

**INFORME DE ACTIVIDADES MENSUAL Y CERTIFICADO DE CUMPLIMIENTO
DE LA PRESTACIÓN DE SERVICIOS AÑO 2026.**

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

Nombre	PEDRO ALBERTO LOYOLA SILVA
RUT	██████████
Profesión	██████████████████
Departamento	GESTIÓN DEPORTIVA
Programa Social	DEPORTES 2026-2027
Período del Contrato	01/01-31/12
Actividad Genérica	PLAZAS FUNCIONALES
Actividad Específica	PLANIFICACIÓN Y EJECUCIÓN DE ENTRENAMIENTO FUNCIONAL EN PLAZAS Y PARQUES DE LA COMUNA.

Actividades efectuadas en el mes:

<p>ENTRENAMIENTO FUNCIONAL: TRABAJO DE CAPACIDADES FÍSICOS TALES COMO FUERZA, RESISTENCIA, VELOCIDAD Y COORDINACIÓN.</p> <p>SE REALIZAN TRABAJOS DE FUERZA, TREN INFERIOR Y SUPERIOR.</p> <p>SE REALIZAN EJERCICIOS CON EL PROPIO PESO CORPORAL Y CON GRADUACIONES DE INTENSIDADES SEGÚN LAS CAPACIDADES DE LOS ALUMNOS.</p> <p>SE MOTIVA E INCENTIVA A LOS ALUMNOS A LLEVAR UNA VIDA SALUDABLE, REALIZANDO ACTIVIDAD FÍSICA Y COMIENDO SALUDABLE.</p> <p>SE REALIZAN JUEGOS CON EL OBJETIVO DE MEJORAR LAS CAPACIDADES FÍSICAS MEDIANTE ACTIVIDADES LÚDICAS RECREATIVAS. SE REALIZAN TAMBIÉN EJERCICIOS DE COORDINACIÓN.</p>

