

Taller Sede Martin de Zamora
Mart
DIRECCIÓN DE DESARROLLO COMUNITARIO
DEPARTAMENTO DE GESTIÓN DE TALLERES

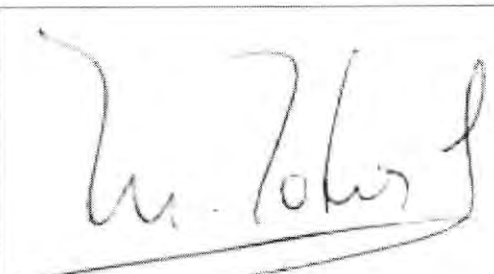
INFORME DE ACTIVIDADES MENSUAL DE PROFESOR DE TALLER
PROGRAMA TALLERES RECREATIVOS Y DE DESARROLLO

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

Nombre	LOBOS LOPEZ MARIA SOLEDAD		
RUT	[REDACTED]	Período del Contrato	16/03 - 30/11 2026

ID	Nombre Taller	Horario 1	Horario 2	Lugar de Ejecución	Asistentes
T.1	GIMNASIA KINESICA Y ALINEAMIENTO VERTEBR	MAR 12:45-13:45	JUE 12:45-13:45	APOQUINDO 9082 CAM LOS DOMINICOS	11
T.2	GIMNASIA KINESICA Y ALINEAMIENTO VERTEB	MAR 14:30-15:30	JUE 14:30-15:30	ROSA O.HIGGINS 17(CAM ROSA OHIGGINS)	10
T.3	GIMNASIA KINESICA Y ALINEAMIENTO VERTEBR	MAR 11:15-12:15	JUE 11:15-12:15	MARTIN DE ZAMORA 4571(GIMNASIO MARTIN DE ZAMORA)	9
T.4	GIMNASIA KINESICA Y ALINEAMIENTO VERTEB	MAR 10:10-11:10	JUE 10:10-11:10	MARTIN DE ZAMORA 4571(GIMNASIO MARTIN DE ZAMORA)	9

ID	Descripción de Actividades (Ver ID del Taller)
T.1	Entrene capacidad aerobica por unos veinte minutis junto a dinamicas de equilibrio dinaico y estatico con uso de musica . Estimule funciones cognitivas en base a juegos con balones y bastones en bipedo y sedente . Trabaje fuerza con uso de mancuernas y tobilleras .
T.2	Mi enfoque este mes fue la concientizacion Postural y el trabajo de slineamiento vertebral junto a dinamicas de resistencia y fuerza muscular en bipedo y en decubitos .
T.3	Mi enfasis estuvo en aumentar sus capacidades aerobicas por lo que ise dinamicas con uso de coreografias musicales y mucho desplazamiento en bipedo. Combine el uso de macuernas tanto para equilibrio dinamico y en silla.
T.4	Enfasis en trabajo de fuerza y resistencia con iso de mancuernas y tobilleras . Combinacion de fuerza en silla y

Firma Prestador Servicio	
--------------------------	--

