



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

| Mes | OCTUBRE | |
|-----|---------|--|
|-----|---------|--|

| | | |
|--------|-------------------------------|---|
| 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.1 | YOGA BASICO | LUN 10:20-11:20 | VIE 10:20-11:20 | APOQUINDO 9082 CAM LOS DOMINICOS | 7 |
| T.2 | YOGA EN SILLA | LUN 12:45-13:45 | MIE 14:30-15:30 | APOQUINDO 9082 CAM LOS DOMINICOS | 9 |
| T.3 | YOGA EN SILLA | LUN 09:00-10:00 | VIE 09:00-10:00 | CURACAO 1886(CAM EL CANELO) | 6 |
| T.4 | YOGA TERAPEUTICO BASICO | LUN 14:40-15:40 | JUE 14:40-15:40 | MARTIN DE ZAMORA 4571(GIMNASIO MARTIN DE ZAMORA) | 8 |
| T.5 | YOGA TERAPEUTICO BASICO | LUN 15:50-16:50 | JUE 15:50-16:50 | MARTIN DE ZAMORA 4571(GIMNASIO MARTIN DE ZAMORA) | 11 |

| ID | Descripción de Actividades (Ver ID del Taller) |
|-----|---|
| T.1 | Posturas de pie y trabajo de brazos, para mejorar la postura corporal. Semi intención para obtener los beneficios en el sistema endocrino y circulatorio. Pranayama (ejercicio de respiración) para trabajar el sistema nervioso. |
| T.2 | Posturas de pie con Ayuda de la silla, posturas de equilibrio con Ayuda de la silla. Fortalecimiento de piernas. Meditación guiada y pranayama para trabajar el sistema nervioso. |
| T.3 | Saltos al suelo con silla y torsiones sentados. Se busca mejorar coordinación y trabajar la memoria. A través que mejoramos con las torsiones el funcionamiento del sistema digestivo. Meditación guiada y pranayama para trabajar el sistema nervioso. |
| T.4 | Saltos al suelo y posturas de equilibrio para fortalecer piernas, tobillos y talones, al mismo tiempo de fortalecer caderas. Se utilizan paños según la necesidad de cada practicante. Pranayama. |
| T.5 | Trabajo de Hombros y dorsal para el mejor funcionamiento de corazón, pulmones y diafragma. Además de aliviar dolor lumbar, muy común en los practicantes. Utilización de paños, según necesidad de cada uno. |

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



LAS CONDES
MUNICIPALIDAD

DIRECCIÓN DE DESARROLLO COMUNITARIO
DEPARTAMENTO DE GESTIÓN DE TALLERES

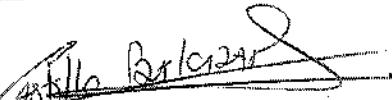
INFORME DE ACTIVIDADES MENSUAL DE PROFESOR DE TALLER
PROGRAMA TALLERES RECREATIVOS Y DE DESARROLLO

| Mes | OCTUBRE |
|-----|---------|
|-----|---------|

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

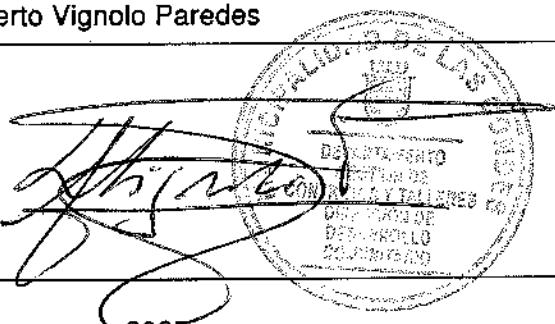
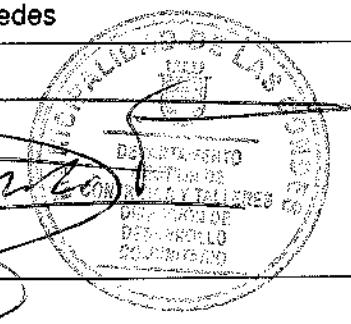
| ID | Nombre Taller | Horario 1 | Horario 2 | Lugar de Ejecución | Asistentes |
|-----|-----------------------------|-----------------|-----------------|--|------------|
| T.6 | YOGA TERAPEUTICO INTERMEDIO | MIE 12:50-13:50 | VIE 12:50-13:50 | CURACO 1886(CAM EL CANELO) | 8 |
| T.7 | YOGA TERAPEUTICO INTERMEDIO | LUN 11:30-12:30 | JUE 11:30-12:30 | APOQUINDO 9082 CAM LOS DOMINICOS | 6 |
| T.8 | YOGA TERAPEUTICO INTERMEDIO | MIE 11:30-12:30 | VIE 11:30-12:30 | MARTIN DE ZAMORA 4571(GIMNASIO MARTIN DE ZAMORA) | 8 |
| T.9 | YOGA Y MEDITACION | MAR 12:45-13:45 | JUE 12:45-13:45 | CURACO 1886(CAM EL CANELO) | 6 |

| ID | Descripción de Actividades (Ver ID del Taller) |
|-----|--|
| T.6 | Según los patologías de los practicantes, trabajamos el enfoque de cada práctica. Específicamente, dolor de cuello, dolor lumbar, etc. Pranayama y meditación guida al final de cada práctica. |
| T.7 | Trabajo de brazos, dorsal, cuello con ayuda de props, según la necesidad de cada practicante. Sesiones semi intensivas con ayuda de la silla. Pranayama y meditación guida. |
| T.8 | Trabajo de caderas, para fortalecer la entrada de la cadera del fémur en su articulación. Además del equilibrio y tensiones suaves. Pranayama y meditación guida. |
| T.9 | Saltos al azar, fortalecer de piernas, coordinación. Trabajo de caderas y equilibrio. Además de los últimos 20 min de cada clase dedicados a la práctica de meditación tibetana. |

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

El jefe del Departamento de Gestión de Talleres, de la Municipalidad de Las Condes, que firma al pie del presente informe, certifica y acredita fehacientemente que el/la Sr/a. CASTILLO BALCAZAR INES, RUT: [REDACTED] dio cabal cumplimiento durante el mes OCTUBRE de 2025, a la función a honorarios para el cual fue contratado de acuerdo al respectivo contrato a honorarios, con cargo al Programa TALLERES RECREATIVOS Y DE DESARROLLO 2025.

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 OCTUBRE 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. CASTILLO BALCAZAR INES.

| | |
|-------------------------------------|--|
| Nombre Jefe de Departamento | Roberto Vignolo Paredes |
| Firma y timbre Jefe de Departamento |   |

Las Condes, OCTUBRE
mes de 2025 año