

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

Mes	SEPTIEMBRE
-----	------------

Nombre	DEMIAN HENRIQUEZ NATALIA		
RUT	██████████	Período del Contrato	01/05 - 30/11 2025

ID	Nombre Taller	Horario 1	Horario 2	Lugar de Ejecución	Asistentes
T.1	PILATES	MAR 15:15-16:15	JUE 15:15-16:15	██████████	6
T.2	PILATES	MAR 16:30-17:30	JUE 16:30-17:30	██████████	6
T.3	PILATES	MAR 11:20-12:20	JUE 11:20-12:20	██████████	6
T.4	PILATES	MAR 10:10-11:10	JUE 10:10-11:10	██████████	6
T.5	PILATES	MAR 09:00-10:00	JUE 09:00-10:00	██████████	7

ID	Descripción de Actividades (Ver ID del Taller)
T.1	Grupo curso nivel intermedio. Ejercicios para activación core, fortalecimiento muscular, corrección postural, y trabajo con implementos, especialmente con peso para aumentar masa muscular.
T.2	Ejercicios para grupo tercera edad con diferentes lesiones corporales, para fortalecer piso pélvico, corregir postura. Trabajo de equilibrio y estabilidad. Y principalmente aumentar movilidad y disminuir dolores (por lesiones)
T.3	Grupo tercera edad. Ejercicios destinados a prevenir lesiones fortaleciendo musculatura en general, siempre acompañados de respiración acorde al método. Buscando aumentar coordinación, flexibilidad, control y fluidez.
T.4	Trabajo para grupo tercera edad y variadas lesiones, para corregir problemas posturales, aumentar fuerza y resistencia muscular, movilidad articular. Disminuir dolores por lesiones.
T.5	Ejercicios nivel intermedio para incrementar fuerza muscular, coordinación, equilibrio y flexibilidad. Elongación axial para corregir problemas posturales. Ejercicios destinados a incrementar la concentración y coordinación.

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

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

Mes	SEPTIEMBRE
-----	------------

Nombre	DEMIAN HENRIQUEZ NATALIA		
RUT	██████████	Período del Contrato	01/05 - 30/11 2025

ID	Nombre Taller	Horario 1	Horario 2	Lugar de Ejecución	Asistentes
T.6	PILATES	MAR 17:40-18:40	JUE 17:40-18:40	██████████	6
T.7	PILATES	MAR 18:50-19:50	JUE 18:50-19:50	██████████	6
T.8	PILATES	LUN 13:15-14:15	MIE 13:15-14:15	██████████████████	5
T.9	PILATES	LUN 14:30-15:30	MIE 14:30-15:30	██████████████████	6
T.10	PILATES	LUN 15:45-16:45	MIE 15:45-16:45	██████████████████	6

ID	Descripción de Actividades (Ver ID del Taller)
T.6	Ejercicios de nivel intermedio destinados a liberar estrés, aumentar flexibilidad, elongación, con diferente implementación para hacer más amenas y dinámicas las clases. Promover la conciencia y autocuidado corporal
T.7	Grupo nivel intermedio-avanzado. Ejercicios destinados a aumentar fuerza y tonificación muscular, profundización core, respiración y corrección de postura.
T.8	Grupo nivel básico realizando ejercicios acordes al grupo etéreo. Incrementando coordinación, control, equilibrio y fuerza muscular.
T.9	Ejercicios para fortalecer cada segmento corporal, acompañados siempre de respiraciones conscientes. Elongaciones, estiramientos en pareja, para incrementar la flexibilidad. Activación core para trabajar cada grupo muscular, ejercicios Kegel (piso pélvico)
T.10	Ejercicios de respiraciones controladas para disminuir estrés y centramientos para aumentar la coordinación. Ejercicios para mejorar el tono muscular, estabilidad y resistencia.

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

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

Mes	SEPTIEMBRE
-----	------------

Nombre	DEMIAN HENRIQUEZ NATALIA		
RUT	██████████	Período del Contrato	01/05 - 30/11 2025

ID	Nombre Taller	Horario 1	Horario 2	Lugar de Ejecución	Asistentes
T.11	PILATES	LUN 18:15-19:15	MIE 18:15-19:15	██████████	6
T.12	PILATES	LUN 17:00-18:00	MIE 17:00-18:00	██████████	6
T.13	PILATES	MAR 12:30-13:30	JUE 12:30-13:30	██████████	4

ID	Descripción de Actividades (Ver ID del Taller)
T.11	Ejercicios nivel medio con diferentes implementos, para incrementar fuerza muscular control y fluidez. Activación del centro. Elongación axial
T.12	Ejercicios nivel medio para grupo con lesiones diversas, destinados a aliviar dolores, a incrementar equilibrio, estabilidad y control. Profundizar y concientizar el autocuidado para prevenir lesiones.
T.13	Ejercicios, estiramientos destinados a aumentar la flexibilidad en las alumnas. Fortalecimiento muscular general, incremento del fluidez y coordinación Como en todos los grupos corrección postural.

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. **DEMIAN HENRIQUEZ NATALIA**, RUT: [REDACTED], dio cabal cumplimiento durante el mes **SEPTIEMBRE 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 **SEPTIEMBRE de 2025** 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. **DEMIAN HENRIQUEZ NATALIA**.

Nombre Jefe de Departamento	ROBERTO VIGNOLO PAREDES
Firma y timbre Jefe Departamento	 

Las Condes,

SEPTIEMBRE

mes

de

2025

año