


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

Mes	Marzo
-----	-------

Nombre	ROJAS NASER CONSTANZA		
RUT	[REDACTED]	Periodo del Contrato	16/03 - 30/11 2026

ID	Nombre Taller	Horario 1	Horario 2	Lugar de Ejecución	Asistentes
T.1	YOGA BASICO	LUN 11:15-12:15	MIE 11:15-12:15	CRISTOBAL COLON 7357 (CC ROTONDA ATENAS)	6
T.2	YOGA EN SILLA	MAR 10:00-12:00	---	ESTOCOLMO 338 BLOCK 50 DEPTO. 109	7
T.3	YOGA BASICO	MAR 18:15-19:15	---	PATRICIA 9110(CC PATRICIA)	7

ID	Descripción de Actividades (Ver ID del Taller)
T.1	Se presenta la modalidad de las clases de yoga se presenta al inicio, donde la profesora introduce y explica qué es el yoga. Luego, la clase comienza con el sonido OM, seguido de ejercicios de respiración y la práctica de posturas físicas básicas, incluyendo posiciones de cuatro apoyos y terapéuticas. Durante la sesión, se mencionan algunas contraindicaciones y condiciones crónicas que puedan tener los participantes, con la finalidad de obtener un panorama general y adaptar las clases al público objetivo. La clase finaliza con una meditación guiada y cartas de apoyo emocional del oráculo de las diosas. Cada mes se alterna la temática del mazo, con la finalidad de ofrecer distintas opciones a los participantes.
T.2	Se presenta la modalidad de las clases de yoga en silla y ejercicios faciales, a pedido de las participantes. La profesora, durante la clase, introduce la modalidad explicando y dialogando con ellas sobre sus condiciones crónicas, con la finalidad de indagar si tienen contraindicaciones para algunos ejercicios en específico. Se comienza la clase con el mantra OM; luego se explica la importancia de la respiración, enseñando la respiración ujjayi. Se continúa con ejercicios físicos en silla, alternando entre posiciones de pie con apoyo y sentadas. Se realiza una combinación de ambas. Se utilizan de forma alternada bloques de yoga, ya que no todas han adquirido el material. El mes siguiente se incorporará mayor material de apoyo. Se finaliza con una meditación en silla y cartas de apoyo emocional sobre las diosas.
T.3	Se introduce a los mapadres en qué consistirán las clases de yoga. Se presenta la profesora con ellos y con los niños. Luego de realizar todo el protocolo establecido, se da comienzo a la clase con la introducción de un objeto de apego emocional (la gata Sachin Yogui). Posteriormente, se continúa con la explicación de qué es el yoga, jugando al juego de las posturas. Este mes se introdujeron cinco posturas de animales y una respiración específica para manejar la ansiedad e hiperactividad (a pedido de algunos mapadres y en función de la conducta del público objetivo en general). Para finalizar, se realiza una meditación en movimiento. Para terminar con una meditación en movimiento. Con el fin de afianzar los aprendizajes obtenidos, se entrega una hoja a cada participante para que puedan pintar las posturas vistas, con apoyo audiovisual (proyector).

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. ROJAS NASER CONSTANZA, RUT: [REDACTED] dio cabal cumplimiento durante el mes Marzo 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 Marzo 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. ROJAS NASER CONSTANZA .

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

  
VºBº DIRECTORA DE DESARROLLO COMUNITARIO  
SANDRA FUENTES MELO

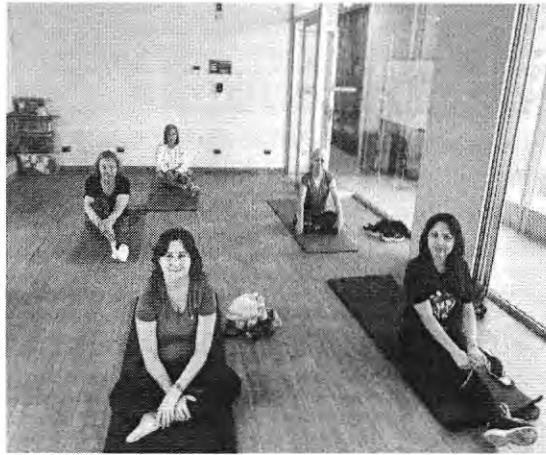
Las Condes, Marzo de 2026  
mes año

**MEDIOS DE VERIFICACIÓN:**

Se debe especificar el taller correspondiente al medio de verificación.

T1

T2



T2

