


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

Mes	MAYO
------------	-------------

Nombre	FARIAS SILVA ALBERTO		
RUT	[REDACTED]	Período del Contrato	16/03 - 30/11 2026

ID	Nombre Taller	Horario 1	Horario 2	Lugar de Ejecución	Asistentes
T.1	MOVIMIENTO NATURAL	LUN 19:00-20:00	VIE 19:00-20:00	DIAGUITAS 911 (CC DIAGUITAS)	6
T.2	PILATES	LUN 10:10-11:10	MIE 10:10-11:10	DIAGUITAS 911 (CC DIAGUITAS)	6
T.3	MOVIMIENTO NATURAL BASICO	LUN 20:30-21:30	VIE 20:30-21:30	PAUL HARRIS 1000 CC PADRE HURTADO	6

ID	Descripción de Actividades (Ver ID del Taller)
T.1	Movilidad articular: hombros, cuello, muñecas, caderas, tobillos / ejercicios de respiración / movimientos de locomoción animal / ejercicios y planchas de pilates / ejercicios de fortalecimiento del core (basico)
T.2	5 ejercicios basicos de pilates / the hundred, single leg circle, Rolling like a ball, push-up saw, Swan, Spine twist, Seal, Spine twist, Side leg (basicos)
T.3	Movilidad articular: hombros, cuello, muñeca, caderas, tobillos / ejercicios de respiración diafragmatica (hipopresivos) movimientos de locomoción animal (intermedio) / ejercicios de pilates (intermedio) / caídas al suelo

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

