

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

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

Nombre	POLANCO FREDES ANTUAN		
RUT	[REDACTED]	Periodo del Contrato	01/05 - 30/11 2025

ID	Nombre Taller	Horario 1	Horario 2	Lugar de Ejecución	Asistentes
T.1	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	MAR 12:30-13:30	JUE 12:30-13:30	CHESTERTON 7159	6
T.2	ESTIMULACION COGNITIVA Y SENSORIAL	LUN 11:15-13:15	—	DRA. ELOISA DIAZ 6471	7
T.3	GIMNASIA KINESICA	LUN 10:10-11:10	MIE 10:10-11:10	DRA. ELOISA DIAZ 6471	6
T.4	GIMNASIA KINESICA	MAR 11:00-12:00	JUE 11:00-12:00	MONROE 8484	6
T.5	GIMNASIA KINESICA	MAR 15:30-16:30	JUE 15:30-16:30	CURACO 1886(CAM EL CANELO)	8

ID	Descripción de Actividades (Ver ID del Taller)
T.1	El fundamento de nuestras clases en este mes, ha sido trabajar la resistencia cardiovascular y ejercicios de psicomotricidad, de pie, en silla y barra, con diversos materiales, incluyendo siempre al inicio y final de clases elongación y articulación.
T.2	proceso diseñado para mejorar funciones cerebrales clave como la memoria, la atención, el lenguaje, la resolución de problemas y la planificación. Y nos centraremos en ejercicios prácticos que nos ayudarán a mantener nuestra mente activa y ágil.
T.3	Las clases son totalmente adaptadas para cada alumna, realizamos ejercicios dinámicos y estáticos en silla, de pie y la barra, hacemos ej con caminatas, así fortalecemos zonas débiles musculares, agregamos, trabajamos agilidad, coordinación y control corporal
T.4	Nuestras clases son totalmente adaptadas para cada alumna, fortaleciendo todas las zonas musculares a través de diversos tipos de ejercicios, como de pie, con muralla, silla, balón grande, ejercicios específicos para fortalecer brazos y piernas.
T.5	El taller principalmente debe trabajar, lesiones, fortalecimiento muscular y articulares elongando y articulando al inicio y final, el cual previene lesiones, trabajamos con balón pequeño, mancuernas, silla, pedalera para el cardio, cubos y varas.

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	POLANCO FREDES ANTUAN		
RUT	██████████	Período del Contrato	01/05 - 30/11 2025

ID	Nombre Taller	Horario 1	Horario 2	Lugar de Ejecución	Asistentes
T.6	PILATES	MAR 09:45-10:45	JUE 09:45-10:45	MONROE 8484	6
T.7	-	---	---	---	
T.8	-	---	---	---	
T.9	-	---	---	---	
T.10	-	---	---	---	

ID	Descripción de Actividades (Ver ID del Taller)
T.6	Pilates , trabaja al inicio y final con extensa elongación y articulación, fundamentos de clases, ejercicios a fondo de abdomen,pierna y glúteo (G.A.P),realizamos en colchonetas o mat, piso, en silla, muralla, de pie, dando énfasis a la resistencia, con diversos ejercicios.
T.7	
T.8	
T.9	
T.10	

