

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						
	0730-0900	INSTRUCCIÓN TECNICA DE TIRO III		PAB P/PRE EMCH				CMDTE CIA / SECC
	0900-0915	DESCANSO						OO CONTROLADOR
	0915-1045	INGLÉS CL2,3,4, 5 y 8	TODAS	EMCH	CIDUP INSTRUCCIÓN VIRTUAL			
	1045-1105	DESCANSO			OO CONTROLADOR			
	1105-1320	INSTRUCCIÓN TECNICA DE TIRO III			CMDTE CIA / SECC			
	1320 - 1335	ASEO (LAVADO DE MANOS) Y PREPARACION PARA EL RANCHO			CUADRAS	SERV DIA		
	1335-1420	RANCHO (ALMUERZO)			COMEDOR			
	1420 - 1515	REVISTA DIARIA SEGÚN ROL			CUADRAS	CMDTE CIA/SECC		
	1515-1530	PREPARACION PARA EL ENTRENAMIENTO FISICO						
		ENTRENAMIENTO FISICO MILITAR			3A			
	1530 1720	Parte inicial: Ejercicios de calentamiento y estiramiento Parte principal: Carrera de 4 kms, con cambio de ritmo Parte final: 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		CMDTE CIA / SECC					
	0635-0650	REVISTA DE PRESENCIA, MALETINES		OO CONTROLADOR					
	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			CUADRAS			SERV DIA	
	0900-0915	DESCANSO						COMEDOR	SERV DIA
	0915-1045	INGLÉS CL2,3,4, 5 y 8	CUADRAS	CMDTE CIA/SECC					
	1045-1105	DESCANSO	TODOS	CUADRA	SERV DE DIA			2A	
	1105-1320	INSTRUCCIÓN TECNICA DE TIRO III							
	1320 - 1335	ASEO (LAVADO DE MANOS) Y PREPARACION PARA EL RANCHO							
	1335-1420	RANCHO (ALMUERZO)							
	1420 - 1515	REVISTA DIARIA SEGÚN ROL	s/relac	c/deportivos	Entrenadores			3A,c	Plan trabajo
	1515-1530	PREPARACION PARA EL ENTRENAMIENTO FISICO							
	ENTRENAMIENTO FISICO MILITAR								
1530 1720	Parte inicial: Ejercicios de calentamiento y estiramiento Parte principal: Deportes Práctica de futbol, voleibol, basquetbol, atletismo, gimnasio Parte Final: 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						
	0635-0650	REVISTA DE PRESENCIA, MALETINES		PAB P/PRE EMCH				CMDTE CIA / SECC
	0650-0700	LISTA DE DIANA						
	0700-0730	DESFILE A LAS AULAS						
	0730-0900	INSTRUCCIÓN TECNICA DE TIRO III		CMDTE CIA / SECC				
	0900-0915	DESCANSO						
	0915-1045	INGLÉS CL2,3,4, 5 y 8	TODAS	EMCH	CIDUP INSTRUCCIÓN VIRTUAL			
	1045-1105	DESCANSO			OO CONTROLADOR			
	1105-1320	LIDERAZGO MILITAR (VIDEOCONFERENCIA)			AUDITORIO	GRL DIAZ LEON JULIO		
	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					CMDTE CIA/SECC	
		ENTRENAMIENTO FISICO MILITAR						
	1530 1720	Parte inicial: Ejercicios de calentamiento y estiramiento Parte principal: Pista de combate, pasaje por 1/4 y 1/2 pistas, 2 rep Parte final: Ejercicios de soltura para piernas y fuerza abdominal			Todos	P/combate	OOII	3b
	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)		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			CMDTE CIA/SECC		
	0635-0650	REVISTA DE PRESENCIA, MALETINES		PATIO DE ARMAS			
	0650-0700	LISTA DE DIANA		PATIO DE ARMAS	CMDTE CIA / SECC		
	0700-0730	DESFILE A LA INSTRUCCIÓN		EFTE	CMDTE CIA / SECC		
	0730-0900	INSTRUCCIÓN TECNICA DE TIRO III		PAB P/PRE EMCH	OO CONTROLADOR		
	0900-0915	DESCANSO					
	0915-1044	INGLÉS CL2,3,4, 5 y 8					
	1015-1045	QUIZ N° 1	TODAS	EMCH	CIDUP INSTRUCCIÓN VIRTUAL	2A	
		Prueba Rápida N° 1					
	1045-1105	DESCANSO			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	Parte inicial: Ejercicios de calentamiento y estiramiento Parte principal: Natación, estilo crawl. 3 x 50 mts, practica de flotación c/ desplazamiento 2 x 50 mts. Clavados de cabeza 5 rep, Parte Final: Ejercicios de soltura	Todos	Piscina EMCH	OOII	3c	
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., Parte Final: 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	SERV DE DIA			
2115 - 2200	MANTENIMIENTO DE CUADRAS		CUADRA				
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 RETRETA		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"