

repetido

✓


INFORME DE ACTIVIDADES MENSUAL DE PROFESOR DE TALLER

PROGRAMA TALLERES RECREATIVOS Y DE DESARROLLO

Mes		OCTUBRE	
Nombre	HUNEEUS MARTINEZ SERGIO		
RUT	<div></div>	Período del Contrato	01/05 - 30/11 2025

ID	Nombre Taller	Horario 1	Horario 2	Lugar de Ejecución	Asistentes
T.1	CHI KUNG	LUN 15:30-16:30	MIE 15:30-16:30	REINA ASTRID 880	8
T.2	CHI KUNG	LUN 16:40-17:40	MIE 16:40-17:40	REINA ASTRID 880	6
T.3	CHI KUNG	MAR 09:00-10:00	JUE 09:00-10:00	CRISTOBAL COLON 7000 TORRE D	5
T.4	CHI KUNG	MAR 11:00-12:00	JUE 11:00-12:00	HERNANDO DE MAGALLANES 487	7
T.5	CHI KUNG	LUN 11:30-12:30	MIE 11:30-12:30	PAUL HARRIS 1000 (CC PADRE HURTADO)	9

ID	Descripción de Actividades (Ver ID del Taller)
T.1	Se ha trabajado en el jardín interior aprovechando el clima templado; esto facilita una buena experiencia de distensión a la vez que de fortalecimiento. Un buen jardín es un gran aliado. Los ejercicios son variados, nunca una sesión es igual a lo otra. Mediante movimientos corporales que activan distintas partes del cuerpo, particularmente la columna vertebral, se alivian tensiones, mejoran la coordinación, producen bienestar emocional, aclaran la mente y dan bienestar. La rutina cambia pero mantiene siempre ejercicios fáciles de seguir, algunos exigentes que activan el cuerpo y otros lentos que estimulan la atención.
T.2	En este período del año se trabaja un chi kung interactivo con la naturaleza. Los movimientos continuados son lentos, coordinados con la respiración y con la atención puesta en el entorno. Esto produce una gran calma y bienestar. Los ejercicios siguen una secuencia que se repite varias veces. Se produce bienestar, se eleva el nivel emocional, se corrigen dificultades de atención y memoria, se desarrolla la noción de energía en movimiento.
T.3	Se trata de un pequeño grupo muy motivado. Ejercitamos la coordinación, la relajación en movimiento, se pone la atención en distintas partes del cuerpo, la exigencia física es ajustada a las necesidades del grupo, se estimula la propiocepción por medio de movimientos coordinados de ejecución relativamente lenta. Cada ejercicio es separado del otro, pero cada uno se repite varias veces. Ninguna clase es igual a la otra, siempre hay distintos grupos de ejercicios.
T.4	Este grupo es sólo de adultos mayores. Practicamos siempre en el jardín. Muchos ejercicios permiten relacionarse con la naturaleza. Los ejercicios tienen un relativo nivel de exigencia y los alternamos con ejercicios suaves de atención refinada del movimiento. Se trabaja mucho la postura corporal, mediante la toma de consciencia de la distintas partes de la columna vertebral.
T.5	En este mes se ha seguido perfeccionando la secuencia de 24 posturas en movimiento. Se corrige la postura, la sincronización, el equilibrio, la respiración. El desafío de adueñarse de la secuencia se mantiene y varios ya se la saben de manera básica. El grupo es comprometido y se consiguen beneficios tanto físicos como mentales. Mejora la coordinación y la propiocepción.

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	OCTUBRE
-----	---------

Nombre	HUNEEUS MARTINEZ SERGIO		
RUT	<div></div>	Período del Contrato	01/05 - 30/11 2025

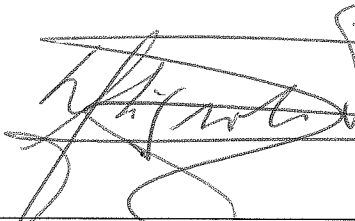

ID	Nombre Taller	Horario 1	Horario 2	Lugar de Ejecución	Asistentes
T.6	CHI KUNG	LUN 12:45-13:45	MIE 12:45-13:45	PAUL HARRIS 1000 (CC PADRE HURTADO)	7

ID	Descripción de Actividades (Ver ID del Taller)
T.6	Este es un grupo más avanzado, con a lo menos un año de práctica. El nivel de exigencia es mayor porque los movimientos son más elaborados y la secuencia que aprenden es más larga. Estamos trabajando la primera parte que consta de 56 posturas en movimiento secuencial. La expresión del cuerpo se sigue refinando, la memoria corporal se sigue desarrollando y el desafío es mayor. La exigencia física es menor que las exigencias de coordinación y de fluidez. El grupo es menor porque está en un segundo nivel pero es muy comprometido y cercano en su relación como grupo.

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. HUNEEUS MARTINEZ SERGIO, 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. HUNEEUS MARTINEZ SERGIO.

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

Las Condes,

OCTUBRE

Mes

de

2025

año