

**PRIMER AÑO**  
**PROMOCIÓN 131**  
**16VA SEMANA DE INSTRUCCIÓN**  
Correspondiente a la semana del 19 al 25 abril del 2021.

DIA	HORA	ACTIVIDADES	SECCION	LUGAR	RESPONS	UNIF	REF	
L U N  1 9	0500	DIANA	TODOS	CUADRAS	SERV DIA	2A		
	0500 - 0545	ASEO PERSONAL (LAVADO DE MANOS) Y ARREGLO DE CUADRAS (Tendido de cama)						
	0550 - 0600	DESPLAZAMIENTO AL PATIO DE ARMAS						PATIO DE ARMAS
	0600-0630	RANCHO - DESAYUNO		COMEDOR				
	0630-0635	SALUDO DEL BATALLON DE CADETES Y CREDOS		PATIO DE ARMAS				CMDTE CIA/SECC
	0635-0650	REVISTA DE PRESENCIA, MALETINES						
	0650-0700	LISTA DE DIANA						
	0700-0730	DESFILE A LAS AULAS		PAB P/PRE EMCH	CMDTE CIA / SECC			
	0730-0900	INSTRUCCIÓN TECNICA DE TIRO III						
	0900-0915	DESCANSO		TODAS	EMCH			CIDUP INSTRUCCIÓN VIRTUAL
	0915-1045	INGLÉS CL2,3,4, 5 y 8						
	1045-1105	DESCANSO	TODOS	CUADRAS	OO CONTROLADOR			
	1105-1320	INSTRUCCIÓN TECNICA DE TIRO III			CMDTE CIA / SECC			
	1320 - 1335	ASEO (LAVADO DE MANOS) Y PREPARACION PARA EL RANCHO			SERV DIA			
	1335-1420	RANCHO (ALMUERZO)						
	1420 - 1515	REVISTA DIARIA SEGÚN ROL			CMDTE CIA/SECC			
	1515-1530	PREPARACION PARA EL ENTRENAMIENTO FISICO						
		ENTRENAMIENTO FISICO MILITAR			3A			
	1530 1720	<b>Parte inicial:</b> Ejercicios de calentamiento y estiramiento <b>Parte principal:</b> Carrera de 4 kms, con cambio de ritmo <b>Parte final:</b> Ejercicios de soltura para piernas y fuerza abdominal	Todos	c/EMCH	OOII	3a		RE 34-37
	1530 1720	Entrenamiento de equipos representativos: Atletismo, Fútbol, Esgrima, Basquetbol, Judo, Lucha, Taekwondo, Pent militar, Natación, Tiro, Voleibol	s/relac	c/deportivos	Entrenadores	3a,c		Plan trabajo
1720-1750	BAÑO (LAVADO DE MANOS)	TODOS	CUADRA	SERV DE DIA	2A			
1750-1800	FORMACION PARA EL RANCHO		PATIO DE ARMAS					
1800-1830	RANCHO (CENA)		COMEDOR					
1830-2100	HORA DEL CADETE		BAZARES/CUADRA					

L U N  1 9	1830- 2100	GRUPOS DE INTERES	TODOS	AREAS ASIGNADAS	OO JEFE GRUPO	2A			
	2100 - 2115	LISTA DE RETRETA		PATIO DE ARMAS	SERV DE DIA				
	2115 - 2200	MANTENIMIENTO DE CUADRAS		CUADRA					
	2200	TOQUE DE SILENCIO							
	2200 - 0500	DESCANSO							
M A R  2 0	0500	DIANA	TODOS	CUADRAS	SERV DIA	2A			
	0500 - 0545	ASEO PERSONAL (LAVADO DE MANOS) Y ARREGLO DE CUADRAS (Tendido de cama)	PATIO DE ARMAS						
	0550 - 0600	DESPLAZAMIENTO AL PATIO DE ARMAS	COMEDOR						
	0600-0630	RANCHO - DESAYUNO	PATIO DE ARMAS	CMDTE CIA/SECC					
	0630-0635	SALUDO DEL BATALLON DE CADETES Y CREDOS							
	0635-0650	REVISTA DE PRESENCIA, MALETINES							
	0650-0700	LISTA DE DIANA							
	0700-0730	DESFILE A LAS AULAS			CMDTE CIA / SECC				
	0730-0900	INSTRUCCIÓN TECNICA DE TIRO III	OO CONTROLADOR						
	0900-0915	DESCANSO							
	0915-1045	INGLÉS CL2,3,4, 5 y 8	TODAS	EMCH	CIDUP INSTRUCCIÓN VIRTUAL				
	1045-1105	DESCANSO			OO CONTROLADOR			2A	
	1105-1320	INSTRUCCIÓN TECNICA DE TIRO III			CUADRAS				SERV DIA
	1320 - 1335	ASEO (LAVADO DE MANOS) Y PREPARACION PARA EL RANCHO							
	1335-1420	RANCHO (ALMUERZO)			CUADRAS			CMDTE CIA/SECC	3A
	1420 - 1515	REVISTA DIARIA SEGÚN ROL							
	1515-1530	PREPARACION PARA EL ENTRENAMIENTO FISICO							
		ENTRENAMIENTO FISICO MILITAR							
	1530 1720	<b>Parte inicial:</b> Ejercicios de calentamiento y estiramiento <b>Parte principal:</b> Deportes Práctica de futbol, voleibol, basquetbol, atletismo, gimnasio <b>Parte Final:</b> carrera de soltura 3000, cadencia moderada	Todos	c/deportivos	OOII			3a	RE 34-37
1530 1720	Entrenamiento de equipos representativos: Atletismo, Fútbol, Esgrima, Basquetbol, Judo, Lucha, Taekwondo, Pent militar, Natación, Tiro, Voleibol	s/relac	c/deportivos	Entrenadores	3a,c	Plan trabajo			
1720-1750	BAÑO (LAVADO DE MANOS)	TODOS	CUADRA	SERV DE DIA	2A				
1750-1800	FORMACION PARA EL RANCHO		PATIO DE ARMAS						
1800-1830	RANCHO (CENA)		COMEDOR						

M A R  2 0	1830-2100	HORA DEL CADETE	TODOS	BAZARES/CUADRA	SERV DE DIA	2A				
	1830- 2100	GRUPOS DE INTERES		AREAS ASIGNADAS	OO JEFE GRUPO					
	2100 - 2115	LISTA DE RETRETA		CUADRA	SERV DE DIA					
	2115 - 2200	MANTENIMIENTO DE CUADRAS								
	2200	TOQUE DE SILENCIO								
	2200 - 0500	DESCANSO								
M I E  2 1	0500	DIANA	TODOS	CUADRAS	SERV DE DIA	2A				
	0500 - 0545	ASEO PERSONAL (LAVADO DE MANOS) Y ARREGLO DE CUADRAS (Tendido de cama)						PATIO DE ARMAS		
	0550 - 0600	DESPLAZAMIENTO AL PATIO DE ARMAS						COMEDOR		
	0600-0630	RANCHO - DESAYUNO		PATIO DE ARMAS				CMDTE CIA / SECC		
	0630-0635	SALUDO DEL BATALLON DE CADETES Y CREDOS						PAB P/PRE EMCH	CMDTE CIA / SECC	
	0635-0650	REVISTA DE PRESENCIA, MALETINES							CMDTE CIA / SECC	
	0650-0700	LISTA DE DIANA		TODAS				EMCH	CIDUP INSTRUCCIÓN VIRTUAL	
	0700-0730	DESFILE A LAS AULAS							OO CONTROLADOR	
	0730-0900	INSTRUCCIÓN TECNICA DE TIRO III							AUDITORIO	GRL DIAZ LEON JULIO
	0900-0915	DESCANSO							CUADRAS	SERV DIA
	0915-1045	INGLÉS CL2,3,4, 5 y 8		COMEDOR	SERV DIA	3A				
	1045-1105	DESCANSO								
	1105-1320	LIDERAZGO MILITAR (VIDEOCONFERENCIA )								
	1320 - 1335	ASEO (LAVADO DE MANOS) Y PREPARACION PARA EL RANCHO								
	1335-1420	RANCHO (ALMUERZO)		CUADRAS	CMDTE CIA/SECC					
	1420 - 1515	REVISTA DIARIA SEGÚN ROL			CMDTE CIA/SECC					
	1515-1530	PREPARACION PARA EL ENTRENAMIENTO FISICO								
		ENTRENAMIENTO FISICO MILITAR								
	1530 1720	<b>Parte inicial:</b> Ejercicios de calentamiento y estiramiento <b>Parte principal:</b> Pista de combate, pasaje por 1/4 y 1/2 pistas, 2 rep <b>Parte final:</b> Ejercicios de soltura para piernas y fuerza abdominal	Todos	P/combate	OOII	3b	RE 34-37			
	1530 1720	Entrenamiento de equipos representativos: Atletismo, Fútbol, Esgrima, Basquetbol, Judo, Lucha, Taekwondo, Pent militar, Natación, Tiro, Voleibol	s/relac	c/deportivos	Entrenadores	3a.c	Plan trabajo			
1720-1750	BAÑO (LAVADO DE MANOS)	TODOS	CUADRA	SERV DE DIA	2A					
1750-1800	FORMACION PARA EL RANCHO		PATIO DE ARMAS							
1800-1830	RANCHO (CENA)		COMEDOR							

M I E  2 1	1830-2100	HORA DEL CADETE	TODOS	BAZARES/CUADRA	SERV DE DIA	2A			
	1830- 2100	GRUPOS DE INTERES		AREAS ASIGNADAS	OO JEFES DE GRUPO				
	2100 - 2115	LISTA DE RETRETA		PATIO DE ARMAS	SERV DE DIA				
	2115 - 2200	MANTENIMIENTO DE CUADRAS		CUADRA					
	2200	TOQUE DE SILENCIO							
	2200 - 0500	DESCANSO							
J U E  2 2	0500	DIANA	TODOS	CUADRAS	SERV DIA	2A			
	0500 - 0545	ASEO PERSONAL (LAVADO DE MANOS) Y ARREGLO DE CUADRAS (Tendido de cama)	TODOS					PATIO DE ARMAS	
	0550 - 0600	DESPLAZAMIENTO AL PATIO DE ARMAS						COMEDOR	
	0600-0630	RANCHO - DESAYUNO						PATIO DE ARMAS	
	0630-0635	SALUDO DEL BATALLON DE CADETES Y CREDOS							
	0635-0650	REVISTA DE PRESENCIA, MALETINES							
	0650-0700	LISTA DE DIANA						PATIO DE ARMAS	CMDTE CIA/SECC
	0700-0730	DESFILE A LA INSTRUCCIÓN							CMDTE CIA / SECC
	0730-0900	INSTRUCCIÓN TECNICA DE TIRO III						EFTE	OO CONTROLADOR
	0900-0915	DESCANSO						PAB P/PRE EMCH	CIDUP INSTRUCCIÓN VIRTUAL
	0915-1044	INGLÉS CL2,3,4, 5 y 8	TODAS	EMCH					
	<b>1015-1045</b>	<b>QUIZ N° 1</b>							
		<b>Prueba Rápida N° 1</b>							
	1045-1105	DESCANSO	TODOS		OO CONTROLADOR				
	1105-1320	INSTRUCCIÓN TECNICA DE TIRO III		EFTE	CMDTE CIA / SECC				
	1320 - 1335	ASEO (LAVADO DE MANOS) Y PREPARACION PARA EL RANCHO		CUADRAS	SERV DIA				
	1335-1420	RANCHO (ALMUERZO)		COMEDOR	SERV DIA				
	1420 - 1515	REVISTA DIARIA SEGÚN ROL		CUADRAS	CMDTE CIA/SECC				
	1515-1530	PREPARACION PARA EL ENTRENAMIENTO FISICO		CUADRAS					
		ENTRENAMIENTO FISICO MILITAR				2A			
						3A			
1530 1720	<b>Parte inicial:</b> Ejercicios de calentamiento y estiramiento <b>Parte principal:</b> Natación, estilo crawl. 3 x 50 mts, practica de flotación c/ desplazamiento 2 x 50 mts. Clavados de cabeza 5 rep, <b>Parte Final:</b> Ejercicios de soltura	Todos	Piscina EMCH	OOII	3c	RE 34-37			
1530 1720	Entrenamiento de equipos representativos: Atletismo, Fútbol, Esgrima, Basquetbol, Judo, Lucha, Taekwondo, Pent militar, Natación, Tiro, Voleibol	s/relac	c/deportivos	Entrenadores	3a,c	Plan trabajo			
1720-1750	BAÑO (LAVADO DE MANOS)	TODOS	CUADRA	SERV DE DIA	2A				
1750-1800	FORMACION PARA EL RANCHO		PATIO DE ARMAS						
1800-1830	RANCHO (CENA)		COMEDOR						
1830-2100	HORA DEL CADETE		BAZARES/CUADRA						
1830- 2100	GRUPOS DE INTERES		AREAS ASIGNADAS	OO JEFE GRUPO					
2100 - 2115	LISTA DE RETRETA		PATIO DE ARMAS						
2115 - 2200	MANTENIMIENTO DE CUADRAS		CUADRA	SERV DE DIA					
2200	TOQUE DE SILENCIO								
2200 - 0500	DESCANSO								

V I E  2 3	0500	DIANA	TODOS	CUADRAS	SERV DIA	2A		
	0500 - 0545	ASEO PERSONAL (LAVADO DE MANOS) Y ARREGLO DE CUADRAS (Tendido de cama)		PATIO DE ARMAS				
	0550 - 0600	DESPLAZAMIENTO AL PATIO DE ARMAS		COMEDOR				
	0600-0630	RANCHO - DESAYUNO		PATIO DE ARMAS	CMDTE CIA/SECC			
	0630-0635	SALUDO DEL BATALLON DE CADETES Y CREDOS						
	0635-0650	REVISTA DE PRESENCIA, MALETINES						
	0650-0700	LISTA DE DIANA		MUSEO FORTALEZA REAL FELIPE	OO CONTROLADOR			
	0700-0730	DESFILE A LAS AULAS						
	0730-0900	LIDERAZGO MILITAR (VISITA)						
	0900-0915	DESCANSO		CUADRAS	SERV DIA			
	0915-1045	LIDERAZGO MILITAR(VISITA)		COMEDOR	SERV DIA			
	1045-1105	DESCANSO		CUADRAS	CMDTE CIA/SECC			
	1105-1320	LIDERAZGO MILITAR }{VISITA)						
	1320 - 1335	ASEO (LAVADO DE MANOS) Y PREPARACION PARA EL RANCHO						
	1335-1420	RANCHO (ALMUERZO)						
	1420 - 1515	REVISTA DIARIA SEGÚN ROL						
	1515-1530	PREPARACION PARA EL ENTRENAMIENTO FISICO						
		ENTRENAMIENTO FISICO MILITAR						
		1530 1720	Ejercicios de calentamiento: flexibilidad y estiramiento Fza brazos: Barras 3 x 5 rep, suspensión 1'00 seg, abdominales 3 x 40 rep , dorsales 2 x 30 rep, planchas 2 x 40 rep., <b>Parte Final:</b> carrera de soltura 3000, cadencia moderada	Todos	c/barras	OOII	3a	RE34-37
		1530 1720	Entrenamiento de equipos representativos: Atletismo, Fútbol, Esgrima, Basquetbol, Judo, Lucha, Taekwondo, Pent militar, Natación, Tiro, Voleibol	s/relac	c/deportivos	Entrenadores	3a,c	Plan trabajo
	1720-1750	BAÑO (LAVADO DE MANOS)	TODOS	CUADRA	SERV DE DIA	2A		
	1750-1800	FORMACION PARA EL RANCHO		PATIO DE ARMAS				
	1800-1830	RANCHO (CENA)		COMEDOR				
	1830-2100	HORA DEL CADETE		BAZARES/CUADRA				
	1830- 2100	GRUPOS DE INTERES		AREAS ASIGNADAS	OO JEFE GRUPO			
	2100 - 2115	LISTA DE RETRETA		PATIO DE ARMAS				
	2115 - 2200	MANTENIMIENTO DE CUADRAS		CUADRA	SERV DE DIA			
	2200	TOQUE DE SILENCIO						
	2200 - 0500	DESCANSO						

S A B  2 4	0600	DIANA	TODOS	CUADRA	SERV DE DIA	2A					
	0600 0800	Reentrenamiento para el personal de cadetes desaprobados en las evaluaciones física en la pruebas de barras (varones), suspensión (femeninas) y natación (varones y femeninas)	s/relac	c/deportivos	OOII	3a	RE 34-37				
	0600 - 0800	ENTRENAMIENTO FISICO DIFERENCIADO	TODOS		SERV DE DIA	2A					
	0600 - 0830	ASEO PERSONAL(LAVADO DE MANOS) Y ARREGLO DE CUADRAS		COMEDOR							
	0830 - 0900	RANCHO - DESAYUNO		PATIO DE ARMAS							
	0900 - 0930	LISTA DE DIANA									
	0930 - 1100	MANTENIMIENTO DE CUADRAS / SECTORES DE RESPONSABILIDAD									
	1100 - 1130	PREPARACION PARA LA SALIDA DE PASEO		CUADRAS							
	1130 - 1300	SALIDA DE PASEO / FORMACION DE CARÁCTER MILITAR		COMEDOR							
	1300 - 1335	ASEO (LAVADO DE MANOS) / PREPARACION PARA EL RANCHO		PATIO DE ARMAS							
	1335 - 1430	RANCHO - ALMUERZO		CUADRAS/SEC RESP							
	1430 - 1730	ESTUDIO OBLIGATORIO		CUADRAS							
	1730 - 1745	ASEO (LAVADO DE MANOS) PREPARACION PARA EL RANCHO		PATIO DE ARMAS							
	1745 - 1800	FORMACION PARA EL RANCHO		COMEDOR							
	1800 - 1830	RANCHO		BAZARES/CUADRA							
	1830 - 1930	HORA DE CADETE		PATIO DE ARMAS							
	1930 - 2030	LISTA DE RETRETA									
	2030 - 2200	MANTENIMIENTO DE CUADRAS									
	2200	TOQUE DE SILENCIA		CUADRA							
	2200 - 0600	DESCANSO									
D O M  2 5	0600	DIANA		TODOS				CUADRA	SERV DE DIA	2A	
	0600 - 0630	ASEO (LAVADO DE MANOS)						COMEDOR			
	0630 - 0700	RANCHO									
	0700 - 0715	SALUDO DEL BATALLON DE CADETES									
	0715 - 0730	LISTA DE DIANA	PATIO DE ARMAS								
	0730 - 1230	MANTENIMIENTO DE CUADRAS / SECTORES DE RESPONSABILIDAD									
	0900 - 0930	SALIDA DE PASEO									
	1230 - 1335	ASEO (LAVADO DE MANOS) PREPARACION PARA EL RANCHO	CUADRAS								
	1335 - 1430	RANCHO - ALMUERZO	COMEDOR								
	1430 - 1730	ESTUDIO OBLIGATORIO	PAB P/PRE EMCH								
	1730 - 1745	ASEO (LAVADO DE MANOS)									
	1745 - 1830	RANCHO	CUADRAS								

D O M	1830 - 1930	HORA DE CADETE	TODOS	COMEDOR	SERV DE DIA	2A	
	1930 - 2030	LISTA DE RETETA		BAZARES/CUADRA			
	2030 - 2200	MANTENIMIENTO DE CUADRAS		PATIO DE ARMAS			
2 5	2200	TOQUE DE SILENCIO		CUADRA			
	2200 - 0500	DESCANSO					

NOTA: PROHIBIDO QUE EL BATALLON DE CADETES SALGA A CORRER AL EXTERIOR DE LA EMCH COMO PARTE DEL ENTRENAMIENTO FISICO MILITAR, SIN AUTORIZACION DEL COMANDO. LOS CADETES QUE FIGURAN EN LA RELACION DE CASTIGADOS DEBERAN DE CUMPLIR CON SU CASTIGO EN EL HORARIO ESTABLECIDO SIN EXCEPCION ALGUNA INCLUYENDO EL DESCANSO MEDICO ABSOLUTO Y/O RELATIVO



*P.A.I.P.*  
 O - 224802173 - O+  
**César Alfredo ANDALUZ SALAVERRY**  
 Coronel de Infantería  
 Sub Director de la EMCH  
 "Coronel Francisco Bolognesi"



*[Handwritten Signature]*  
 O - 224804842 - O+  
**Giovanni CONTRERAS SEVILLA**  
 CRL INE  
 Jefe del Dpto. Educ. Militar - EMCH "CFB"



*[Handwritten Signature]*  
 O - 216205670 - O-  
**Francisco J. COSTA GALLEGOS**  
 General de Brigada  
 Director de la Escuela Militar de Chorrillos  
 "Crl. Francisco Bolognesi"