

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

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

Nombre	MAURICIO ANTONIO SEGURA PLACENCIA
RUT	██████████
Profesión	██████████
Departamento	GESTIÓN DEPORTIVA
Programa Social	DEPORTES 2026-2027
Período del Contrato	01/01-31/12
Actividad Genérica	Plazas funcionales
Actividad Especifica	PLANIFICACIÓN Y EJECUCIÓN DE ENTRENAMIENTO FUNCIONAL EN PLAZAS Y PARQUES DE LA COMUNA.

Actividades efectuadas en el mes:

Entrenamiento funcional: fortalecer musculatura global, flexibilidad, coordinación y postura del ejercicio.
Se realizan trabajos de fuerza abdominal, tren superior e inferior.
Se realizan ejercicios en base al peso corporal y con ejercicios graduales.
Se realizan actividades lúdicas y recreativas para los alumnos.
Se realizan correcciones de los ejercicios para tener una mejora constante.
Se incentiva a los alumnos a llevar una vida sana y saludable en base a la actividad física.



