


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

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

Nombre	RAMIREZ RAMIREZ FERNANDO		
RUT	[REDACTED]	Período del Contrato	16/03 - 30/11 2026

ID	Nombre Taller	Horario 1	Horario 2	Lugar de Ejecución	Asistentes
T.1	YOGA BASICO	MAR 11:20-12:20	JUE 11:20-12:20	ALONSO DE CAMARGO 7207	9
T.2	YOGA BASICO	MIE 15:00-16:00	VIE 15:00-16:00	ALONSO DE CAMARGO 7207	6
T.3	YOGA BASICO	LUN 09:00-10:00	MIE 09:00-10:00	ALONSO DE CAMARGO 7207	8
T.4	YOGA BASICO	MAR 09:30-10:30	VIE 11:30-12:30	ALONSO DE CAMARGO 7207	8
T.5	YOGA BASICO	MIE 11:15-12:15	VIE 10:00-11:00	LA CAPITANIA 255	7

ID	Descripción de Actividades (Ver ID del Taller)
T.1	Aumentar la flexibilidad general del cuerpo. Fortalecer los principales músculos.
T.2	Mejorar la postura corporal y la alineación. Incrementar el equilibrio básico.
T.3	Desarrollar el vigor funcional. Aumentar la movilidad articular.
T.4	Aliviar dolores crónicos de espalda. Mejorar la salud de la columna vertebral.
T.5	Aumentar la resistencia física Aprender técnicas de alineación de pie

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

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

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

Nombre	RAMIREZ RAMIREZ FERNANDO		
RUT	[REDACTED]	Período del Contrato	16/03 - 30/11 2026

ID	Nombre Taller	Horario 1	Horario 2	Lugar de Ejecución	Asistentes
T.6	YOGA INTERMEDIO	LUN 11:30-12:30	JUE 13:20-14:20	ZANZIBAR PONIENTE 7024	8
T.7	YOGA BASICO	LUN 10:10-11:10	VIE 12:40-13:40	ALONSO DE CAMARGO 7207	7

ID	Descripción de Actividades (Ver ID del Taller)
T.6	Profundizar las aperturas de caderas. Fortalecer el suelo pélvico.
T.7	Desarrollar la flexibilidad en las articulaciones. Mejorar la salud en rodillas y muñecas.

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

