

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

Mes	DIF. AGOSTO Y MES SEPTIEMBRE
------------	-------------------------------------

Nombre	PINEDO NAVARRO MARIA		
RUT	[REDACTED]	Período del Contrato	01/05 - 30/11 2025

ID	Nombre Taller	Horario 1	Horario 2	Lugar de Ejecución	Asistentes
T.1	CHI CKUNG	LUN 18:30-19:30	MIE 18:30-19:30	JUAN DE AUSTRIA 1539	7
T.2	CHI KUNG	MIE 14:00-15:00	VIE 14:00-15:00	GLAMIS 3404	3
T.3	CHI KUNG	MAR 12:45-13:45	JUE 12:45-13:45	MARTIN DE ZAMORA 4571(GIMNASIO MARTIN DE ZAMORA)	9
T.4	CHI KUNG	MIE 16:00-17:00	VIE 16:00-17:00	ROSA O.HIGGINS 17(CAM ROSA OHIGGINS)	7
T.5	CHI KUNG	MAR 11:30-12:30	JUE 11:30-12:30	MARTIN DE ZAMORA 4571(GIMNASIO MARTIN DE ZAMORA)	14

ID	Descripción de Actividades (Ver ID del Taller)
T.1	Chi kung básico: Inicia con un calentamiento mediante movimientos rotatorios y estiramientos suaves. Durante este mes se revisan y corrigen los 18 ejercicios Lian Gong, orientados a flexibilizar y recuperar el rango de las principales articulaciones del cuerpo, fortaleciendo la musculatura lumbar y de piernas principalmente. Se comienza con el aprendizaje y práctica de la forma Luohan Kung, secuencia de movimientos que favorece los estados meditativos y de relajación, a la vez que estimula la circulación energética de los meridianos del cuerpo. Se realizan ejercicios de respiración consciente, los que mejoran la función respiratoria y cardiovascular.
T.2	Chi kung básico: Inicia con un calentamiento mediante movimientos rotatorios y estiramientos suaves. Durante este mes se revisan y corrigen los 18 ejercicios Lian Gong, orientados a flexibilizar y recuperar el rango de las principales articulaciones del cuerpo, fortaleciendo la musculatura lumbar y de piernas principalmente. Se comienza con el aprendizaje y práctica de la forma Luohan Kung, secuencia de movimientos que favorece los estados meditativos y de relajación, a la vez que estimula la circulación energética de los meridianos del cuerpo. Se realizan ejercicios de respiración consciente, los que mejoran la función respiratoria y cardiovascular.
T.3	Chi kung básico: Inicia con un calentamiento mediante movimientos rotatorios y estiramientos suaves. Durante este mes se revisan y corrigen los 18 ejercicios Lian Gong, orientados a flexibilizar y recuperar el rango de las principales articulaciones del cuerpo, fortaleciendo la musculatura lumbar y de piernas principalmente. Se comienza con el aprendizaje y práctica de la forma Luohan Kung, secuencia de movimientos que favorece los estados meditativos y de relajación, a la vez que estimula la circulación energética de los meridianos del cuerpo. Se realizan ejercicios de respiración consciente, los que mejoran la función respiratoria y cardiovascular.
T.4	Chi kung intermedio: Inicia con un calentamiento mediante movimientos rotatorios y estiramientos suaves. Durante este mes comenzamos el "Desafío Lian Gong", propuesta que invita a los alumnos a realizar diariamente (en sus casas, de manera individual), la práctica de los 18 ejercicios Lian Gong. Para ello se les entrega material audiovisual vía whatsapp. Se avanza con la práctica de la Forma Luohan Kung orientada a mejorar la flexibilidad, la capacidad respiratoria y la quietud mental. Revisamos los conceptos de Puertas de Energía, Centros de Energía y San Jiao y las respiraciones asociadas a cada uno.
T.5	Chi kung intermedio: Inicia con un calentamiento mediante movimientos rotatorios y estiramientos suaves. Durante este mes comenzamos el "Desafío Lian Gong", propuesta que invita a los alumnos a realizar diariamente (en sus casas, de manera individual), la práctica de los 18 ejercicios Lian Gong. Para ello se les entrega material audiovisual vía whatsapp. Se avanza con la práctica de la Forma Luohan Kung orientada a mejorar la flexibilidad, la capacidad respiratoria y la quietud mental. Revisamos los conceptos de Puertas de Energía, Centros de Energía y San Jiao y las respiraciones asociadas a cada uno.

Firma prestador de los servicios	<i>Beaty Pinedo N.</i>
----------------------------------	------------------------

DIRECCIÓN DE DESARROLLO COMUNITARIO
DEPARTAMENTO DE GESTIÓN DE TALLERES

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

Mes	DIF. AGOSTO Y MES SEPTIEMBRE
-----	------------------------------

Nombre	PINEDO NAVARRO MARIA		
RUT		Período del Contrato	01/05 - 30/11 2025

ID	Nombre Taller	Horario 1	Horario 2	Lugar de Ejecución	Asistentes
T.6	CHI KUNG BASICO	LUN 10:00-11:00	VIE 10:00-11:00	CURACO 1886(CAM EL CANELO)	6

ID	Descripción de Actividades (Ver ID del Taller)
T.6	Chi kung básico: El taller comienza el 18 de agosto. Durante este 1er mes se realizó una clase teórica para entregar los lineamientos del taller y conceptos básicos de la práctica del Chi kung, como parte de la Medicina Tradicional China, y orientado a recuperar y mantener la salud del cuerpo físico, cuerpo energético y cuerpo mental-emocional. Las clases comienzan con un calentamiento suave para evitar lesiones y para estimular la circulación energética de los meridianos del cuerpo. Se enseñan los primeros ejercicios Lian Gong y respiraciones conscientes básicas.

Firma prestador de los servicios	Beaty Pinedo N.
----------------------------------	-----------------

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. PINEDO NAVARRO MARIA BEATRIZ, RUT: [REDACTED], dio cabal cumplimiento durante la diferencia del mes de AGOSTO y el mes de 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 de la diferencia del mes de AGOSTO y el mes de SEPTIEMBRE 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. PINEDO NAVARRO MARIA BEATRIZ.

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

Las Condes, SEPTIEMBRE de 2025
mes año