

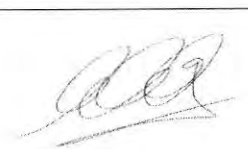
**INFORME DE ACTIVIDADES MENSUAL DE PROFESOR DE TALLER**  
**PROGRAMA TALLERES RECREATIVOS Y DE DESARROLLO**

<b>Mes</b>	<b>MAYO</b>
------------	-------------

Nombre	<b>SAAVEDRA SAAVEDRA EDUARDO</b>		
RUT	[REDACTED]	Período del Contrato	<b>16/03 - 30/11 2026</b>

ID	Nombre Taller	Horario 1	Horario 2	Lugar de Ejecución	Asistentes
T.1	ATLETISMO	MIE 17:00-19:00	---	SANTA ZITA 9135(CC SANTA ZITA)	8
T.2	ACONDICIONAMIENTO FISICO	MAR 17:30-18:30	JUE 17:30-18:30	SANTA ZITA 9135(CC SANTA ZITA)	8
T.3	NATACION BASICO	SAB 15:30-16:30	---	PAUL HARRIS 150 (SPA EL ALBA)	3
T.4	NATACION AVANZADO	SAB 13:00-14:00	---	PAUL HARRIS 150 (SPA EL ALBA)	5
T.5	NATACION AVANZADO	SAB 14:15-15:15	---	PAUL HARRIS 150 (SPA EL ALBA)	3

ID	Descripción de Actividades (Ver ID del Taller)
T.1	Ejercitamos las capacidades físicas condicionales y coordinativas potenciando el rendimiento físico a través del ejercicio. Mediante estaciones de salto, fuerza y la coordinación.
T.2	Elevar las capacidades físicas coordinativas y condicionales trabajando el mayor rendimiento físico a través de los ejercicios específicos. Mediante dinámicas de juego, estaciones de salto y coordinación.
T.3	Familiarizar con el medio es el proceso de adaptación inicial al medio acuático, ejercitando las habilidades y confianzas de forma lúdico y adaptado. Por medio de implementos acuáticos
T.4	Aprendizaje de la técnica y fundamentos de los diferentes estilos de natación. Desarrollando la resistencia cardiovascular, habilidades respiratoria he introducción a los diferentes estilos
T.5	Practica de los fundamentos y técnicas de los diferentes estilos de la natación. Mejorando la resistencia cardiovascular, ejercicios de respiración y coordinación con implementos acuáticos

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


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

<b>Mes</b>	<b>MAYO</b>
------------	-------------

<b>Nombre</b>	<b>SAAVEDRA SAAVEDRA EDUARDO</b>		
<b>RUT</b>	[REDACTED]	<b>Período del Contrato</b>	<b>16/03 - 30/11 2026</b>

ID	Nombre Taller	Horario 1	Horario 2	Lugar de Ejecución	Asistentes
T.6	GIMNASIA MANTENCION	MAR 09:00-10:00	JUE 09:00-10:00	MARBERIA 385	4
T.7	GIMNASIA MANTENCION	MAR 10:30-11:30	JUE 10:30-11:30	MARBERIA 385	3
T.8	GIMNASIA MANTENCION	LUN 11:45-12:45	MIE 11:45-12:45	MARBERIA 385	5
T.9	PILATES	MAR 20:00-21:00	VIE 19:00-20:00	CERRO LA PARVA 998	3

ID	Descripción de Actividades (Ver ID del Taller)
T.6	Desarrollo del bienestar físico mejorando la movilidad corporal y cardiovascular mediante una rutina física de bajo impacto y moderada intensidad. Incorporando implementos deportivos como colchonetas, aros y bandas elásticas.
T.7	Se centra en la movilidad corporal y cardiovascular mediante una rutina física de bajo impacto y mediana intensidad, introduciendo diferentes implementos deportivos que incremente el ejercicio como son los balones pilates, aros y bandas elásticas
T.8	Mejorar la movilidad articular y cardiovascular por medio del ejercicio, incorporando elementos deportivos para potenciar el tono muscular la fuerza y la concentración por medio de bandas elásticas, pesos y balones medianos
T.9	Consiste en la secuencia de ejercicios enfocados en el core y la concentración, desarrollando la flexibilidad y la fuerza más la conciencia corporal. Incorporando elementos deportivos acordes a la sesión como aros, colchonetas, pesos mancuernas y bandas elásticas.

<b>Firma prestador de los servicios</b>	
---	--

