

INFORME DE ACTIVIDADES MENSUAL DE PROFESOR DE TALLER

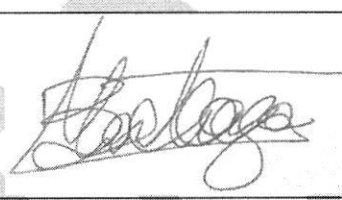
PROGRAMA TALLERES RECREATIVOS Y DE DESARROLLO

Mes		AGOSTO	
Nombre	MONTROYA ESCOBAR BELEN		
RUT		Período del Contrato	16/03 - 30/11 2026

ID	Nombre Taller	Horario 1	Horario 2	Lugar de Ejecución	Asistentes
T.1	GIMNASIA KINESICA	MIE 15:00-16:00	VIE 15:00-16:00	COLICHEO 1985	6
T.2	GIMNASIA KINESICA	MAR 16:45-17:45	JUE 16:45-17:45	COLICHEO 1985	6
T.3	GIMNASIA KINESICA	LUN 12:30-13:30	JUE 15:00-16:00	TOMAS MORO 1172	6
T.4	GIMNASIA KINESICA	MAR 11:15-12:15	JUE 11:15-12:15	KENNEDY 4917 EDIFICIO K1	5
T.5	GIMNASIA KINESICA	LUN 14:00-15:00	MIE 14:00-15:00	COLICHEO 1985	9

ID	Descripción de Actividades (Ver ID del Taller)
T.1	Taller grupal dirigido a personas mayores, centrado en el entrenamiento físico funcional y la progresión de las capacidades motoras mediante ejercicios terapéuticos adaptados. Las sesiones combinaron trabajo aeróbico con ejercicios de fuerza, movilidad articular, equilibrio y coordinación, utilizando circuitos para favorecer un trabajo dinámico y global. De manera progresiva se aumentó la cantidad de repeticiones y las cargas empleadas, ajustando la exigencia de acuerdo con el desempeño individual. Se incentivó el desarrollo de la resistencia, fuerza y estabilidad, contribuyendo a una mayor autonomía y confianza durante la ejecución de actividades físicas.
T.2	Taller de gimnasia kinésica para personas mayores, orientado al desarrollo integral de las capacidades físicas mediante ejercicios funcionales y progresivos. Durante el mes se realizaron circuitos que integraron estímulos cardiovasculares, fortalecimiento muscular, ejercicios de movilidad, equilibrio y coordinación motora. El entrenamiento presentó una progresión de la carga de trabajo, aumentando tanto las repeticiones como la resistencia utilizada en los ejercicios, según las posibilidades de cada participante. Se buscó potenciar la capacidad funcional, la resistencia al esfuerzo y el control del movimiento, promoviendo la participación y el mantenimiento de un estilo de vida activo y seguro.
T.3	Taller grupal de gimnasia kinésica para personas mayores, enfocado en mantener y potenciar la funcionalidad física a través de un programa de ejercicios progresivos. Durante las sesiones se efectuaron circuitos con actividades cardiovasculares y ejercicios destinados a mejorar la movilidad, fuerza muscular, equilibrio y coordinación. Se incrementó paulatinamente la demanda física mediante una mayor cantidad de repeticiones y utilización de cargas superiores, considerando las capacidades de cada participante. Se promovió la participación activa y el desarrollo de una mayor tolerancia al esfuerzo, contribuyendo al mantenimiento de la independencia y seguridad en el movimiento.

T.4	Taller de gimnasia kinésica dirigido a personas mayores, centrado en la progresión del entrenamiento físico mediante ejercicios funcionales de fortalecimiento, capacidad aeróbica, equilibrio y coordinación. Durante el mes se realizaron circuitos terapéuticos con incremento gradual de las repeticiones y de la exigencia física, favoreciendo la resistencia muscular, el control postural y la capacidad funcional. Se promovió la participación activa y la adaptación individual de las actividades, fortaleciendo la independencia y la confianza en el movimiento.
T.5	Taller de gimnasia kinésica dirigido a personas mayores, orientado durante el mes al fortalecimiento de la capacidad física y funcional mediante ejercicios adaptados a las características y necesidades de los participantes. Se desarrollaron circuitos de entrenamiento que incorporaron trabajo cardiovascular, movilidad articular, fortalecimiento muscular, equilibrio y coordinación motora. Se realizó una progresión del ejercicio mediante el aumento gradual de repeticiones y cargas, de acuerdo con la tolerancia individual. Las actividades buscaron favorecer la resistencia física, el control corporal y la autonomía funcional, promoviendo una práctica de ejercicio segura y progresiva.

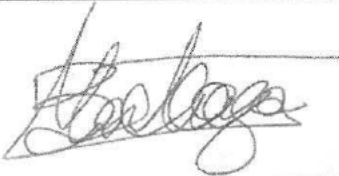
Firma prestador de los servicios	
----------------------------------	--

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

Mes		AGOSTO	
Nombre	MONTROYA ESCOBAR BELEN		
RUT		Período del Contrato	16/03 - 30/11 2026

ID	Nombre Taller	Horario 1	Horario 2	Lugar de Ejecución	Asistentes
T.6	GIMNASIA KINESICA	MAR 13:00-14:00	VIE 13:00-14:00	ALONSO DE CAMARGO 8671	4
T.7	GIMNASIA KINESICA	MAR 08:45-09:45	JUE 08:45-09:45	KENNEDY 4917 EDIFICIO K1	6
T.8	GIMNASIA KINESICA	LUN 17:00-18:00	VIE 17:00-18:00	KENNEDY 4917 EDIFICIO K1	3

ID	Descripción de Actividades (Ver ID del Taller)
T.6	Taller de gimnasia kinésica orientado a personas mayores, dando continuidad al trabajo de acondicionamiento físico y entrenamiento funcional desarrollado durante los meses anteriores. Las intervenciones contemplaron ejercicios cardiovasculares, movilidad, fortalecimiento de extremidades superiores e inferiores, equilibrio y coordinación motora, organizados principalmente mediante circuitos. Se incorporó una progresión en el volumen y la intensidad del ejercicio, aumentando repeticiones y cargas según la evolución y tolerancia de los participantes. Se favoreció la mejora de la capacidad física general, el control postural y la realización segura de movimientos funcionales.
T.7	Taller de gimnasia kinésica para personas mayores enfocado en la progresión del acondicionamiento físico, incorporando ejercicios cardiovasculares, fortalecimiento muscular y actividades de equilibrio y coordinación adaptadas al nivel funcional de los participantes. Las sesiones se desarrollaron mediante circuitos funcionales, incrementando de forma progresiva las repeticiones y la intensidad del trabajo, con el objetivo de mejorar la resistencia, estabilidad y desempeño motor. Se favoreció la participación constante y la independencia funcional, promoviendo un envejecimiento activo y saludable.
T.8	Taller grupal de gimnasia kinésica dirigido a personas mayores, enfocado al fortalecimiento muscular y entrenamiento funcional mediante ejercicios terapéuticos según el nivel de movilidad de los participantes. Durante las sesiones se realizaron actividades de cuerpo completo utilizando mancuernas, banda elástica y aro de pilates, incorporando trabajo de equilibrio estático y unipodal, coordinación motora y control postural en bipedestación. Se favoreció la participación activa, la autonomía funcional y la mantención de la movilidad, promoviendo un envejecimiento activo y seguro.

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. MONTROYA ESCOBAR BELEN, 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 función 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. MONTROYA ESCOBAR BELEN.

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


V°B° DIRECTORA DE DESARROLLO COMUNITARIO
SANDRA FUENTES MELO