

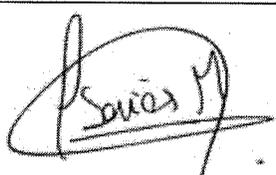
INFORME DE ACTIVIDADES MENSUAL DE PROFESOR DE TALLER
PROGRAMA TALLERES RECREATIVOS Y DE DESARROLLO

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

Nombre	MONSALVE GUAJARDO ISAIAS		
RUT	[REDACTED]	Período del Contrato	01/05 - 30/11 2025

ID	Nombre Taller	Horario 1	Horario 2	Lugar de Ejecución	Asistentes
T.1	ACONDICIONAMIENTO FISICO	MAR 09:00-10:00	JUE 09:00-10:00	JUAN DE AUSTRIA 1539	8
T.2	ACONDICIONAMIENTO FISICO	MAR 13:30-14:30	JUE 13:30-14:30	JUAN DE AUSTRIA 1539	6
T.3	GIMNASIA MUSCULACION	LUN 09:00-10:00	MIE 09:00-10:00	TOLTEN 8115	8
T.4	GIMNASIA MUSCULACION	LUN 10:15-11:15	MIE 10:15-11:15	TOLTEN 8115	7
T.5	GIMNASIA MUSCULACION	MAR 10:30-11:30	JUE 10:30-11:30	TOLTEN 8115	6

ID	Descripción de Actividades (Ver ID del Taller)
T.1	Realizan calentamiento, trabajo Aeróbico (baile entretenido). Fuerza de piernas y abdominales. Trabajo de elongación.
T.2	Realizan calentamiento, trabajo Aeróbico (baile entretenido). Fuerza de brazos y trabajo abdominal. Trabajo de equilibrio y relajación.
T.3	Trabajo de calentamiento, utilizando maquina trotadora y bicicleta. Trabajan fuerza de piernas y abdominal. Trabajo de elongación y vuelta a la calma.
T.4	Trabajo Aeróbico, utilizando maquina trotadora y bicicleta. Trabajan distintos Grupos musculares Trabajo de movilidad articular y elongación
T.5	Trabajo Aeróbico, baile entretenido. Trabajan de piernas en bicicleta y trotadora. Trabajo de equilibrio y relajación.

Firma prestador de los servicios	
---	--

MEDIOS DE VERIFICACIÓN:

Se debe especificar el taller correspondiente al medio de verificación.

ID TALLER:

MEDIO DE VERIFICACIÓN:

T1:



T2:



T3:



T4:



T5:

