

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

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

Nombre	RAMA MARIA MARTINA		
RUT	[REDACTED]	Período del Contrato	01/04 - 30/11 2026

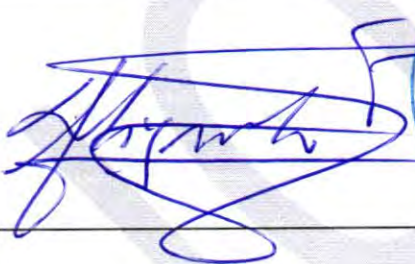
ID	Nombre Taller	Horario 1	Horario 2	Lugar de Ejecución	Asistentes
T.1	PILATES INTERMEDIO	MAR 08:30-09:30	JUE 08:30-09:30	PLATAFORMA EDUCACIONAL	10
T.2	PILATES	MAR 11:30-12:30	JUE 11:30-12:30	CURACO 1886(CAM EL CANELO)	7
T.3	CARDIO PILATES	MAR 10:15-11:15	JUE 10:15-11:15	CURACO 1886(CAM EL CANELO)	7
T.4	CARDIOPILATES	LUN 12:45-13:45	VIE 12:45-13:45	CURACO 1886(CAM EL CANELO)	7

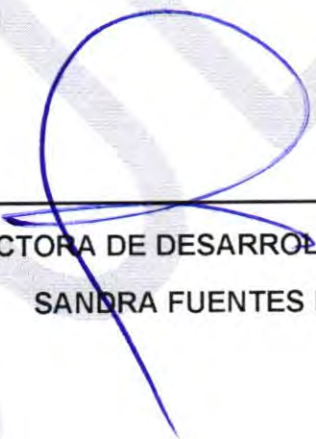
ID	Descripción de Actividades (Ver ID del Taller)
T.1	Durante el mes de julio, se realizaron clases de Pilates online trabajando los principios de la disciplina con hincapié en el control, la respiración y la postura. Entrada en calor con movilidad articular y equilibrio en posición de pie. Parte principal con trabajo de fuerza y elongación, con el propio cuerpo y con materiales adicionales (banda elástica, silla y mancuernas). Vuelta a la calma con el propio cuerpo
T.2	Durante el mes de julio, se realizaron clases de Pilates trabajando los principios de la disciplina con hincapié en el control, la respiración y la postura. Entrada en calor con movilidad articular y equilibrio e hincapié en la postura, en posición de pie. Parte principal con trabajo de fuerza y elongación, con el propio cuerpo y con materiales adicionales (silla y mancuernas). Vuelta a la calma con el propio cuerpo.
T.3	Durante el mes de julio, en la parte inicial de la clase, se realizaron trabajos de marcha, propiocepción y control de la postura. Como parte principal, un trabajo intervalado: de coordinación (con componente cardiovascular) y fuerza. Como parte final trabajo de Pilates, de fuerza y elongación, con hincapié en el control y la fuerza muscular. Se trabajo con el propio cuerpo y con materiales adicionales (mancuernas y silla).
T.4	Durante el mes de julio, en la parte inicial de la clase, se realizaron trabajos de marcha suave con componente de propiocepción y control postural, intercalado con ejercicios de fuerza y elongación con método Pilates. La segunda parte de la clase, se realizaron ejercicios de Pilates (trabajando fuerza y elongación) con materiales adicionales (silla y mancuernas). El hincapié se realizó en la respiración, postura y la adaptación de algunos ejercicios y posiciones según necesidades individuales (silla y pared).

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. RAMA MARIA MARTINA, RUT: [REDACTED] dio cabal cumplimiento durante el mes JULIO 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 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. RAMA MARIA MARTINA .

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


V°B° DIRECTORA DE DESARROLLO COMUNITARIO
SANDRA FUENTES MELO