

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

Mes	ABRIL
------------	--------------

Nombre	CACERES VALDIVIA RODRIGO		
RUT	[REDACTED]	Período del Contrato	16/03 - 30/11 2026

ID	Nombre Taller	Horario 1	Horario 2	Lugar de Ejecución	Asistentes
T.1	PILATES	MIE 17:15-18:15	VIE 09:00-10:00	LAS VERBENAS 9191	7
T.2	ACONDICIONAMIENTO FISICO	MIE 11:30-12:30	JUE 11:30-12:30	LAS VERBENAS 9191	8
T.3	GIMNASIA ADULTO MAYOR	MAR 09:00-10:00	JUE 09:00-10:00	PAUL HARRIS 1558	5
T.4	GIMNASIA ADULTO MAYOR	MIE 10:00-11:00	VIE 11:30-12:30	PAUL HARRIS 1558	6
T.5	PILATES	MAR 11:30-12:30	VIE 10:15-11:15	LAS VERBENAS 9191	6

ID	Descripción de Actividades (Ver ID del Taller)
T.1	Se realizan secuencias de ejercicios tendientes al desarrollo de la conciencia corporal y control motor, enfocados en la movilización voluntaria y consiente de las diferentes articulaciones y segmentos. Con ayuda de estímulos elásticos o cargas externas procuramos estimular el fortalecimiento y mantenimiento de la masa muscular y flexibilidad. Se propone y acuerda aumentar la intensidad de las rutinas con la incorporación de pesas de tobillo a partir del mes de mayo.
T.2	Segundo mes de nivelación física. Se trabaja sobre la base aeróbica del grupo con sus diferentes puntos de partida, basándose en rutinas estructuradas por tiempo, en busca de fortalecimiento general de los grupos musculares centrales. Además, se plantea un día específico para prevención de lesiones realizando estabilización articular por medio del trabajo de la musculatura accesoria en movimientos de tracción, empuje y rotación.
T.3	Ejecución de rutinas en secuencia de ejercicios, enfocadas en desarrollo de la estabilidad articular, coordinación y estabilidad dinámica general con ayuda de resistencias elásticas, cargas externas y peso corporal. Además, se fomenta el mantenimiento de la masa muscular y densidad ósea con entrenamiento de fuerza específica en gimnasio, con ejercicios básicos y cargas en aumento progresivo respetando las particularidades de movimiento de cada alumno/a.
T.4	Ejecución de rutinas en secuencia de ejercicios, enfocadas en desarrollo de la estabilidad articular, coordinación y estabilidad dinámica general con ayuda de resistencias elásticas, cargas externas y peso corporal. Además, se fomenta el mantenimiento de la masa muscular y densidad ósea con entrenamiento de fuerza específica en gimnasio, con ejercicios básicos y cargas en aumento progresivo respetando las particularidades de movimiento de cada alumno/a.
T.5	Se realizan secuencias de ejercicios tendientes al desarrollo de la conciencia corporal y control motor, enfocados en la movilización voluntaria y consiente de las diferentes articulaciones y segmentos. Con ayuda de estímulos elásticos o cargas externas procuramos estimular el fortalecimiento y mantenimiento de la masa muscular y flexibilidad. Se propone y acuerda aumentar la intensidad de las rutinas con la incorporación de pesas de tobillo a partir del mes de mayo.

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	ABRIL
------------	--------------

Nombre	CACERES VALDIVIA RODRIGO		
RUT	[REDACTED]	Período del Contrato	16/03 - 30/11 2026



ID	Nombre Taller	Horario 1	Horario 2	Lugar de Ejecución	Asistentes
T.6	PILATES	MAR 16:00- 17:00	JUE 16:00- 17:00	LAS VERBENAS 9191	7

ID	Descripción de Actividades (Ver ID del Taller)
T.6	Se realizan secuencias de ejercicios tendientes al desarrollo de la conciencia corporal y control motor, enfocados en la movilización voluntaria y consiente de las diferentes articulaciones y segmentos. Con ayuda de estímulos elásticos o cargas externas procuramos estimular el fortalecimiento y mantenimiento de la masa muscular y flexibilidad. Se propone y acuerda aumentar la intensidad de las rutinas con la incorporación de pesas de tobillo a partir del mes de mayo.

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. CACERES VALDIVIA RODRIGO, RUT: [REDACTED] dio cabal cumplimiento durante el mes ABRIL de 2026, a la prestación de servicios a honorarios para el cual fue contratado de acuerdo al respectivo contrato a honorarios, con cargo al Programa TALLERES RECREATIVOS Y DE DESARROLLO 2026.

Asimismo, apruebo el presente informe mensual de actividades realizadas para el cumplimiento de la prestación de servicios 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 prestación de servicios conforme al contrato; en la fidelidad del contenido del Informe Mensual del mes de ABRIL de 2026; 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. CACERES VALDIVIA RODRIGO.

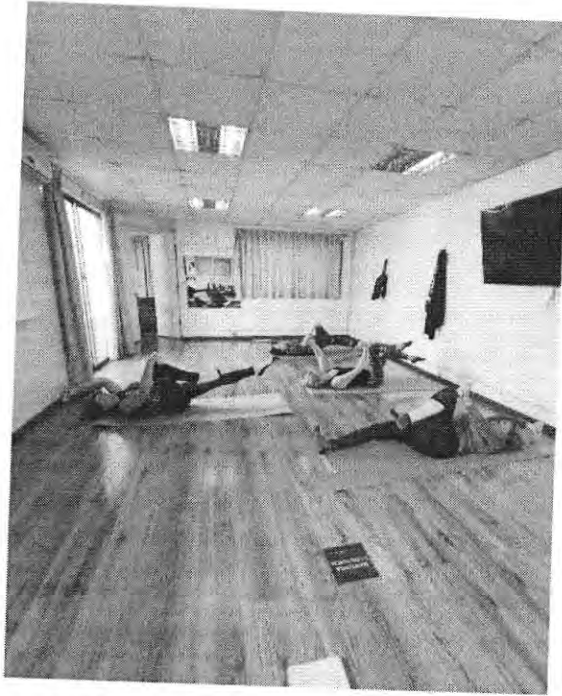
Nombre Jefe de Departamento	Roberto Vignolo Paredes
Firma y timbre Jefe de Departamento	 


V°B° DIRECTORA DE DESARROLLO COMUNITARIO
SANDRA FUENTES MELO

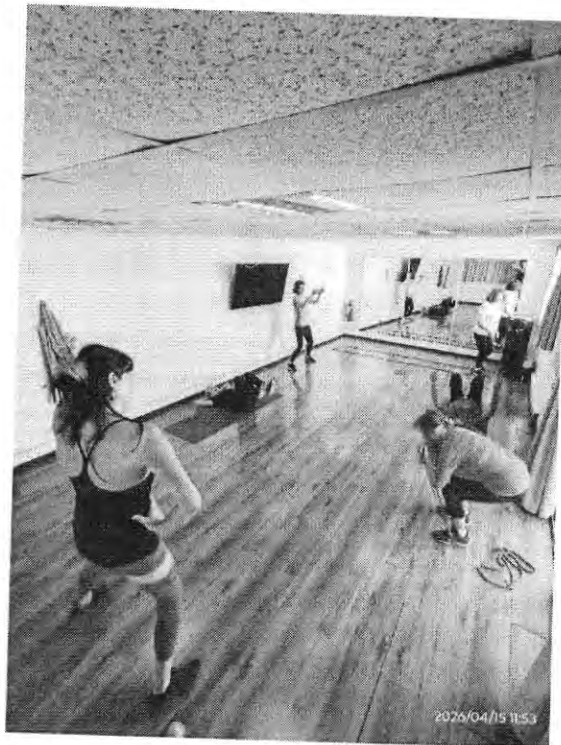

MEDIOS DE VERIFICACIÓN:

Se debe especificar el taller correspondiente al medio de verificación.

Pilates Auco mie17:15/vie9:00



Acondicionamiento Físico Auco mie/jue11:30



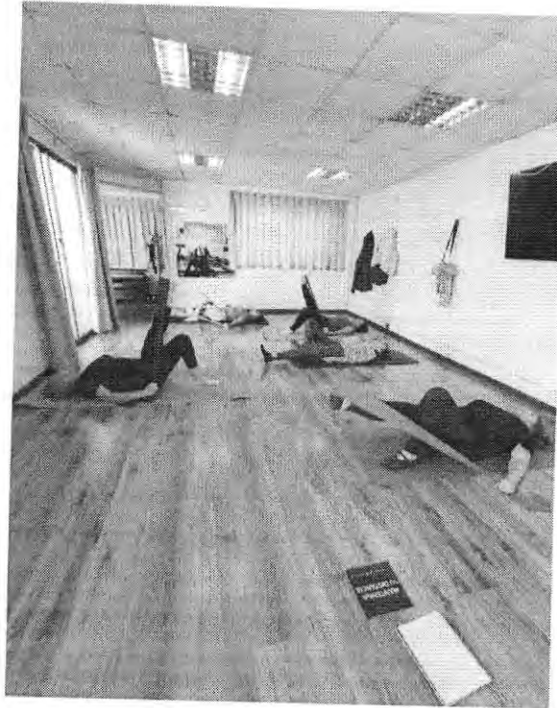
Gimnasia adulto mayor V. Apoquindo Oriente mar/jue9:00



Gimnasia adulto mayor V. Apoquindo Oriente mie10:00/vie11:30



Pilates Auco mar11:30/vie10:00



Pilates Auco mar/jue16:00

