

PROGRAMA PARA EL ESTADO MAYOR DE LA EMCH "CFB"
CORRESPONDIENTE A LA SEMANA DEL 07 AL 11 DE ABRIL 2025

DIA	HORA	ACTIVIDADES	SECCION	LUGAR	RESPONS	UNIF	REF
L U N 0 7	0630 0720	LISTA					
		ENTRENAMIENTO FÍSICO MILITAR: Parte Inicial: Movilidad articular, estiramiento y ejercicios de calentamiento. Test de Capacidad Física: carrera de 2400 mts	Todos	EMCH - Circ COEDE	OOII	3a	RE 34-37
	0720-0815	DESAYUNO	EM	COMEDOR OO	EM	1.f	
	0815-0830	LISTA DEL ESTADO MAYOR EMCH "CFB"	EM	PATIO DE HONOR	EM	1.f	
	0830-1230	TRABAJO EN OFICINA	EM	OFICINAS DEL EM	EM	1.f	
	1230-1400	RANCHO (ALMUERZO)	EM	COMEDOR OO	EM	1.f	
	1400-1645	TRABAJO EN OFICINA	EM	OFICINAS DEL EM	EM	1.f	
M A R 0 8	0630 0720	LISTA					
		ENTRENAMIENTO FISICO MILITAR: Parte Inicial: Movilidad articular, estiramiento y ejercicios de calentamiento. Parte principal: Carrera de 3000 mts, cadencia moderada Parte Final: Ejercicios de soltura y recuperación	Todos	Circ COEDE	OOII	3a	RE 34-37
	0645-0700	CEREMONIAL DE LISTA DE DIANA: CAMPAÑA DE VALORES TEMA: IDEALISMO Y IGUALDAD	CUARTO AÑO	AUDITORIO DE LA EMCH "CFB"	TTE CRL. SIERRA JARA VICTOR	1F	
	0720-0815	DESAYUNO	EM	COMEDOR OO	EM	1.f	
	0815-0830	LISTA DEL ESTADO MAYOR EMCH "CFB"	EM	PATIO DE HONOR	EM	1.f	
	0830-1230	TRABAJO EN OFICINA	EM	OFICINAS DEL EM	EM	1.f	
	1230-1400	RANCHO (ALMUERZO)	EM	COMEDOR OO	EM	1.f	
	1400-1645	TRABAJO EN OFICINA	EM	OFICINAS DEL EM	EM	1.f	
	1645-1700	LISTA DEL ESTADO MAYOR EMCH "CFB"	EM	PATIO DE HONOR	EM	1.f	

M I E 0 9	0630 0720	LISTA					
		ENTRENAMIENTO FÍSICO MILITAR: Parte Inicial: Movilidad articular, estiramiento y ejercicios de calentamiento. Parte principal:Entrenamiento funcional: circuito físico, velocidad y reacción,agilidad, sprint velocidad Carrera de soltura	Todos	Estadio EMCH	OOII	3a	RE 34-37
	0645-0700	CEREMONIAL DE LISTA DE DIANA: CAMPAÑA DE VALORES TEMA: IDEALISMO Y IGUALDAD	TERCER AÑO	AUDITORIO DE LA EMCH "CFB"	TTE CRL. SIERRA JARA VICTOR	1F	
	0720-0815	DESAYUNO	EM	COMEDOR OO	EM	1.f	
	0815-0830	LISTA DEL ESTADO MAYOR EMCH "CFB"	EM	PATIO DE HONOR	EM	1.f	
	0830-1230	TRABAJO EN OFICINA	EM	OFICINAS DEL EM	EM	1.f	
	1230-1400	RANCHO (ALMUERZO)	EM	COMEDOR OO	EM	1.f	
	1400-1645	TRABAJO EN OFICINA	EM	OFICINAS DEL EM	EM	1.f	
	1645-1700	LISTA DEL ESTADO MAYOR EMCH "CFB"	EM	PATIO DE HONOR	EM	1.f	
J U E 1 0	0630 0720	LISTA					
		ENTRENAMIENTO FÍSICO MILITAR: Parte Inicial: Movilidad articular, estiramiento y ejercicios de calentamiento. Parte principal: Natación, ejercicios de respiración, pateo, braceo, ingresos al agua, estilo crawl 50 m, flotación.	Todos	Piscina EMCH	OOII	3c	RE 34-37
	0645-0700	CEREMONIAL DE LISTA DE DIANA: CAMPAÑA DE VALORES TEMA: IDEALISMO Y IGUALDAD	SEGUNDO AÑO	AUDITORIO DE LA EMCH "CFB"	TTE CRL. SIERRA JARA VICTOR	1F	
	0720-0815	DESAYUNO	EM	COMEDOR OO	EM	UNIPAT	
	0815-0830	LISTA DEL ESTADO MAYOR EMCH "CFB"	PERSONAL DE OO, TCOS y SSOO	AUDITORIO EMCH	SEPER	UNIPAT	
	0830-1230	TRABAJO EN OFICINA	EM	OFICINAS DEL EM	EM	UNIPAT	
	1230-1400	RANCHO (ALMUERZO)	EM	COMEDOR OO	EM	UNIPAT	
	1400-1645	TRABAJO EN OFICINA	EM	OFICINAS DEL EM	EM	UNIPAT	
	1645-1700	LISTA DEL ESTADO MAYOR EMCH "CFB"	EM	PATIO DE HONOR	EM	UNIPAT	

V I E 1 1		LISTA					
	0630 0720	ENTRENAMIENTO FISICO MILITAR: Parte Inicial: Movilidad articular, estiramiento y ejercicios de calentamiento. Parte principal: Deporte libre. Musculación Parte Final: Estiramiento y relajación.	Todos	Campos deportivos	OOII	3a	RE 34-37
	0645-0700	CEREMONIAL DE LISTA DE DIANA: CAMPAÑA DE VALORES TEMA: IDEALISMO Y IGUALDAD	PRIMER AÑO	AUDITORIO DE LA EMCH "CFB"	TTE CRL. SIERRA JARA VICTOR	1F	
	0720-0815	DESAYUNO	EM	COMEDOR OO	EM	UNIPAT	
	0815-0830	LISTA DEL ESTADO MAYOR EMCH "CFB"	PERSONAL DE OO, TCOS y SSOO	AUDITORIO EMCH	SEPER	UNIPAT	
	0830-1230	TRABAJO EN OFICINA	EM	OFICINAS DEL EM	EM	UNIPAT	
	1230-1400	RANCHO (ALMUERZO)	EM	COMEDOR OO	EM	UNIPAT	
	1400-1645	TRABAJO EN OFICINA	EM	OFICINAS DEL EM	EM	UNIPAT	
	1645-1700	LISTA DEL ESTADO MAYOR EMCH "CFB"	EM	PATIO DE HONOR	EM	UNIPAT	



O - 224802173 - O +
CSAR ALFREDO ANDRÉZ SALAVERRY
General de Brigada
Director de la Escuela Militar de Chorrillos
"Crl Francisco Bolognesi"



O - 2534020793 - O +
ALAN HARRY GARCÍA QUISPE
Coronel Infantería
Jefe Dpto. Edu. Mil. de la Escuela Militar de Chorrillos
"Crl Francisco Bolognesi"



O-2322863875- A +
JEISSON LEONEL CORDOVA SANCHEZ
Mayor Infantería
Jefe de la SEPA de la Escuela Militar de Chorrillos
"Crl Francisco Bolognesi"