

INFORME SERVICIOS DE HONORARIOS.

SEPTIEMBRE	2024
Mes	Año

I.- Datos.

1.- Nombre.	CLEMENTE FELIPE LAIZ RIOS		
2.- Rut.			
3.- N° 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.

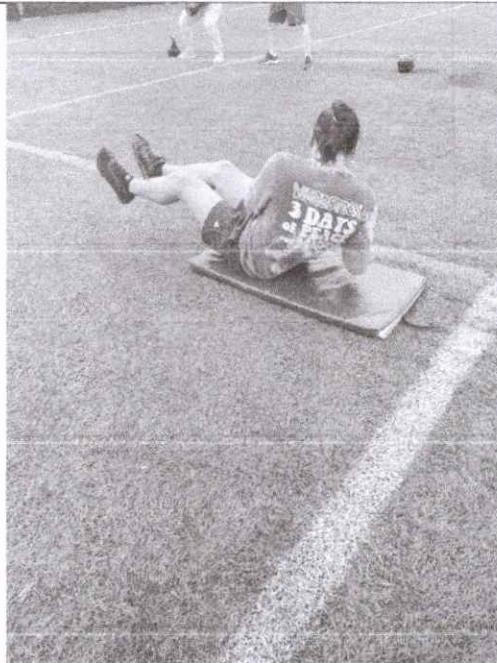
PROFESOR TALLERES DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE
PROFESOR DE TALLERES EN COMPLEJO DEPORTIVO Y OTROS RECIENTOS COMUNALES , APOYO EN EVENTOS Y ACTIVIDADES DEPORTIVAS

III.- Descripción de las funciones realizadas.

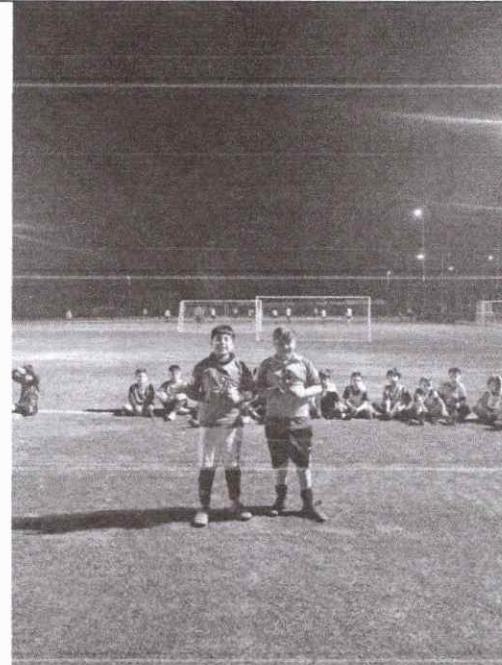
- Ejecución del taller Activamente para adultos, entrenamiento funcional donde se abarca el cuerpo completo, se enfoco el entrenamiento en el tren superior y aerobico.
- Se realiza taller de entrenamiento CrossCircuit, taller para mayores de edad, rutina enfocadas en el tren superior con tiempos más cortos para adaptar los ejercicios de la semana.
- Clases de fútbol para la Escuela Municipal de Buin. Categoría 2015, 2016 y 2017. Se realizo ejercicios de, trabajo en equipo 1vs1, disparos al arco. Se finaliza con fútbol y penales.
- Entrenamiento taller Activamente, se realizan 4 series una más que el primer día ya que hay una adaptación por ende se conocen los ejercicios. Aumentan los volúmenes en las estaciones que corresponden.
- CrossCircuit taller de entrenamiento HIFT (Entrenamiento funcional intervalico de alta intensidad) se logra una mayor demanda del cuerpo al realizarse con este metodo de pausas más cortas.
- Planificación de clases para la próxima semana. Se consideran las demandas de los participantes en cuanto a volúmenes y ejercicios nuevos.
- Orden en bodega de materiales deportivos.
- Entrenamiento funcional, clase para el taller Activamente. Se realizan 4 series, dos seguidas caminando la rotación entre estas y un descanso de 1min 30seg.
- Clases de fútbol para la escuela municipal de buin. Clase enfocada en disparos al arco y 3 vs 3 con disparo al arco. Fútbol para finalizar y la entrega del trofeo al alumno destacado de la semana.
- Entrenamiento taller Activamente realizado en horario am. Se realizan series cortas para adaptar la rutina nueva. Cargas bajas pero realizar de manera intensa siempre sobre la media.
- CrossCircuit entrenamiento método hift. Asisten aproximadamente 80 personas donde van rotando en estaciones, la cantidad de estaciones dependen de la cantidad de personas que asistan.
- Clases de fútbol para la escuela municipal de buin. Categoría 2015 2016 2017. Realizan pases y desplazamientos, control orientado con posiciones tácticas. Se finaliza con fútbol.
- Entrenamiento funcional taller Activamente realizado en horario am. Se realizan 4 series a la rutina se colocan más volumen en ciertas estaciones y los tiempos cambian a favor de dar más intensidad.
- Clase de entrenamiento funcional taller CrossCircuit, se realizan 4 series por ser el segundo con la misma rutina por ya conocen los ejercicios.

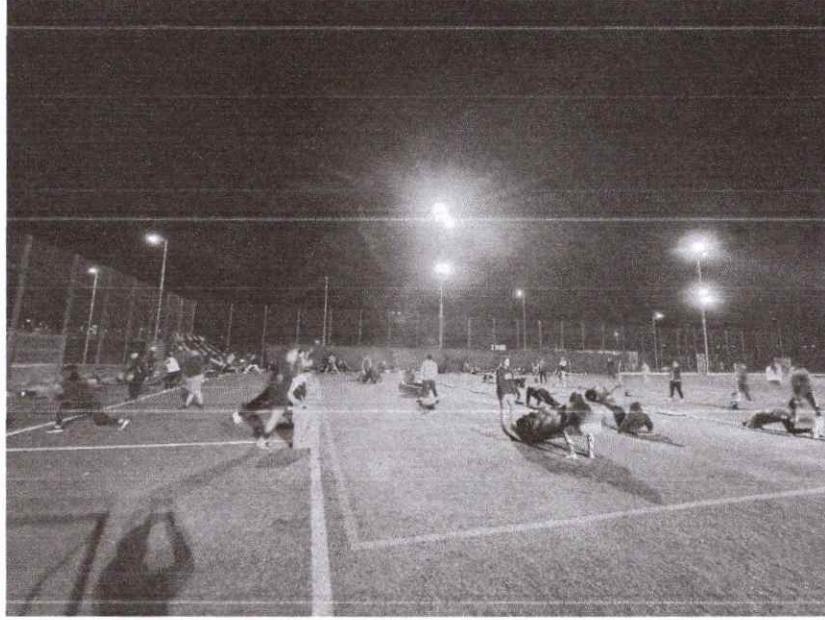
- Planificación de clases para los talleres de la semana siguiente. Se actualiza el listado de participantes.
- Clase de entrenamiento funcional para el taller Activamente. Se realizan 4 series y se cambian los tiempos para más intensidad. Clase realizada por la mañana.
- Clase de fútbol para la escuela municipal de buin. Categoría 2015 2016 2017, se realizan ejercicios de 1 vs 1 y disparos al arco, se finaliza con fútbol explicativo (correcciones).
- Clase de entrenamiento funcional utilizando método hift para una mayor hipertrofia. Taller realizado por la mañana.
- Entrenamiento funcional realizado por la tarde, para el taller CrossCircuit. Se realizan 3 series con el método hift, cargas más elevadas por estaciones.
- Clases de fútbol para la escuela municipal de buin. Categoría 2015 2016 2017, es la series más pequeña de la escuela. Se realizan trabajos de pases y desplazamientos para disparar al arco. Fútbol y penales.

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

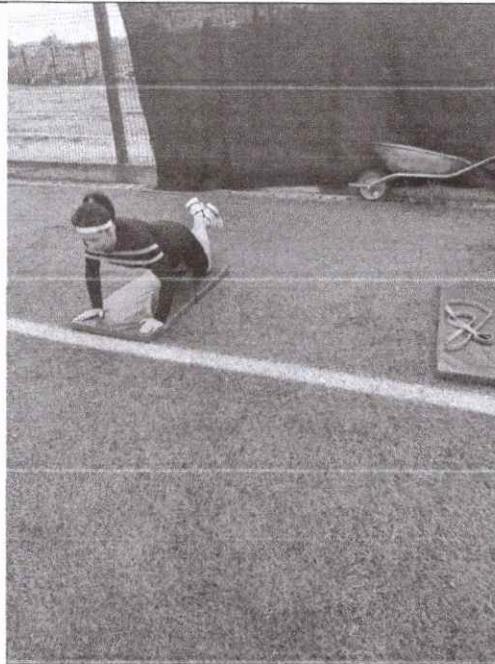
Fecha Cobertura:	Descripción Cobertura:	Tipo Cobertura:
2024-09-02	Clases	FOTOGRAFÍA
		
2024-09-03	Clases	FOTOGRAFÍA



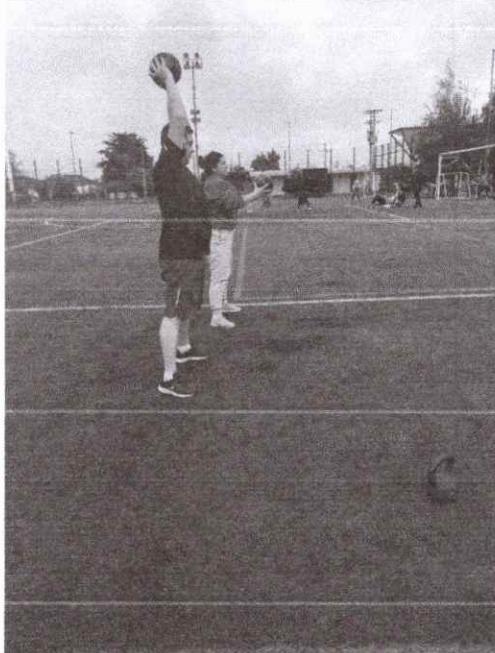


Fecha Cobertura: 2024-09-04	Descripción Cobertura: Clases	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA
		
Fecha Cobertura: 2024-09-06	Descripción Cobertura: Clases	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA

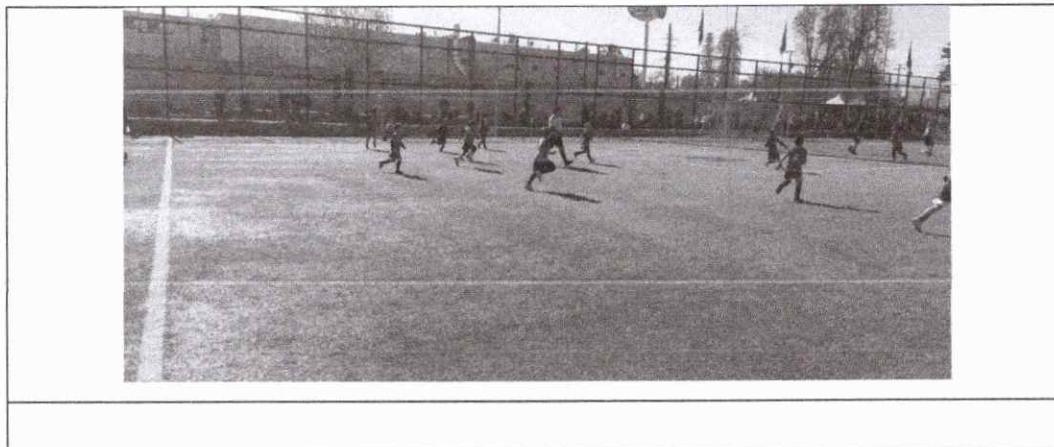




Fecha Cobertura: 2024-09-09	Descripción Cobertura: Clases	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA
--------------------------------	----------------------------------	-------------------------------



Fecha Cobertura: 2024-09-10	Descripción Cobertura: Clases	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA
--------------------------------	----------------------------------	-------------------------------

**V.- 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