

CUARTO AÑO
PROMOCIÓN 129
21VA SEMANA DE INSTRUCCIÓN
Correspondiente a la semana del 23 al 29 de mayo del 2022.

DIA	HORA	ACTIVIDADES	SECCIÓN	LUGAR	RESPONS	UNIF	REF	
LUN 23	0600	Diana	PERSONAL QUE NO FUE A LA MARCHA DE CAMPAÑA	H	SERV DIA	2.a		
	0600-0630	Aseo personal (lavado de manos) y arreglo de cuadras		H		2.a		
	0630 - 0700	Rancho (desayuno)		J		2.a		
	0700 - 0730	Lista de diana		PATIO DE ARMAS		2.a		
	0730-1300	Actividades administrativas/mantenimiento de sectores de responsabilidad		H	SERV DE DIA	2.a		
	1300-1335	Preparacion para el rancho (lavado de manos)		J				
	1335- 1420	Rancho (almuerzo)		H	SERV DE DIA	2.a		
	1420-1530	Actividades administrativas/mantenimiento de sectores de responsabilidad						
	1530 1720	Parte inicial: Ejercicios de calentamiento y estiramiento	TODOS					
		Parte principal: Natación, estilo crawl. 3 x 100 mts, buceo 30 mts		piscina/EMCH	OOII	3c		RE 34-37
		2 x 50 mts. Clavados de cabeza 5 rep,						
		Parte Final: Ejercicios de soltura						
		1530 1730	Entrenamiento de equipos representativos: Atletismo, Fútbol, Esgrima,					
			Basquetbol, Judo, Lucha, Taekwondo, Pent militar, Natación, Tiro, Voleibol	s/relac	c/deportivos	Entrenadores		3a,c
	1730 - 1745	Aseo personal (lavado de manos) preparacion para el rancho	PERSONAL QUE NO FUE A LA MARCHA DE CAMPAÑA	H	SERV DIA	2.a		
	1745 - 1800	Formacion para el rancho		PATIO DE ARMAS				
	1800 - 1830	Rancho (cena)		J				
	1830-1930	Mantenimiento		H				
	1930 - 2000	Lista de retreta		PATIO DE ARMAS				
	2000 - 2200	Mantenimiento de cuadras		H				
	2200	Toque de silencio		H				
	2200 - 0600	Descanso / Estudio voluntario						
MAR 24	0600	Diana	PERSONAL QUE NO FUE A LA MARCHA DE CAMPAÑA	H	SERV DIA	2.a		
	0600-0630	Aseo personal (lavado de manos) y arreglo de cuadras		H		2.a		
	0630 - 0700	Rancho (desayuno)		J		2.a		
	0700 - 0730	Lista de diana		PATIO DE ARMAS		2.a		
	0730-0915	Actividades administrativas/mantenimiento de sectores de responsabilidad		H		2.a		

MAR 24	0915-1130	SEMINARIO TALLER DE INVESTIGACION: Elaboración y validación del instrumento para recojo de datos.	PERSONAL QUE NO FUE A LA MARCHA DE CAMPAÑA	H	MG RONDON (1RA INF), MG PRADO (2DA INF), DR CALLA (3RA INF), MG IZAGUIRRE (CAB), MG GALLARDO (ART), MG MORENO (ING), MG NOGUERA (COM), MG BAZAN (INTL), MG SILVA (MAT GUERRA)	2.a			
	1130-1335	Preparacion para el rancho (lavado de manos)							
	1335- 1420	Rancho (almuerzo)		J			SERV DE DIA	2.a	
	1420-1530	Actividades administrativas/mantenimiento de sectores de responsabilidad		H					
		Parte inicial: Ejercicios de calentamiento y estiramiento							
MAR 24	1530 1720	Parte principal: Fza brazos y espalda: Barras 3 x 8 rep, abdo 3x40 rep ,sub sogas 2 repet, planchas 3 x 30 rep., dorsales 3 x 30 rep, supen 3 x 1'00	TODOS	c/barras	OOII	3a	RE 34-37		
		Parte Final: carrera de soltura 3000, cadencia moderada							
	1530 1730	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	
	1730 - 1745	Aseo personal (lavado de manos) preparacion para el rancho	PERSONAL QUE NO FUE A LA MARCHA DE CAMPAÑA	H	SERV DIA	2.a			
	1745 - 1800	Formacion para el rancho		PATIO DE ARMAS					
	1800 - 1830	Rancho (cena)		J					
	1830-1930	Mantenimiento		H					
	1930 - 2000	Lista de retreta		PATIO DE ARMAS					
	2000 - 2200	Mantenimiento de cuadras		H					
	2200	Toque de silencio		H					
2200 - 0600	Descanso / Estudio voluntario	H							
MIE 25	0600	Diana	PERSONAL QUE NO FUE A LA MARCHA DE CAMPAÑA	H	SERV DIA	2.a			
	0600-0630	Aseo personal (lavado de manos) y arreglo de cuadras		H					
	0630 - 0700	Rancho (desayuno)		J					
	0700 - 0730	Lista de diana		PATIO DE ARMAS					
	0730-1300	Actividades administrativas/mantenimiento de sectores de responsabilidad		H					

MIE 25	0730-0900	SEMINARIO TALLER DE INVESTIGACION: Elaboración y validación del instrumento para recojo de datos.	PERSONAL QUE NO FUE A LA MARCHA DE CAMPAÑA	H	MG RONDON (1RA INF), MG PRADO (2DA INF), DR CALLA (3RA INF), MG IZAGUIRRE (CAB), MG GALLARDO (ART), MG MORENO (ING), MG NOGUERA (COM), MG BAZAN (INTL), MG SILVA (MAT GUERRA)	2.a	
	1300-1335	Preparacion para el rancho (lavado de manos)					
	1335- 1420	Rancho (almuerzo)		J		SERV DIA	
	1420-1530	Actividades administrativas/mantenimiento de sectores de responsabilidad		H			
		Parte Inicial: Ejercicios de activación corporal, calentamiento					
	1530 1720	Parte principal:Deportes, práctica de fulbito, voleibol, basquetbol, atletismo.	TODOS	c/deportivos	OOII	3a	RE 3437
		Parte final: Ejercicios de estiramiento y soltura.					
	1530 1730	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
	1730 - 1745	Aseo personal (lavado de manos) preparacion para el rancho		H			
	1745 - 1800	Formacion para el rancho		PATIO DE ARMAS			
	1800 - 1830	Rancho (cena)	PERSONAL QUE NO FUE A LA MARCHA DE CAMPAÑA	J		SERV DIA	2.a
	1830-1930	Mantenimiento		H			
	1930 - 2000	Lista de retreta		PATIO DE ARMAS			
2000 - 2200	Mantenimiento de cuadras		H				
2200	Toque de silencio		H				
2200 - 0600	Descanso / Estudio voluntario						
JUE 26	0600	Diana	PERSONAL QUE NO FUE A LA MARCHA DE	H			
	0600-0630	Aseo personal (lavado de manos) y arreglo de cuadras		H			
	0630 - 0700	Rancho (desayuno)		J			
	0700 - 0730	Lista de diana		PATIO DE ARMAS			
	0730-1300	Actividades administrativas/mantenimiento de sectores de responsabilidad	PERSONAL QUE NO FUE A LA MARCHA DE CAMPAÑA	H		SERV DE DIA	2.a
	1300-1335	Preparacion para el rancho (lavado de manos)					
	1335- 1420	Rancho (almuerzo)		J			
	1420-1530	Actividades administrativas/mantenimiento de sectores de responsabilidad		H			
		Parte inicial: Ejercicios de calentamiento y estiramiento					
	1530 1720	Parte principal: Carrera de velocidad 5 x 400, por tendidas			OOII	3b	RE 34-37
		Parte final: Ejercicios de estiramiento y soltura.					
1530 1730	Entrenamiento de equipos representativos: Atletismo, Fútbol, Esgrima,	TODOS	Circ EMCH				
	Basquetbol, Judo, Lucha, Taekwondo, Pent militar, Natación, Tiro, Voleibol	s/relac	c/deportivos	Entrenadores	3a,c	Plan trabajo	

JUE 26	1730 - 1745	Aseo personal (lavado de manos) preparacion para el rancho	PERSONAL QUE NO FUE A LA MARCHA DE CAMPAÑA	H			
	1745 - 1800	Formacion para el rancho		PATIO DE ARMAS	SERV DIA	2.a	
	1800 - 1830	Rancho (cena)		J	SERV DIA	2.a	
	1830-1930	Mantenimiento		H			
	1930 - 2000	Lista de retreta		PATIO DE ARMAS			
	2000 - 2200	Mantenimiento de cuadras		H			
	2200	Toque de silencio		H			
	2200 - 0600	Descanso / Estudio voluntario					
VIE 27	0600	Diana	PERSONAL QUE NO FUE A LA MARCHA DE CAMPAÑA	H	SERV DIA	2.a	
	0600-0630	Aseo personal (lavado de manos) y arreglo de cuadras		H			
	0630 - 0700	Rancho (desayuno)		J			
	0700 - 0730	Lista de diana		PATIO DE ARMAS			
	0730-1300	Actividades administrativas/mantenimiento de sectores de responsabilidad		H			
	1300-1335	Preparacion para el rancho (lavado de manos)		J			
	1335- 1420	Rancho (almuerzo)		H			
	1420-1730	Actividades administrativas/mantenimiento de sectores de responsabilidad					
		Parte inicial: Ejercicios de flexibilidad y estiramiento	TODOS				
	1530 1720	Parte principal: Pista de combate, pasaje por 1/4 pista, práctica de comando y conducción.			OoII	3b	RE 34-37
		Parte final: Carrera d soltuta 3 kms.			p/combate		
	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
	1730 - 1745	Aseo personal (lavado de manos) preparacion para el rancho	PERSONAL QUE NO FUE A LA MARCHA DE CAMPAÑA	H	SERV DIA	2.a	
	1745 - 1800	Formacion para el rancho		PATIO DE ARMAS			
	1800 - 1830	Rancho (cena)		J			
1830-1930	Mantenimiento	H					
1930 - 2000	Lista de retreta	PATIO DE ARMAS					
2000 - 2200	Mantenimiento de cuadras	H					
2200	Toque de silencio	H					
2200 - 0600	Descanso / Estudio voluntario						
SAB 28	0600	Diana	TODOS	H	SERV DIA	2.a	
	0600-0630	Aseo personal (lavado de manos) y arreglo de cuadras		H		2.a	
	0630 - 0700	Rancho (desayuno)		J		2.a	
	0700 - 0730	Lista de diana		PATIO DE ARMAS		2.a	

SAB 28	0730-1300	Actividades administrativas/mantenimiento de sectores de responsabilidad	TODOS	H	SERV DIA	2.a
	1300-1335	Preparacion para el rancho (lavado de manos)				
	1335- 1420	Rancho (almuerzo)		J		
	1420 - 1500	Preparacion para la salida de paseo		H		2.a
	1500	Salida de paseo	PERSONAL CASTIGADO/ SERVICIO	PATIO DE ARMAS	CMDTE DE CIA CMDTE SECC	4.c
	1500-1730	Actividades administrativas/mantenimiento de sectores de responsabilidad		H	SERV DE DIA	2.a
	1730 - 1745	Aseo personal (lavado de manos) preparacion para el rancho		H		
	1745 - 1800	Formacion para el rancho		PATIO DE ARMAS	SERV DIA	2.a
	1800 - 1830	Rancho (cena)		J		
	1830-1930	Mantenimiento		H		
1930 - 2000	Lista de retreta	PATIO DE ARMAS				
2000 - 2200	Mantenimiento de cuadras	H				
2200	Toque de silencio	H		SERV DIA		
2200 - 0600	Descanso / Estudio voluntario	H				
DOM 29	0600	Diana	PERSONAL CASTIGADO/ SERVICIO	H	SERV DIA	
	0600-0630	Aseo personal (lavado de manos) y arreglo de cuadras		H		
	0630 - 0700	Rancho - desayuno		J		
	0700 - 0730	Lista de diana	PERSONAL CASTIGADO/ SERVICIO	PATIO DE ARMAS		
	0730-1320	Actividades administrativas/mantenimiento de cuadras, sectores de responsabilidad		H		

DOM 29	1320 - 1335	Preparacion para el rancho (lavado de manos)	PERSONAL CASTIGADO/ SERVICIO	H	SERV DIA	2.a
	1335- 1400	Rancho - almuerzo		J		
	1400 - 1430	Lista con el servicio de día		PATIO DE ARMAS		
	1430-1730	Actividades administrativas/mantenimiento de cuadras, sectores de responsabilidad		H		
	1730 - 1745	Aseo personal		H		
	1745-1800	Formacion para el rancho		PATIO DE ARMAS		
	1800 - 1830	Rancho - cena		J		
	1830-1930	Mantenimiento de cuadras		H		
	1930 - 2000	Lista de retreta		PATIO DE ARMAS		
	2100	Formación al termino de la salida de paseo		PATIO DE ARMAS		
	2130-2200	Mantenimiento de cuadras	TODOS	H	SERV DE DIA	2.a
	2200	Toque de silencio		H		
	2200 - 0500	Descanso / Estudio voluntario		H		

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



0-216205670-U
FRANCISCO JAVIER COSTA GALLEGOS
General de Brigada
Director de la Escuela Militar de Chorrillos
"Cr. Francisco Bolognesi"



0-229942078-S
JOSE LUIS AGUILAR OBENTAS
C1 ED
Jefe del Depto. Educación Militar de la EMCH
"Cr. Francisco Bolognesi"



0-2262231635-B+
ROSAIDA DAVILA GUESADA
MAYART
Jefe de la Sec. Plan. Académico- EMCH
"Cr. Francisco Bolognesi"

1

2

3