



## INFORME SERVICIOS DE HONORARIOS.

JULIO	2024
Mes	Año

### I.- Datos.

1.- Nombre.	MAURICIO ALBERTO UMANZOR MILLA		
2.- Rut.			
3.- N° Decreto.	Alcaldicio:	Imputación: 215.21.04.004.001	Centro de Costos: 25.05.01
4.- Dirección a la que pertenece.	DIRECCION DE DESARROLLO COMUNITARIO - PISCINA TEMPERADA DE MAIPO 2024		

### II.- Función según lo que indica el contrato de prestación de servicios.

- **REALIZAR CLASES DIRIGIDAS EN EL RECINTO DEPORTIVO PISCINA TEMPERADA MAIPO**  
REALIZAR CLASES DIRIGIDAS EN EL RECINTO DEPORTIVO PISCINA TEMPERADA MAIPO;  
CLASES GRUPALES DE ENTRENAMIENTO FUNCIONAL, BANDA FIT, BOXEO. SALVAVIDAS  
PISCINA TEMPERADA MAIPO

### III.- Descripción de las funciones realizadas.

control del ingreso de usuarios  
mantencion del lugar  
clases de entrenamiento funcional turno am  
entrenamiento de boxeo, acondicionamiento fisico de cuerpo completo  
entrenamiento de banda fit, enfocada en cuerpo completo  
salvaavidas  
sacar telas de arañas del reciento  
barrer interior del reciento de la piscina  
funcional turno am: trabajo de core y resistencia hiit, trabajo con implementos  
boxeo turno pm : seguimos con una adaptaciona anatomica y trabajando el fisico  
salvaavidas: contol de ingreso, medir ph, cloro y temperatura

entrenamiento de bandas elasticas enfocado en el tren inferior  
saltos, abduccioes , aducciones etc.  
toma de ph  
toma de cloro  
registrar tiket de ingreso  
clases de boxeo: entrenamiento de tecnica de guardia y golpes rectos jub y croos  
entrenamiento funcional: trabajo de resistencia con intervalos "tabata" para eliminar tejido adiposo  
salvaavidas: limpieza de las piletas de ingreso  
barrer laterales de la piscina  
pasar la pertiga por la superficie de la piscina  
banda fit : entrenamiento con bandas elasticas y mancuernas enfocadas en el tren superior,  
especificamente en biceps, triceps, deltoides y core  
toma de ph

toma de cloro  
toma de temperatura  
control de ingreso de usuarios  
clases de entrenamiento funcional enfocada en un trabajo de resistencia aerobica durante 2 minutos por ejercicio con 1 descanso de 30 segundos entre ellos, ejercicios como burppie, jumping jak, pliometria, etc.  
boxeo: entrenamiento tactico, escuela de combate en parejas y con implementos  
salvavidas en el recinto de la piscina temperada de maipo  
toma de ph,cloro y temperatura  
control de ingreso de usuarios  
barrer el recinto  
entrenamiento funcional enfocado en fuerza resistencia de cuerpo copleto  
boxeo entrenamiento de reflejos y tecnico  
entrenamiento de core para funcional con implementos  
entrenamiento de boxeo trabajo tacnico y de resistencia trabajo de rectos  
salvavidas en el recinto de la piscina temperada de maipo

entrenamiento de bandas elasticas enfocado en gluteos con muchas sentadillas, estocadas y algo de core  
orden de los implementos de la piscina  
control de acceso al area de piscina  
salvavidas

#### IV.- Cobertura: (mencionar y adjuntar documentos de respaldo).

Fecha Cobertura: 2024-07-03	Descripción Cobertura: circuito de entrenamiento funcional	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA
		
Fecha Cobertura: 2024-07-04	Descripción Cobertura: entrenamiento con bandas, tren inferior	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA





Fecha Cobertura:  
2024-07-05

Descripción Cobertura:  
estiramientos en la vuelta a la calma, luego de la  
seccion de entrenamiento funcional

Tipo Cobertura:  
FOTOGRAFÍA



Fecha Cobertura:  
2024-07-09

Descripción Cobertura:  
toma de temperatura de la piscina

Tipo Cobertura:  
FOTOGRAFÍA



Fecha Cobertura:  
2024-07-10

Descripción Cobertura:  
entrenamiento funcional enfocado en core

Tipo Cobertura:  
FOTOGRAFÍA



Fecha Cobertura:  
2024-07-11

Descripción Cobertura:  
entrenamiento del tren inferior en clase de  
banda fit

Tipo Cobertura:  
FOTOGRAFÍA

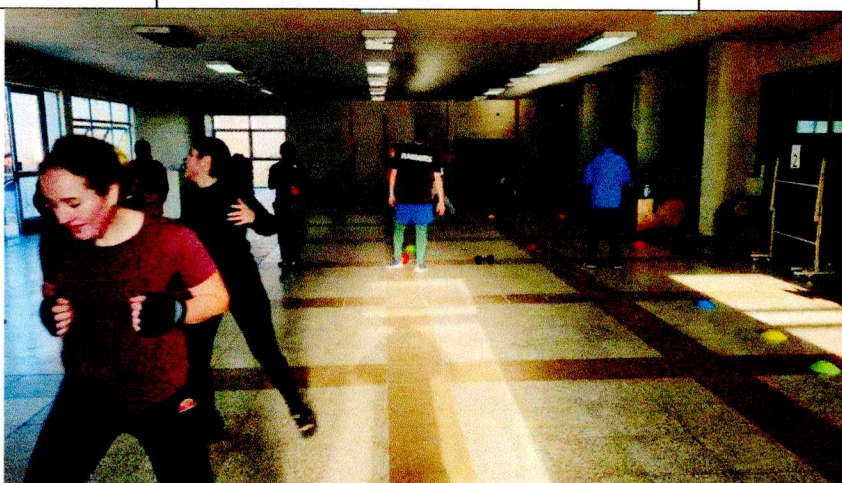




Fecha Cobertura:  
2024-07-12

Descripción Cobertura:  
entrenamiento de resistencia anaerobica en  
funcional

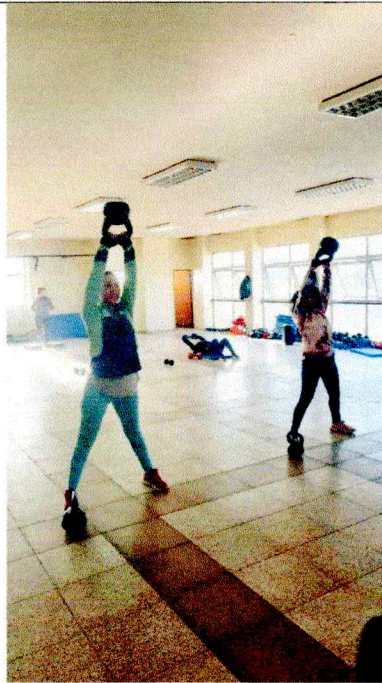
Tipo Cobertura:  
FOTOGRAFÍA



Fecha Cobertura:  
2024-07-15

Descripción Cobertura:  
trabajo con pesa rusa, desde el piso hasta el  
press militar en funcional


Tipo Cobertura:  
FOTOGRAFÍA



Fecha Cobertura: 2024-07-17	Descripción Cobertura: trabajo de core, enplancha con balon medicinal para funcional	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA
--------------------------------	--	-------------------------------



Fecha Cobertura: 2024-07-18	Descripción Cobertura: entrenamiento de bandas elasticas, estocadas con mancuernas, curl de biceps	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA
--------------------------------	--	-------------------------------







**V.- Observaciones.**

Sin Observaciones

MAURICIO ALBERTO UMANZOR MILLA  
PRESTADOR

**CERTIFICADO CONTRAPARTE TÉCNICA**

Yo, **JONATHAN FERNÁNDEZ FIGUEROA, DIRECTOR DE DESARROLLO COMUNITARIO**, en mi calidad de contraparte técnica del prestador/a de servicios a honorarios que emite el presente informe, certifico que ha realizado sus funciones en el presente mes, en virtud al contrato de prestación de servicios que corresponde, y a los objetivos y requerimientos de las labores aprobadas por el concejo municipal o del Programa Municipal en que se desempeña.

JONATHAN FERNÁNDEZ FIGUEROA  
DIRECTOR  
DIRECCIÓN DE DESARROLLO COMUNITARIO

FREDDY LEONARDO CARRASCO  
SALAZAR  
COORDINADOR (A) PROGRAMA





## INFORME SERVICIOS DE HONORARIOS.

JUNIO	2024
Mes	Año

### I.- Datos.

1.- Nombre.	MAURICIO ALBERTO UMANZOR MILLA		
2.- Rut.			
3.- Nº Decreto.	Alcaldicio: 718	Imputación: 215.21.04.004.001	Centro de Costos: 25.05.01
4.- Dirección a la que pertenece.	DIRECCION DE DESARROLLO COMUNITARIO - PISCINA TEMPERADA DE MAIPO 2024		

### II.- Función según lo que indica el contrato de prestación de servicios.

- **REALIZAR CLASES DIRIGIDAS EN EL RECINTO DEPORTIVO PISCINA TEMPERADA MAIPO**  
DIRIGIR TALLERES EN RECINTO PISCINA TEMPERADA MAIPO, CLASES DE ENTRENAMIENTO FUNCIONAL AM, TALLER DE BANDA FITT Y TALLER DE BOXEO. SALVAVIDAS PISCINA TEMPERADA MAIPO

### III.- Descripción de las funciones realizadas.

#### SALVAVIDAS

- Toma de PH, cloro y temperatura a través de test y medidor de temperatura.
- Velar por la seguridad y bienestar de los usuarios a través de mi supervisión como salvavidas
- Mantenición y supervisión del lugar de trabajo (quitar telas de araña, limpiar agua estancada en canaleta lateral de la piscina, quitar basuras o residuos dejados por los usuarios en el recinto y limpiar el agua de la piscina, tanto como pelos o residuos superficiales que estén visibles en la piscina)
- Registrar que todo usuario entre bañado, con su plan o que haya pagado su entrada.
- clases funcionales enfocada en tren superior
- clases de boxeo en circuito enfocado en desarrollar la resistencia a la fuerza del cuerpo completo
- asistencia en la piscina como salvavidas.
- medicion de ph y cloro
- mantencion de la piscina
- oreden del lugar de trabajo
- Clases de banda fit enfocada en tren inferior con ejercicios como estocadas, sentadillas etc.
- clase de boxeo enfocada en la tecnica de combate, especificamente en la parada de combate y contragolpes
- salvavidas en la piscina
- clase funcionales enfocada en generar resistencia anaerobica con ejercicios de velocidad
- clases de banda fit enfocada en el tren superior con ejercicios con banda elastica y mancuernas, trabajos de aperturas, vuelos, remos etc.
- salvavidas y control de ingreso a la piscina
- mantencion superficial con la pertiga al agua de la piscina

#### SALVAVIDAS

- Toma de PH, cloro y temperatura a través de test y medidor de temperatura.
- Velar por la seguridad y bienestar de los usuarios a través de mi supervisión como salvavidas
- Mantenición y supervisión del lugar de trabajo (quitar telas de araña, limpiar agua estancada en canaleta lateral de la piscina, quitar basuras o residuos dejados por los usuarios en el recinto y

limpiar el agua de la piscina, tanto como pelos o residuos superficiales que estén visibles en la piscina)

- banda fit enfocada en musculos como cuadriceps, gluteos, isquiotibiales, gastrocnemio, psoas y el core
- supervicion de la piscina y mantencion del orden del lugar
- clase de boxeo enfocada en resistencia anaerobica y aerobica a traves de sparring y escuela de combate
- sacar el agua de los camarines que dejo la lluvia
- ayuda en la limpieza del techo de la piscina
- banda fit enfocadas en los musculos del tren superior como el biceps, triceps, pectoral, dorsal, deltoides y trabajo de core.
- orden del lugar de trabajo especificamente de la piscina y los implementos que van dejando desordenados los usuarios
- medicion de ph cloro y temperatura de la piscina
- atención de la piscina
- quitar agua de los camarines y del recinto de la piscina producto de las goteras por la lluvia etc.

clase funcional con ejercicios enfocadas en el core

salvavidas y mantencion del lugar y control de ingreso al recinto supervisando que los usuarios cuenten con su entrada o plan

piscina en mal estado por la lluvia, se ayuda a la mantencion y reacondicionar para que la piscina este en optimas condiciones ya que la lluvia dejo muchos charcos de agua en salones, camarines y en el recinto de la piscina

orden del lugar y los objetos de la piscina

piscina en mantencion y en preparacion para una reapertura por mal estado debido a la lluvia

medicion de temperatura

orden de los implementos de la piscina

#### IV.- Cobertura: (mencionar y adjuntar documentos de respaldo).

Fecha Cobertura: 2024-06-17	Descripción Cobertura: clases funcionales ejercicios enfocados en tren superior	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA
		
Fecha Cobertura: 2024-06-12	Descripción Cobertura: clase de boxeo enfocada en resistencia aerobia y anaerobica	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA





Fecha Cobertura:  
2024-06-03

Descripción Cobertura:  
entrenamiento funcional clase en circuito  
enfocada en cuerpo completo

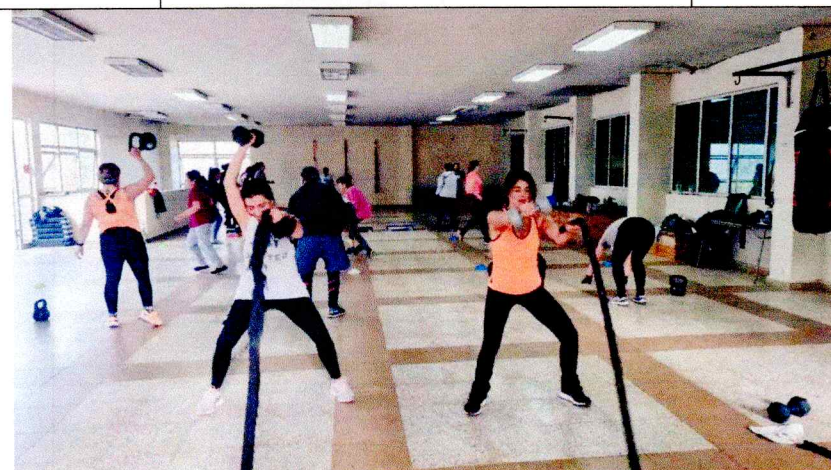
Tipo Cobertura:  
FOTOGRAFÍA



Fecha Cobertura:  
2024-06-05

Descripción Cobertura:  
entrenamiento funcional en circuito , 5 ejercicios  
de 1.30 por estación. trabajo de resistencia

Tipo Cobertura:  
FOTOGRAFÍA



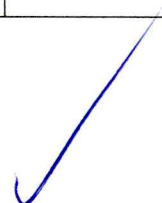
Fecha Cobertura:  
2024-06-04

Descripción Cobertura:  
clase de banda elastica enfocada en tren inferior

Tipo Cobertura:



	y core	FOTOGRAFÍA
		
Fecha Cobertura: 2024-06-13	Descripción Cobertura: registro de temperatura	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA
		
Fecha Cobertura: 2024-06-14	Descripción Cobertura: orden de los implementos del salon	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA







**V.- Observaciones.**

Sin Observaciones
-------------------

\_\_\_\_\_  
**MAURICIO ALBERTO UMANZOR MILLA**  
**PRESTADOR**

**CERTIFICADO CONTRAPARTE TÉCNICA**

Yo, **JONATHAN FERNÁNDEZ FIGUEROA, DIRECTOR DE DESARROLLO COMUNITARIO**, en mi calidad de contraparte técnica del prestador/a de servicios a honorarios que emite el presente informe, certifico que ha realizado sus funciones en el presente mes, en virtud al contrato de prestación de servicios que corresponde, y a los objetivos y requerimientos de las labores aprobadas por el concejo municipal o del Programa Municipal en que se desempeña.

\_\_\_\_\_  
**JONATHAN FERNÁNDEZ FIGUEROA**  
**DIRECTOR**  
**DIRECCIÓN DE DESARROLLO COMUNITARIO**

\_\_\_\_\_  
**FREDDY LEONARDO CARRASCO**  
**SALAZAR**  
**COORDINADOR (A) PROGRAMA**