

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

Mes	ENERO
-----	-------

Nombre	PINEDO NAVARRO MARIA		
RUT	██████████	Período del Contrato	01/01 - 31/01 2026

ID	Nombre Taller	Horario 1	Horario 2	Lugar de Ejecución	Asistentes
T.1	CHI KUNG	MIE 11:30-12:30	VIE 12:00-13:00	ROSA O.HIGGINS 17(CAM ROSA OHIGGINS)	10
T.2	CHI KUNG	MAR 10:15-11:15	JUE 10:15-11:15	CURACO 1888(CAM EL CANELO)	10

ID	Descripción de Actividades (Ver ID del Taller)
T.1	PROGRAMA DE 8 CLASES SE INICIA CON LA REVISIÓN DE LAS PRINCIPALES BASES TEÓRICAS DE LA PRÁCTICA DEL CHI KUNG Y SU IMPACTO EN LA SALUD Y BIENESTAR FÍSICO, ENERGÉTICO Y MENTAL-EMOCIONAL DE LAS PERSONAS. CADA CLASE PRÁCTICA COMIENZA CON UN SUAVE CALENTAMIENTO CORPORAL DE MANERA DE PREPARAR EL CUERPO PARA UNA PRÁCTICA FÍSICA SEGURA. A CONTINUACIÓN SE REALIZAN EJERCICIOS MÚSCULO-ESQUELÉTICOS ORIENTADOS A RECUPERAR RANGO ARTICULAR, ACTIVACIÓN DE LAS FUNCIONES DE LOS PRINCIPALES ÓRGANOS DEL CUERPO, INTEROCEPCIÓN Y PROPIOCEPCIÓN, FUERZA MUSCULAR Y CONSCIENCIA DE LA CIRCULACIÓN ENERGÉTICA INTERNA. SE CIERRA CON EJERCICIOS DE RESPIRACIÓN CONSCIENTE QUE PERMITEN ACTIVAR EL SISTEMA PARASIMPÁTICO Y ACCEDER A UN ESTADO DE MEDITACIÓN Y RELAJACIÓN.
T.2	PROGRAMA DE 8 CLASES SE INICIA CON LA REVISIÓN DE LAS PRINCIPALES BASES TEÓRICAS DE LA PRÁCTICA DEL CHI KUNG Y SU IMPACTO EN LA SALUD Y BIENESTAR FÍSICO, ENERGÉTICO Y MENTAL-EMOCIONAL DE LAS PERSONAS. CADA CLASE PRÁCTICA COMIENZA CON UN SUAVE CALENTAMIENTO CORPORAL DE MANERA DE PREPARAR EL CUERPO PARA UNA PRÁCTICA FÍSICA SEGURA. A CONTINUACIÓN SE REALIZAN EJERCICIOS MÚSCULO-ESQUELÉTICOS ORIENTADOS A RECUPERAR RANGO ARTICULAR, ACTIVACIÓN DE LAS FUNCIONES DE LOS PRINCIPALES ÓRGANOS DEL CUERPO, INTEROCEPCIÓN Y PROPIOCEPCIÓN, FUERZA MUSCULAR Y CONSCIENCIA DE LA CIRCULACIÓN ENERGÉTICA INTERNA. SE CIERRA CON EJERCICIOS DE RESPIRACIÓN CONSCIENTE QUE PERMITEN ACTIVAR EL SISTEMA PARASIMPÁTICO Y ACCEDER A UN ESTADO DE MEDITACIÓN Y RELAJACIÓN.

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, RUT: [REDACTED] dio cabal cumplimiento durante el mes ENERO 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 ENERO 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. PINEDO NAVARRO MARIA .

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


V°B° DIRECTORA DE DESARROLLO COMUNITARIO
CAROLINA CONTRERAS BERRIOS