

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

Mes	JULIO
-----	-------

Nombre	MONSALVE GUAJARDO ISAIAS		
RUT	██████████	Período del Contrato	16/03 - 30/11 2026

ID	Nombre Taller	Horario 1	Horario 2	Lugar de Ejecución	Asistentes
T.1	ACONDICIONAMIENTO FISICO	MAR 09:00-10:00	JUE 09:00-10:00	JUAN DE AUSTRIA 1539	7
T.2	ACONDICIONAMIENTO FISICO	MAR 10:10-11:10	JUE 10:10-11:10	JUAN DE AUSTRIA 1539	7
T.3	GIMNASIA MUSCULACION	LUN 08:55-09:55	MIE 08:55-09:55	TOLTEN 8115	6
T.4	GIMNASIA MUSCULACION	LUN 10:10-11:10	MIE 10:10-11:10	TOLTEN 8115	4
T.5	GIMNASIA MUSCULACION	MAR 11:30-12:30	JUE 11:30-12:30	TOLTEN 8115	5

ID	Descripción de Actividades (Ver ID del Taller)
T.1	Calentamiento, Baile entretenido. Trabajo de Fuerza de Brazos, Piernas y Abdomen en Circuitos. Trabajo de Relajación.
T.2	Calentamiento, Juegos de colaboración. (Coordinación y equilibrio). Trabajo de Fuerza en circuitos. Elongación y vuelta a la calma.
T.3	Calentamiento. Trotadora o caminadora 15 Minutos. Trabajo en maquina multifuncional fuerza Brazos, espalda y hombros. Flexibilidad y Equilibrio.
T.4	Calentamiento. Trabajo Abdominal en colchoneta. Fuerza de Piernas. Estocadas y sentadillas. Flexibilidad, Elongación Asistida.
T.5	Calentamiento. Trotadora 15 minutos. trabajo Fuerza de piernas Glúteos, y Abdomen. Elongación y vuelta a la calma.

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

INFORME DE ACTIVIDADES MENSUAL DE PROFESOR DE TALLER

PROGRAMA TALLERES RECREATIVOS Y DE DESARROLLO

Mes	JULIO
-----	-------

Nombre	MONSALVE GUAJARDO ISAIAS		
RUT		Período del Contrato	16/03 - 30/11 2026

ID	Nombre Taller	Horario 1	Horario 2	Lugar de Ejecución	Asistentes
T.6	GIMNASIA MUSCULACION	LUN 11:15-12:15	MIE 11:15-12:15	TOLTEN 8115	6

ID	Descripción de Actividades (Ver ID del Taller)
T.6	Calentamiento. Trabajo Aeróbico Bicicleta 15 minutos. Fuerza Brazos Hombros y Abdominal. Ejercicios de relajación.

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

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 JULIO 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. MONSALVE GUAJARDO ISAIAS.