

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

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

Nombre	JARA IBARRA MANUELA		
RUT	[REDACTED]	Periodo del Contrato	16/03 - 30/11 2026

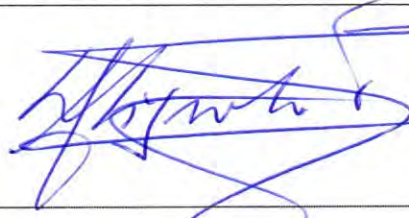

ID	Nombre Taller	Horario 1	Horario 2	Lugar de Ejecución	Asistentes
T.1	PILATES	LUN 09:00-10:00	MIE 09:00-10:00	VILANOVA 505	6
T.2	PILATES	LUN 10:30-11:30	MIE 10:30-11:30	PAUL HARRIS 1000 CC PADRE HURTADO	6
T.3	PILATES	MAR 09:00-10:00	JUE 09:00-10:00	PAUL HARRIS 1000 CC PADRE HURTADO	5
T.4	PILATES	MAR 10:15-11:15	JUE 10:15-11:15	PAUL HARRIS 1000 CC PADRE HURTADO	6
T.5	PILATES	MAR 11:30-12:30	JUE 11:30-12:30	PAUL HARRIS 1000 CC PADRE HURTADO	8

ID	Descripción de Actividades (Ver ID del Taller)
T.1	Desarrollo de clases de Pilates dirigidas a un grupo heterogéneo pero no tan activo, por esto es importante orientar a mejorar movilidad articular, flexibilidad, re educar postura y fortalecimiento muscular. Se promovió la actividad más de fortalecimiento funcional para avanzar gradualmente en una mejor calidad muscular, pero mas importante es prevención de dolores y ayuda con dolores recurrentes por posturas y tensiones diarias. En el grupo hay compañerismo, compañía y cariño, mucho respeto y buena onda lo que favorece el sentido de pertenencia.
T.2	Ejecución de sesiones de Pilates enfocadas en fortalecer musculatura profunda, mejorar coordinación motora y flexibilidad general. Se realizaron adaptaciones según condición física de los participantes, favoreciendo bienestar y calidad de vida. Es un grupo principalmente de adultos mayores y de mujeres de mediana edad que buscan bienestar y pertenencia, ya varios llegan mucho tiempo en el curso lo que da una continuidad a la actividad muy relevante en sus vidas.
T.3	Este es un grupo que viene con una base de dominio medio de la técnica lo que nos permite profundizar más en fluidez, trabajo de fuerza funcional multiarticular y algunos avances es mezclar mas de un implemento por integrante del curso. En general y en este grupo, se observa entusiasmo y compromiso.
T.4	Realización de clases grupales con énfasis en conciencia corporal, respiración guiada, movilidad de columna y estabilidad corporal. Se incentivó la participación constante y hábitos saludables en los asistentes. Hemos ido avanzando en la comprensión de los principios de la técnica que favorecen al control, postura, flexibilidad y fuerza, desde el reconocimiento de la conexión del sistema nervioso con la ejecución de los movimientos, también con estrategias de calma al sistema neuromotor. Se favorece al desarrollo de la comunidad y la compañía sana.
T.5	Impartición de clases de Pilates destinadas a reducir rigidez muscular, mejorar postura, coordinación y capacidad funcional. Se busca incentivar el vínculo grupal y la continuidad en la práctica de actividad física regular. Establecer una cercanía y asimilación de la técnica para poder progresar en la salud del cuerpo y mente, con la facilitación de un espacio seguro y con ejercicios somáticos que impulsan el relaxo, la calma y el optimismo biológico.

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. JARA IBARRA MANUELA, 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. JARA IBARRA MANUELA .

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


V°B° DIRECTORA DE DESARROLLO COMUNITARIO
SANDRA FUENTES MELO



Las Condes, ABRIL de 2026
mes años

