

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

Mes	AGOSTO
------------	---------------

Nombre	MANSO CARVAJAL CAROLINA MABEL		
RUT	[REDACTED]	Período del Contrato	16/03 - 30/11 2026

ID	Nombre Taller	Horario 1	Horario 2	Lugar de Ejecución	Asistentes
T.1	INTELIGENCIA EMOCIONAL BASICO	MAR 14:30-16:30	---	MONROE 8484	1
T.2	DESARROLLO PERSONAL	VIE 11:30-13:30	---	LEONARDO DA VINCI 7533	3
T.3	YOGA INTERMEDIO	LUN 09:00-10:00	VIE 09:00-10:00	LEONARDO DA VINCI 7533	2
T.4	YOGA BASICO	MAR 10:15-11:15	JUE 10:15-11:15	LEONARDO DA VINCI 7533	3
T.5	YOGA TERAPEUTICO BASICO	LUN 15:00-16:00	VIE 15:00-16:00	MONROE 8484	6

ID	Descripción de Actividades (Ver ID del Taller)
T.1	A través del video de Mario Alonso Puig "Celebrar la vida cada día es realmente importante" Reflexiones sobre el duelo. Se intenta entrar en este tema tan delicado y emotivo como es "El Duelo", se relataron experiencias, cómo me sentí, qué pensé, con la perspectiva que me da el tiempo transcurrido... qué entiendo y aprendo de esa pérdida?
T.2	Al comenzar cada clase realizamos meditaciones guiadas: "El Faro", "La manera amable de darse cuenta" y "Práctica para soltar y sentir paz". A través del video de Mario Alonso Puig "Celebrar la vida cada día es realmente importante. Reflexiones sobre el duelo". Se intenta entrar en este tema tan delicado y emotivo como es "El Duelo", se relataron experiencias, cómo me sentí, qué pensé, con la perspectiva que me da el tiempo transcurrido... qué entiendo y aprendo de esa pérdida?
T.3	Se realizaron diferentes series de Yoga más dinámico como Namaskar o saludo a la tierra y series de Power Yoga para practicar fuerza de piernas, brazos, espalda, abdominales, etc. Se comenzó de igual forma con 15 minutos de calentamiento, practicando la serie por 30 minutos más ejercicios de circulación de piernas, y para finalizar 15 minutos de relajación, con el apoyo de sonoterapia con cuencos tibetanos, tingshas tibetanas y Zenergy Chime.
T.4	Se realizaron diferentes series de Yoga más dinámico como Namaskar o saludo a la tierra y series de Power Yoga para practicar fuerza de piernas, brazos, espalda, abdominales, etc. Se comenzó de igual forma con 15 minutos de calentamiento, practicando la serie por 30 minutos más ejercicios de circulación de piernas, y para finalizar 15 minutos de relajación, con el apoyo de sonoterapia con cuencos tibetanos, tingshas tibetanas y Zenergy Chime.
T.5	Se realizaron series de elongación, torsión y activación de la musculatura, con bajo impacto y ritmo, realizando pausas y cuidando el cuerpo y la sensibilidad de las personas que asisten al taller. Se estimula la expresión y la comunicación a través de la conversación y la alegría. Se comenzó de igual forma con 15 minutos de calentamiento, practicando la serie por 30 minutos, para finalizar con una relajación por 15 minutos con el apoyo de sonoterapia con cuencos tibetanos, tingshas tibetanas, Zenergy Chime y visualizaciones.

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

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

Mes	AGOSTO
------------	---------------

Nombre	MANSO CARVAJAL CAROLINA MABEL		
RUT	[REDACTED]	Período del Contrato	16/03 - 30/11 2026

ID	Nombre Taller	Horario 1	Horario 2	Lugar de Ejecución	Asistentes
T.6	YOGA BASICO	MIE 09:30-10:30	VIE 10:15-11:15	LEONARDO DA VINCI 7533	5
T.7	YOGA BASICO	LUN 18:00-19:00	MIE 18:00-19:00	NEVERIA 4698	4
T.8	YOGA BASICO	MAR 09:00-10:00	JUE 09:00-10:00	LEONARDO DA VINCI 7533	5
T.9	YOGA EN SILLA	LUN 11:15-12:15	MIE 11:15-12:15	NEVERIA 4698	4
T.10	YOGA BASICO	LUN 12:30-13:30	MIE 12:30-13:30	NEVERIA 4698	3

ID	Descripción de Actividades (Ver ID del Taller)
T.6	Se realizaron diferentes series de Yoga más dinámico como Namaskar o saludo a la tierra y series de Power Yoga para practicar fuerza de piernas, brazos, espalda, abdominales, etc. Se comenzó de igual forma con 15 minutos de calentamiento, practicando la serie por 30 minutos más ejercicios de circulación de piernas, y para finalizar 15 minutos de relajación, con el apoyo de sonoterapia con cuencos tibetanos, tingshas tibetanas y Zenergy Chime.
T.7	Se realizaron diferentes series de Yoga más dinámico como Namaskar o saludo a la tierra y series de Power Yoga para practicar fuerza de piernas, brazos, espalda, abdominales, etc. Se comenzó de igual forma con 15 minutos de calentamiento, practicando la serie por 30 minutos más ejercicios de circulación de piernas, y para finalizar 15 minutos de relajación, con el apoyo de sonoterapia con cuencos tibetanos, tingshas tibetanas y Zenergy Chime.
T.8	Se realizaron diferentes series de Yoga más dinámico como Namaskar o saludo a la tierra y series de Power Yoga para practicar fuerza de piernas, brazos, espalda, abdominales, etc. Se comenzó de igual forma con 15 minutos de calentamiento, practicando la serie por 30 minutos más ejercicios de circulación de piernas, y para finalizar 15 minutos de relajación, con el apoyo de sonoterapia con cuencos tibetanos, tingshas tibetanas y Zenergy Chime.
T.9	Yoga en silla con posturas de elongación, estiramiento, torsión y trabajo de musculatura tanto de espalda, brazos, como de abdomen, piernas y glúteos. Todas ellas utilizando la silla como apoyo. Se comenzó de igual forma con 15 minutos de calentamiento, practicando la serie por 30 minutos, para finalizar con una relajación por 15 minutos (con las pantorrillas en el sillín), apoyo de sonoterapia con cuencos tibetanos, tingshas tibetanas, Zenergy Chime y visualizaciones.
T.10	Alumnas integrantes del taller prefieren realizar Yoga en silla con posturas de elongación, estiramiento, torsión y trabajo de musculatura tanto de espalda, brazos, como de abdomen, piernas y glúteos. Todas ellas utilizando la silla como apoyo. Se comenzó de igual forma con 15 minutos de calentamiento, practicando la serie por 30 minutos, para finalizar con una relajación por 15 minutos (con las pantorrillas en el sillín), apoyo de sonoterapia con cuencos tibetanos, tingshas tibetanas, Zenergy Chime y visualizaciones.

Firma prestador de los servicios	
---	--

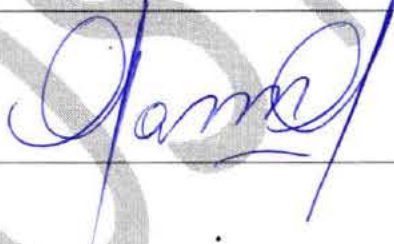
INFORME DE ACTIVIDADES MENSUAL DE PROFESOR DE TALLER
PROGRAMA TALLERES RECREATIVOS Y DE DESARROLLO

Mes	AGOSTO
-----	--------

Nombre	MANSO CARVAJAL CAROLINA MABEL		
RUT	██████████	Período del Contrato	16/03 - 30/11 2026

ID	Nombre Taller	Horario 1	Horario 2	Lugar de Ejecución	Asistentes
T.11	YOGA BASICO	LUN 16:10-17:10	MIE 16:10-17:10	LEONARDO DA VINCI 7533	2

ID	Descripción de Actividades (Ver ID del Taller)
T.11	En consideración a los integrantes de este grupo, se mantiene Yoga en silla que les da seguridad y apoyo, propiciando posturas de elongación, estiramiento, torsión y trabajo de musculatura tanto de espalda, brazos, como de piernas, glúteos y abdomen. Se comenzó de igual forma con 15 minutos de calentamiento, practicando la serie por 30 minutos, para finalizar con una relajación por 15 minutos recostados o sentados, con apoyo de sonoterapia con cuencos tibetanos, tingshas tibetanas, Zenergy Chime y visualizaciones.

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

El jefe (S) 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. MANSO CARVAJAL CAROLINA MABEL, RUT: [REDACTED] dio cabal cumplimiento durante el mes AGOSTO 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 AGOSTO 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. MANSO CARVAJAL CAROLINA MABEL.

Nombre Jefe (S) de Departamento	Lorena Rivera Silva
Firma y timbre Jefe (S) de Departamento	 


VºBº DIRECTORA DE DESARROLLO COMUNITARIO
SANDRA FUENTES MELO



Las Condes, AGOSTO de 2026
mes año

REGISTRO DE ASISTENCIA DEL ALUMNO

TALLER

PROFESOR

PROGRAMA

Yoga Básico
Carolina Mungo

FECHA

18-8-2026

HORARIO

9:00 - 10:00

14 Agosto

FIRMA

NOMBRE

David Alvarado

del Liceo

Angélica Zambora

Través del Centro Social A

Guía (Guía)

REGISTRO DE ASISTENCIA DEL ALUMNO

TALLER
PROFESOR
PROGRAMA

Yoga Básico
Carolina Maso

FECHA

20-8-2026

HORARIO

9:00 - 10:00

Turno

NOMBRE

1 Gloria Gómez C
2 Fabrice Bayard
3 María la Cruz Soler A
4 Ximeng Vasquez
5 Paulo Alcedo de

FIRMA

[Handwritten signature]