

INFORME SERVICIOS DE HONORARIOS.

AGOSTO	2024
Mes	Año

I.- Datos.

1.- Nombre.	CLEMENTE FELIPE LAIZ RIOS		
2.- Rut.			
3.- Nº Decreto.	Alcaldicio: 802	Imputación: 215.21.04.004.001	Centro de Costos: 25.05.04
4.- Dirección a la que pertenece.	DIRECCION DE DESARROLLO COMUNITARIO - DEPORTE ACTIVIDAD FÍSICA 2024		

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

• **PROFESOR TALLERES DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE**

PROFESOR DE TALLERES EN COMPLEJO DEPORTIVO Y OTROS RECIENTOS COMUNALES , APOYO EN EVENTOS Y ACTIVIDADES DEPORTIVAS

III.- Descripción de las funciones realizadas.

- Planificación de clases para la próxima clase. Orden de materiales deportivos.
- Clases de entrenamiento funcional, 4 series enfocadas en el tren superior. Taller Activamente.
- Clases de fútbol para la escuela municipal de buin. Categorías 2015,2016 y 2017. Disparos al arco y fútbol.
- Taller Activamente, realizado en horario am. 3 series para adaptar los ejercicios y se enfoco en el tren inferior.
- Cross circuit, taller realizado en horario pm. Taller de intensidad más elevada ya que asisten más participantes por lo tanto son más estación de ejercicios.
- Taller Activamente, realizado en horario am. 3 series para adaptar los ejercicios y se enfoco en el tren inferior.
- Cross circuit, taller realizado en horario pm. Taller de intensidad más elevada ya que asisten más participantes por lo tanto son más estación de ejercicios.
- Clases de fútbol para la escuela de fútbol municipal de buin. Se realizan trabajos de conducción de balón, pases, ataque con defensas. Fútbol para finalizar.
- Entrenamiento funcional en horario am. Para el taller Activamente. Se realizan 4 series, enfocado en el tren inferior y se suman más cargas o peso en las estaciones.
- Cross Circuit taller más intenso que en la mañana, se realizan 4 series. Asisten aproximadamente 60 personas.
- Planificación de clases para la próxima semana. Enfocado en realizar rutinas más intensas y con variables para los nuevos participantes.
- Taller Activamente, entrenamiento funcional para mayores de edad. 4 series y se mantienen las cargas, se realizan tiempos más largos de ejecución y cortos de pausa para aumentar la intensidad.
- Entrenamiento de fútbol para la escuela municipal de buin. Categoría 2015, 2016 y 2017. Enfocado en la táctica y disparos al arco. Finalizando con fútbol y penales.
- Clases de entrenamiento en horario am. Taller Activamente, se realiza de manera intensa ya que son ejercicios ya conocidos.
- Entrenamiento intenso en el taller Cross circuit. Parecido a un crossfit, este es más parecido a un HIIT. Realizar intensamente un ejercicio por tiempos cortos entre la ejecución y pausas.
- Clases de fútbol para la escuela municipal de buin, se recalca el trabajo en equipo, el respeto hacia

los compañeros y rivales. Trabajamos pases, cabezazos, desplazamiento y cambio de juego con el balón, disparos al arco y fútbol. Penales para finalizar.

- Entrenamiento funcional para el taller Activamente. Se mantiene la intensidad y las estaciones. Enfocado en el full body.

- Cross Circuit, entrenamiento de intensidad media-alta. Buscando el fallo en cada estación en la última serie.

- Planificar clases para la semana siguiente. Utilizando las recomendaciones de los alumnos para ir aumentando las cargas en las estaciones que corresponda.

- Clases de entrenamiento funcionales para el taller Activamente. Modo hift para entregar un intensidad elevada por ser el último día y ejercicios ya bien conocidos por los participantes.

- Clases de fútbol para la escuela municipal de buin.

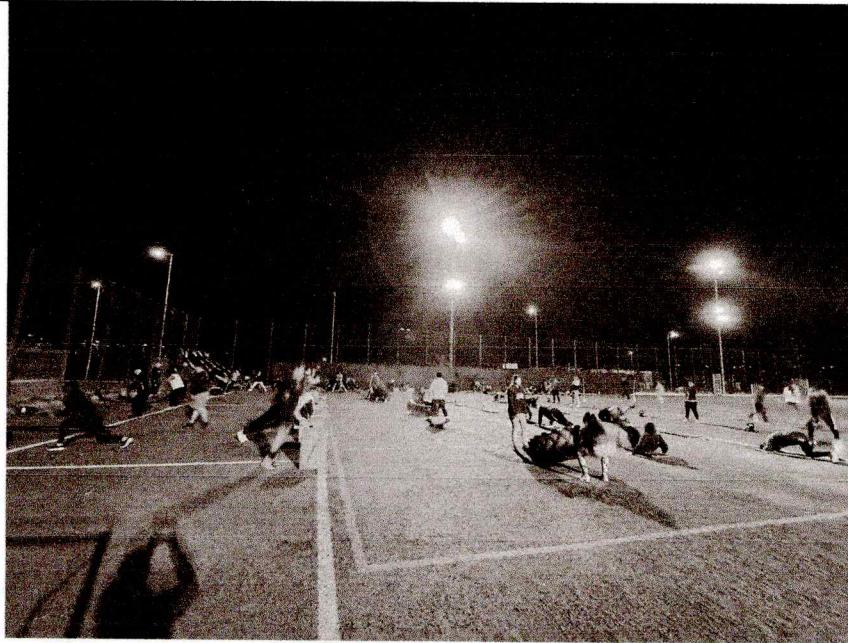
- Entrenamiento funcional, taller Activamente, enfocado en full body, se realizan 3 series para adaptar el cuerpo.

- Cross circuit, taller de entrenamiento para la tarde, donde asisten muchos participantes y por ende son más estaciones, esto logra que el entrenamiento sea más intenso.

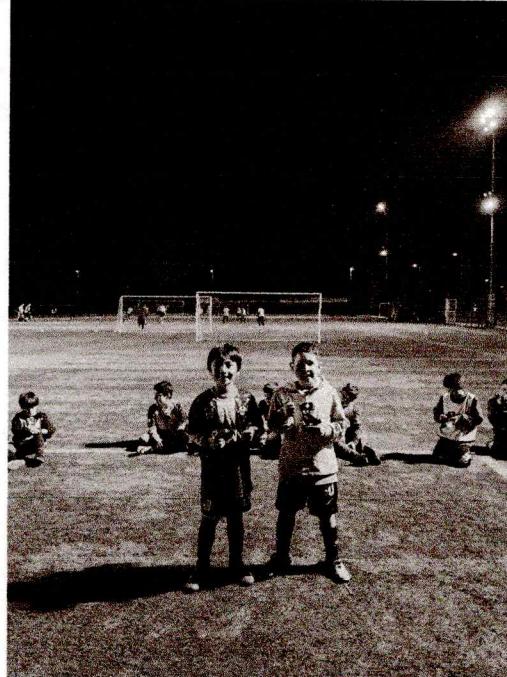
- Clases de fútbol para la escuela municipal de buin. Categoría 2015, 2016 y 2017. Se realiza trabajos 1vs1 y 3vs2 con disparos al arco.

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

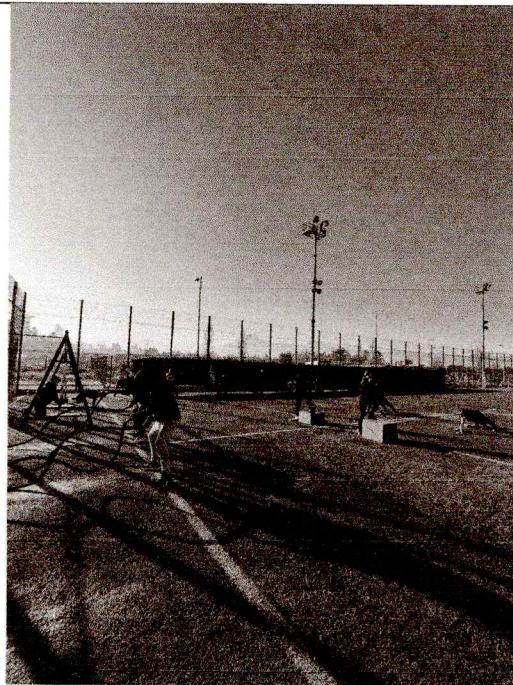
Fecha Cobertura: 2024-08-02	Descripción Cobertura: Clases	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA
		
Fecha Cobertura: 2024-08-05	Descripción Cobertura: Clases	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA



Fecha Cobertura: 2024-08-06	Descripción Cobertura: Clases	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA
--------------------------------	----------------------------------	--------------------------------------



Fecha Cobertura: 2024-08-07	Descripción Cobertura: Clases	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA
--------------------------------	----------------------------------	--------------------------------------



Fecha Cobertura: 2024-08-09	Descripción Cobertura: Clases	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA
--------------------------------	----------------------------------	-------------------------------



Fecha Cobertura: 2024-08-13	Descripción Cobertura: Clases	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA
--------------------------------	----------------------------------	-------------------------------

A large, handwritten blue checkmark is drawn on the page, centered vertically below the photograph.

V.- Observaciones.

Sin Observaciones

CLEMENTE FELIPE LAIZ RIOS
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

EDUARDO FELIPE SAENZ LAIZ
COORDINADOR (A) PROGRAMA