

INFORME DE ACTIVIDADES MENSUAL DE PROFESOR DE TALLER

PROGRAMA TALLERES RECREATIVOS Y DE DESARROLLO

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

Nombre	DURAN VASQUEZ VICTORIA		
RUT	██████████	Período del Contrato	01/05 - 30/11 2025

ID	Nombre Taller	Horario 1	Horario 2	Lugar de Ejecución	Asistentes
T.1	DANZA ARABE BASICO	VIE 15:00-17:00	---	██████████	6
T.2	DANZA ARABE BASICO	MAR 10:30-11:30	JUE 10:30-11:30	██████████	5
T.3	DANZA ARABE BASICO	LUN 18:00-19:00	MIE 18:00-19:00	██████████	5
T.4	DANZA ARABE BASICO	LUN 12:00-13:00	VIE 10:00-11:00	██████████	6
T.5	DANZA ARABE BASICO	VIE 19:30-21:30	---	██████████	6

ID	Descripción de Actividades (Ver ID del Taller)
T.1	Inicio clase con ejercicios de calentamiento extremidades superiores e inferiores,caderas,torso,pelvis.Continúo la clase con practica de lo aprendido en clases anteriores, tales como ;posturas de pies, espalda , cabeza , cuello, brazos, antebrazos, primera y segunda posición de brazos y sus respectivos movimientos , desplazamiento usando metatarso como también de pies completos, círculos de hombros , ochos de caderas (verticales y horizontales) giros y cruces de muñecas ,medio circulo de pelvis, entre otros pasos. Se realizan pequeñas coreografías y se enseñan ritmos básicos de 4/4. cada clase se termina con una elongación y relajación, donde uso ejercicios de stretching.
T.2	Inicio clase con ejercicios de calentamiento extremidades superiores e inferiores,caderas,torso,pelvis.Continúo la clase con practica de lo aprendido en clases anteriores, tales como ;posturas de pies, espalda , cabeza , cuello, brazos, antebrazos, primera y segunda posición de brazos y sus respectivos movimientos , desplazamiento usando metatarso como también de pies completos, círculos de hombros , ochos de caderas (verticales y horizontales) giros y cruces de muñecas ,medio circulo de pelvis, entre otros pasos. Se realizan pequeñas coreografías y se enseñan ritmos básicos de 4/4. Cada clase se termina con una elongación y relajación, donde uso ejercicios de stretching.
T.3	Inicio clase con ejercicios de calentamiento extremidades superiores e inferiores,caderas,torso,pelvis.Continúo la clase con practica de lo aprendido en clases anteriores, tales como ;posturas de pies, espalda , cabeza , cuello, brazos, antebrazos, primera y segunda posición de brazos y sus respectivos movimientos , desplazamiento usando metatarso como también de pies completos, círculos de hombros , ochos de caderas (verticales y horizontales) giros y cruces de muñecas ,medio circulo de pelvis, entre otros pasos. Se realizan pequeñas coreografías y se enseñan ritmos básicos de 4/4. Cada clase se termina con una elongación y relajación, donde uso ejercicios de stretching.
T.4	Inicio clases con ejercicios de calentamiento de extremidades superiores e inferiores, caderas, torso, pelvis. Continúo la clase con prácticas de lo aprendido en clases anteriores, repaso técnico para pasos de desplazamiento laterales y frontales como también para ochos infinitos, repaso técnico de uso del velo con giros con desplazamiento laterales, enseño técnico de de giro de baston, realizamos pequeñas coreografías de velo como también de uso de baston con sus respectivos ritmos. Cada clase se termina con una elongación y relajación, donde uso ejercicios de stretching.

T.5	Inicio clases con ejercicios de calentamiento de extremidades superiores e inferiores, caderas, torso, pelvis. Continúo la clase con prácticas de lo aprendido en clases anteriores, repaso técnico para pasos de desplazamientos laterales y frontales como también para ochos infinitos, repaso técnico de uso del velo con giros con desplazamiento laterales, enseño técnica de giro de baston, realizamos pequeñas coreografías de velo como también de uso de baston con sus respectivos ritmos. Cada clase se termina con una elongación y relajación, donde uso ejercicios de stretching.
-----	---

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

DIRECCIÓN DE DESARROLLO COMUNITARIO
DEPARTAMENTO DE GESTIÓN DE TALLERES

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

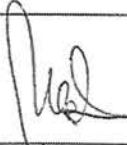
Mes	JULIO
-----	-------

Nombre	DURAN VASQUEZ VICTORIA		
RUT	██████████	Período del Contrato	01/05 - 30/11 2025

ID	Nombre Taller	Horario 1	Horario 2	Lugar de Ejecución	Asistentes
T.6	DANZA ARABE BASICO	VIE 17:15-19:15	—	██████████	6
T.7	DANZA ARABE BASICO	MAR 19:15-20:15	JUE 19:15-20:15	██████████	6
T.8	DANZA ARABE FITNESS BASICO	LUN 09:15-10:15	MIE 09:15-10:15	██████████	5
T.9	DANZA ARABE FITNESS BASICO	LUN 20:30-21:30	MIE 20:30-21:30	██████████	5
T.10	DANZA ARABE FITNESS BASICO	MAR 09:15-10:15	JUE 09:15-10:15	██████████	5

ID	Descripción de Actividades (Ver ID del Taller)
T.6	Inicio clase con ejercicios de calentamiento extremidades superiores e inferiores,caderas,torso,pelvis.Continúo la clase con practica de lo aprendido en clases anteriores, tales como ;posturas de pies, espalda , cabeza , cuello, brazos, antebrazos, primera y segunda posición de brazos y sus respectivos movimientos , desplazamiento usando metatarso como también de pies completos, círculos de hombros , ochos de caderas (verticales y horizontales) giros y cruces de muñecas ,medio círculo de pelvis, entre otros pasos. Se realizan pequeñas coreografías y se enseñan ritmos básicos de 4/4. cada clase se termina con una elongación y relajación, donde uso ejercicios de stretching.
T.7	Inicio clase con ejercicios de calentamiento extremidades superiores e inferiores,caderas,torso,pelvis.Continúo la clase con practica de lo aprendido en clases anteriores, tales como ;posturas de pies, espalda , cabeza , cuello, brazos, antebrazos, primera y segunda posición de brazos y sus respectivos movimientos , desplazamiento usando metatarso como también de pies completos, círculos de hombros , ochos de caderas (verticales y horizontales) giros y cruces de muñecas ,medio círculo de pelvis, entre otros pasos. Se realizan pequeñas coreografías y se enseñan ritmos básicos de 4/4. cada clase se termina con una elongación y relajación, donde uso ejercicios de stretching.

T.8	Se inicia la clase con ejercicios de calentamiento, extremidades superiores e inferiores, caderas, pelvis, hombros, etc. Continúo la clase con baile intenso donde incluyo pasos básicos de Danza Árabe (ejemplo, hombros y caderas) , combinándolos con algunos pasos fitness, continúo la clase con ejercicios localizados de brazos, piernas cintura, abdomen, glúteos, etc. Continúo con uso de elementos tales como bastones para realizar ejercicios de brazos, espalda, cintura, abdomen, piernas, etc. También se realiza el uso de aros para ejercicios de brazos y muslos; continúo con ejercicios de brazos con bandas elásticas y uso de pelotas para realizar ejercicios abdominales y de glúteos, se realizan además ejercicios de Pilates pared para reforzar brazos y abdomen, uso de mancuernas para sentadillas diferentes tipos y brazos, planchas con codos y antebrazos apoyados, planchas con brazos extendidos y plancha invertida. Termino cada clase con una elongación y relajación que incluye ejercicios de Yoga Y Pilates, además de Stretching.
T.9	Se inicia la clase con ejercicios de calentamiento, extremidades superiores e inferiores, caderas, pelvis, hombros, etc. Continúo la clase con baile intenso donde incluyo pasos básicos de Danza Árabe (ejemplo, hombros y caderas) , combinándolos con algunos pasos fitness, continúo la clase con ejercicios localizados de brazos, piernas cintura, abdomen, glúteos, etc. Continúo con uso de elementos tales como bastones para realizar ejercicios de brazos, espalda, cintura, abdomen, piernas, etc. También se realiza el uso de aros para ejercicios de brazos y muslos; continúo con ejercicios de brazos con bandas elásticas y uso de pelotas para realizar ejercicios abdominales y de glúteos, se realizan además ejercicios de Pilates pared para reforzar brazos y abdomen, uso de mancuernas para sentadillas diferentes tipos y brazos, planchas con codos y antebrazos apoyados, planchas con brazos extendidos y plancha invertida. Termino cada clase con una elongación y relajación que incluye ejercicios de Yoga Y Pilates, además de Stretching.
T.10	Se inicia la clase con ejercicios de calentamiento, extremidades superiores e inferiores, caderas, pelvis, hombros, etc. Continúo la clase con baile intenso donde incluyo pasos básicos de Danza Árabe (ejemplo, hombros y caderas) , combinándolos con algunos pasos fitness, continúo la clase con ejercicios localizados de brazos, piernas cintura, abdomen, glúteos, etc. Continúo con uso de elementos tales como bastones para realizar ejercicios de brazos, espalda, cintura, abdomen, piernas, etc. También se realiza el uso de aros para ejercicios de brazos y muslos; continúo con ejercicios de brazos con bandas elásticas y uso de pelotas para realizar ejercicios abdominales y de glúteos, se realizan además ejercicios de Pilates pared para reforzar brazos y abdomen, uso de mancuernas para sentadillas diferentes tipos y brazos, planchas con codos y antebrazos apoyados, planchas con brazos extendidos y plancha invertida. Termino cada clase con una elongación y relajación que incluye ejercicios de Yoga Y Pilates, además de Stretching.

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

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

Mes	JULIO		
Nombre	DURAN VASQUEZ VICTORIA		
RUT		Período del Contrato	01/05 - 30/11 2025

ID	Nombre Taller	Horario 1	Horario 2	Lugar de Ejecución	Asistentes
T.1 1	DANZA ARABE FITNESS BASICO	LUN 10:30-11:30	VIE 14:30-12:30		7
T.1 2	DANZA ARABE FITNESS BASICO	MAR 11:45-12:45	JUE 11:45-12:45		6
T.1 3	DANZA ARABE FITNESS BASICO	MAR 18:00-19:00	JUE 18:00-19:00		8
T.1 4	DANZA ARABE INTERMEDIO	MAR 20:45-21:45	JUE 20:45-21:45		6
T.1 5	DANZA ARABE BASICO	LUN 11:45-13:45			5

ID	Descripción de Actividades (Ver ID del Taller)
T.11	Se inicia la clase con ejercicios de calentamiento, extremidades superiores e inferiores, caderas, pelvis, hombros, etc. Continúo la clase con baile intenso donde incluyo pasos básicos de Danza Árabe (ejemplo, hombros y caderas) , combinándolos con algunos pasos fitness, continúo la clase con ejercicios localizados de brazos, piernas cintura, abdomen, glúteos, etc. Continúo con uso de elementos tales como bastones para realizar ejercicios de brazos, espalda, cintura, abdomen, piernas, etc. También se realiza el uso de aros para ejercicios de brazos y muslos; continúo con ejercicios de brazos con bandas elásticas y uso de pelotas para realizar ejercicios abdominales y de glúteos, se realizan además ejercicios de Pilates pared para reforzar brazos y abdomen, uso de mancuernas para sentadillas diferentes tipos y brazos, planchas con codos y antebrazos apoyados, planchas con brazos extendidos y plancha invertida. Termino cada clase con una elongación y relajación que incluye ejercicios de Yoga Y Pilates, además de Stretching.
T.12	Se inicia la clase con ejercicios de calentamiento, extremidades superiores e inferiores, caderas, pelvis, hombros, etc. Continúo la clase con baile intenso donde incluyo pasos básicos de Danza Árabe (ejemplo, hombros y caderas) , combinándolos con algunos pasos fitness, continúo la clase con ejercicios localizados de brazos, piernas cintura, abdomen, glúteos, etc. Continúo con uso de elementos tales como bastones para realizar ejercicios de brazos, espalda, cintura, abdomen, piernas, etc. También se realiza el uso de aros para ejercicios de brazos y muslos; continúo con ejercicios de brazos con bandas elásticas y uso de pelotas para realizar ejercicios abdominales y de glúteos, se realizan además ejercicios de Pilates pared para reforzar brazos y abdomen, uso de mancuernas para sentadillas diferentes tipos y brazos, planchas con codos y antebrazos apoyados, planchas con brazos extendidos y plancha invertida. Termino cada clase con una elongación y relajación que incluye ejercicios de Yoga Y Pilates, además de Stretching.
T.13	Se inicia la clase con ejercicios de calentamiento, extremidades superiores e inferiores, caderas, pelvis, hombros, etc. Continúo la clase con baile intenso donde incluyo pasos básicos de Danza Árabe (ejemplo, hombros y caderas) , combinándolos con algunos pasos fitness, continúo la clase con ejercicios localizados de brazos, piernas cintura, abdomen, glúteos, etc. Continúo con uso de elementos tales como bastones para realizar ejercicios de brazos, espalda, cintura, abdomen, piernas, etc. También se realiza el uso de aros para ejercicios de brazos y muslos; continúo con ejercicios de brazos con bandas elásticas y uso de pelotas para realizar ejercicios abdominales y de glúteos, se realizan además ejercicios de Pilates pared para reforzar brazos y abdomen, uso de mancuernas para sentadillas diferentes tipos y brazos, planchas con codos y antebrazos apoyados, planchas con brazos extendidos y plancha invertida. Termino cada clase con una elongación y relajación que incluye ejercicios de Yoga Y Pilates, además de Stretching.
T.14	Se inicia cada clase con ejercicios de calentamiento de extremidades inferiores y superiores, caderas, cuello, pelvis etc. Continúo con práctica de todo lo aprendido, repaso técnica de uso de velo, enseño giros diversos, ritmos rápidos como también lentos usando velo, agrego nuevos pasos de desplazamiento en relevé , enseño diferentes tipos de shimmies de caderas, como también ochos infinitos avanzados , termino cada clase con ejercicios de Stretching para elongación , además de ejercicios de relajación .
T.15	Se inicia la clase con ejercicios de calentamiento extremidades superiores e inferiores, caderas, torso, pelvis. Continúo la

Well

Asimismo, apruebo el presente informe mensual de actividades realizadas para el cumplimiento de la función objeto de su contratación, el que fue revisado en forma exhaustiva por el suscrito, siendo toda la responsabilidad -con carácter de excluyente-, de este supervisor, ya sea que esta se origine en la ejecución de la función conforme al contrato; en la fidelidad del contenido del Informe Mensual del mes de JULIO de 2025; de todos los antecedentes que se acompañan por el servidor a honorarios; así como en la correcta verificación de que el contenido de dicho informe es de completa autoría de la/el Sra./Sr. DURAN VASQUEZ VICTORIA.



Las Condes, JULIO de 2025
mes año