

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

Mes	JUNIO
-----	-------

Nombre	RIOS CUEVAS JORGE		
RUT	██████████	Período del Contrato	16/03 - 30/11 2026

ID	Nombre Taller	Horario 1	Horario 2	Lugar de Ejecución	Asistentes
T.1	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	MAR 18:00-19:00	JUE 18:00-19:00	PAUL HARRIS 1000 CC PADRE HURTADO	6
T.2	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	MAR 19:15-20:15	JUE 19:15-20:15	PAUL HARRIS 1000 CC PADRE HURTADO	4
T.3	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	MIE 17:00-18:00	VIE 17:00-18:00	PAUL HARRIS 1000 CC PADRE HURTADO	1
T.4	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	MIE 18:30-19:30	VIE 18:30-19:30	PAUL HARRIS 1000 CC PADRE HURTADO	5
T.5	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	MAR 20:30-21:30	JUE 20:30-21:30	PAUL HARRIS 1000 CC PADRE HURTADO	5

ID	Descripción de Actividades (Ver ID del Taller)
T.1	trabajos de fuerza con los diferentes materiales que tenemos en el taller,entre ellos trabajos de pectorales,biceps , triceps ,abdomen,cuadriceps, gluteos, entre otros
T.2	Se realizan diferentes ejercicios clase a clase para la mejora de la salud cardiovascular, la mejora físicamente de cada persona,como tambien la fuerza, y sus rangos de movimiento, haci lograr que los participantes atraves de la actividad fisica puedan prevenir lesiones
T.3	Fomentar el movimiento y la actividad física a través de ejercicios funcionales que ayuden a mejorar la calidad de vida de los participantes en su día a día
T.4	Potenciar las capacidades físicas de los asistentes con ejercicios prácticos que se relacionen con tareas cotidianas, promoviendo un estilo de vida activo y saludable
T.5	Desarrollar fuerza, coordinación y resistencia mediante rutinas accesibles que apoyen la autonomía y el bienestar integral de los participantes

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

