34)						