

**INFORME DE ACTIVIDADES MENSUAL DE PROFESOR DE TALLER**  
**PROGRAMA TALLERES RECREATIVOS Y DE DESARROLLO**

<b>Mes</b>	<b>JULIO</b>
------------	--------------

<b>Nombre</b>	<b>CASTILLO BALCAZAR INES</b>		
<b>RUT</b>	[REDACTED]	<b>Período del Contrato</b>	<b>01/05 - 30/11 2025</b>

ID	Nombre Taller	Horario 1	Horario 2	Lugar de Ejecución	Asistentes
T.1	YOGA BASICO	LUN 10:20-11:20	VIE 10:20-11:20	[REDACTED]	6
T.2	YOGA EN SILLA	LUN 12:45-13:45	MIE 14:30-15:30	[REDACTED]	8
T.3	YOGA EN SILLA	LUN 09:00-10:00	VIE 09:00-10:00	[REDACTED]	5
T.4	YOGA TERAPEUTICO BASICO	LUN 14:40-15:40	JUE 14:40-15:40	[REDACTED]	8
T.5	YOGA TERAPEUTICO BASICO	LUN 15:50-16:50	JUE 15:50-16:50	[REDACTED]	12

ID	Descripción de Actividades (Ver ID del Taller)
T.1	Posturas de pie y trabajo de equilibrio. También trabajo de brazos y dorsal. Técnica de respiración (pranayama).
T.2	Saluda Al sol con silla y profundización de la técnica en cada postura, siempre con ayuda de la silla. Pranayama y meditaciones guiadas.
T.3	Saluda Al sol con silla y profundización de la técnica en cada postura, siempre con ayuda de la silla de ser necesario. Pranayama y meditaciones guiadas en cada clase.
T.4	Profundización de patologías que se pueden tratar a través del yoga. Profundización de la técnica de respiración (pranayama) y de la ejecución de ASANAS (posturas) de pie, sentado, torsiones y de equilibrio.
T.5	Profundización de patologías que se pueden tratar a través del yoga. También profundizaremos la técnica de respiración (pranayama) y la ejecución de ASANAS (posturas) de pie, sentado, torsiones y de equilibrio.

<b>Firma prestador de los servicios</b>	
-----------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------

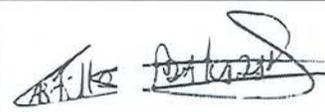
**INFORME DE ACTIVIDADES MENSUAL DE PROFESOR DE TALLER**  
**PROGRAMA TALLERES RECREATIVOS Y DE DESARROLLO**

Mes	JULIO
-----	-------

Nombre	CASTILLO BALCAZAR INES		
RUT	[REDACTED]	Período del Contrato	01/05 - 30/11 2025

ID	Nombre Taller	Horario 1	Horario 2	Lugar de Ejecución	Asistentes
T.6	YOGA TERAPEUTICO INTERMEDIO	MIE 12:50-13:50	VIE 12:50-13:50	[REDACTED]	7
T.7	YOGA TERAPEUTICO INTERMEDIO	LUN 11:30-12:30	JUE 11:30-12:30	[REDACTED]	6
T.8	YOGA TERAPEUTICO INTERMEDIO	MIE 11:30-12:30	VIE 11:30-12:30	[REDACTED]	9
T.9	YOGA Y MEDITACION	MAR 12:45-13:45	JUE 12:45-13:45	[REDACTED]	6
T.10	---	---	---	---	

ID	Descripción de Actividades (Ver ID del Taller)
T.6	Profundización de las posturas vistas los meses previos, además de sumar a la práctica seminersiones o inersiones con implementos, produciendo el mayor beneficio al sistema circulatorio, endocrino y nervioso.
T.7	Profundización de las posturas vistas los meses previos, además de sumar a la práctica seminersiones o inersiones con implementos según el practicante pueda. Esto mejora el sistema circulatorio, endocrino y nervioso.
T.8	Saludos al sol, posturas de pie y seminersiones o inersiones (la cabeza más abajo que la cadera) según las capacidades de cada practicante. Mejorando sistema circulatorio, endocrino y nervioso.
T.9	Posturas de pie, torsiones, trabajo de brazos y técnica de meditación budista, todas las clases se dejan 15 min. para entrenar la mente a través de esta técnica budista.
T.10	

Firma prestador de los servicios	
----------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------

