



INFORME SERVICIOS DE HONORARIOS.

NOVIEMBRE	2024
Mes	Año

I.- Datos.

1.- Nombre.	NICOLAS AJENJO ELGUETA		
2.- Rut.			
3.- Nº Decreto.	Alcaldicio: 2526	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 CLASES DE NATACIÓN ADULTOS E INFANTIL.
- HIDROGIMNASIAS, SPINNING.
- DIRIGIR CLASES DE ENTRENAMIENTO FUNCIONAL.
- SALVAVIDAS PISCINA TEMPERADA MAIPO.
- APOYO EN ACTIVIDADES DEL PROGRAMA

III.- Descripción de las funciones realizadas.

Turno tarde 15:00 a 22:00
labores de salvataje
mantencion de orden y limpieza del entorno.
Orientación usuarios
Control acceso usuarios
Taller entrenamiento funcional 19:00 a 20:00
taller enfocado en la preparación física y condición de la musculatura.
Mel entrenamiento tiene un calentamiento, parte principal y últs a la calma.
Labores de salvavidas.
Taller natación adulto 21:00 a 22:00
taller enfocado en adquirir las diferentes técnicas de natación. Partiendo desde lo más básico hasta lo más complejo.

Turno Tarde 15:00 a 22:00
Labores de salvavidas.
mantencion de orden y limpieza del entorno pileta.
control acceso a usuarios.
Taller Spinning 20:00 a 21:00
Taller enfocado en la mejora del pedaleo haciendo trabajos de fuerza y cardiovasculares, mejorando técnicas y posturas de pedaleo.
Labores de salvavidas

Turno tarde 15:00 a 22:00
Labores de salvavidas.
control acceso usuarios
velar por la seguridad del entorno.
orden de artículos deportivos.
Taller entrenamiento funcional 19:00 a 20:00
El taller se realiza en función de la mejora de la fuerza y la capacidad cardiovascular. el

entrenamiento se compone de un calentamiento, una parte principal y una vuelta a la calma. Labores de salvavidas
Taller Natación 21:00 a 22:00
taller enfocado en adquirir diferentes técnicas de nado.
se da enfoque a los estilos de Crol y espalda, planificando la copa buin

Turno tarde 15:00a 22:00
Labores de salvavidas
mantencion de orden y limpieza
orden de artículos deportivos
Control acceso usuarios.
Taller Spinning 20:00 a 21:00
Se realiza sesión de entrenamiento enfocada en la fuerza del tren inferior. Realizando trabajos de intervalos de corta recuperación.
Labores de salvavidas.

Turno Tarde 15:00 a 22:00
Se realizan labores de salvavidas.
control de acceso a usuarios
mantencion de orden y limpieza
seguridad del entorno en todo momento.
Taller entrenamiento funcional 19:00 a 20:00
La sesión de entrenamiento está programada para realizar ejercicios de entrenamiento para el tren inferior y tren superior respectivamente. Labores de salvavidas. Taller de Natación 21:00 a 22:00 el taller de realiza en función de la preparación para la copa buin, se trabaja de manera intensiva con la entrada al agua, estilo crol y espalda.

Turno tarde 15:00 a 22:00
Labores de salvataje.
control acceso usuarios.
mantencion de orden y limpieza

Taller entrenamiento funcional 19:90 a 20:00
se realizan ejercicios del tren inferior, como del tren superior, haciendo un entrenamiento de manera completa para ambas extremidades.

Labores de salvavidas.
Taller Natación 21:00 a 22:00
taller enfocado en adquirir nuevas técnicas de nado, enfocado principalmente en los estilos requeridos para la copa buin.

Turno tarde 15:00 a 22:00
Labores de salvavidas.
control acceso usuario.
orientación de usuarios
Taller de spinning 20:00 a 21:00
Se realiza taller enfocado en ejercicios de fuerza del tren inferior, también se trabaja de manera paralela la condición cardiovascular.

Labores de salvavidas.
Turno tarde 15:00 a 22:00
Labores de salvataje.
control de acceso a usuarios. Mantencion de orden y seguridad.
Taller entrenamiento funcional 19:00 a 20:00
taller e fincado en realizar ejercicios de fuerza tanto del tren superior como del tren inferior. Se realizan trabajos intervalicos.
labores de salvavidas
Taller de natación 21:00 a 22:00

se trabaja con l finalidad de adquirir nuevas técnicas de nado, pasando por los diferentes estilos, según sea el nivel de los alumnos.

Turno tarde 15:00 a 22:00

Labores de salvavidas

control acceso usuarios, mantencion de orden y seguridad del entorno.

Taller de spinning 20:00 a 21:00.

Taller enfocado en la mejora cardiovascular y fuerza resistencia, se trabaja con intervalos de larga duración. Labores de salvavidas.

Labores de salvavidas.

Turno tarde 15:00 a 22:00

Labores de salvamento.

mantencion de orden y limpieza.

control de acceso de usuarios.

taller entrenamiento funcional 19:00 a 20:00

taller enfocado en la realización de ejercicios, con el fin de mejorar la condición física y la capacidad cardiorrespiratoria.

Labores de salvavidas.

Taller de natación 21:00 a 22:00

taller enfocado en la adquisición de técnicas de natación, pasando por los diferentes estilos y técnicas.

Turno tarde 15:00 a 22:00

Labores de salvavidas, control acceso usuarios.

mantencion de orden y limpieza.

taller entrenamiento funcional 19:00 a 20:00

se realiza taller con ejercicios enfocados en la fuerza del tren inferior y movilidad articular del tren superior. al final de realiza una vuelta a la calma.

Labores de salvavidas.

Taller Natación 21:00 a 22:00

taller enfocado en el aprendizaje de la técnicas de nado. Se da enfoque en los estilos, para poder competir en la copa buin.

Turno tarde 15:00 a 22:00

Labores de salvavidas

orden y limpieza del recinto

control acceso usuarios

Orientación publico general

Taller Spinnig 20:00 a 21:00

se realiza el taller enfocado en la resistencia cardiovascular. Se realizan intervalos de mediana intensidad. se finaliza con una vuelta a la calma

labores de salvavidas

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

Fecha Cobertura: 2024-11-04	Descripción Cobertura: entrenamiento funcional	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA
--------------------------------	---	-------------------------------



Fecha Cobertura:
2024-11-05

Descripción Cobertura:
spinning

Tipo Cobertura:
FOTOGRAFÍA



Fecha Cobertura:
2024-11-06

Descripción Cobertura:
natacion adulto

Tipo Cobertura:
FOTOGRAFÍA



Fecha Cobertura:
2024-11-07

Descripción Cobertura:
spinning

Tipo Cobertura:
FOTOGRAFÍA



Fecha Cobertura:
2024-11-08

Descripción Cobertura:
natacion adulto

Tipo Cobertura:
FOTOGRAFÍA





Fecha Cobertura:
2024-11-11

Descripción Cobertura:
entrenamiento funcional

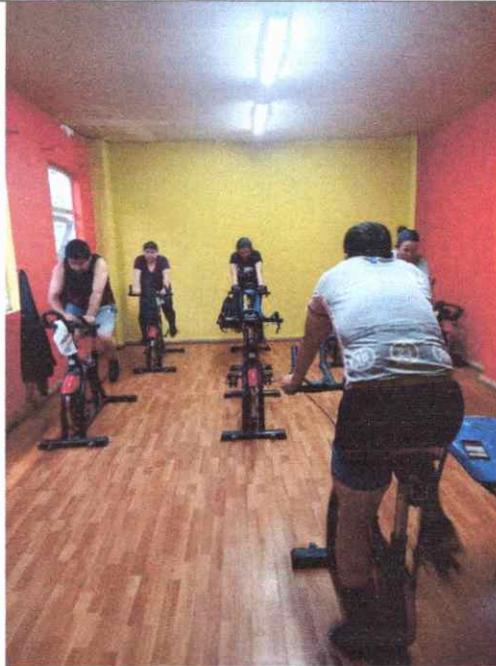
Tipo Cobertura:
FOTOGRAFÍA



Fecha Cobertura:
2024-11-12

Descripción Cobertura:
spinning

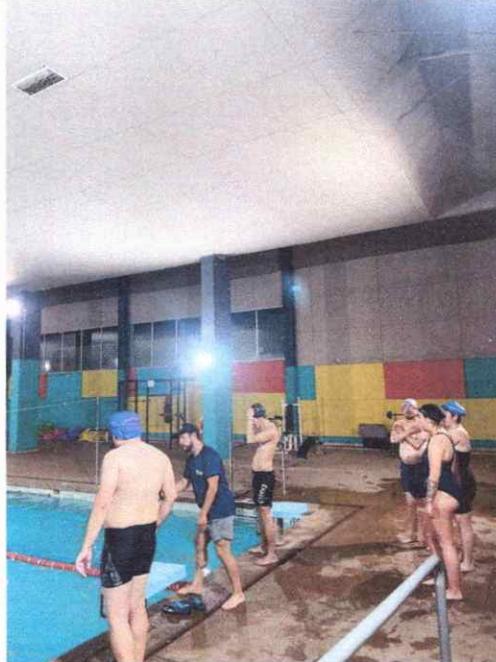
Tipo Cobertura:
FOTOGRAFÍA



Fecha Cobertura:
2024-11-13

Descripción Cobertura:
natacion adulto

Tipo Cobertura:
FOTOGRAFÍA



Fecha Cobertura:
2024-11-15

Descripción Cobertura:
natacion adulto

Tipo Cobertura:
FOTOGRAFÍA





Fecha Cobertura:
2024-11-18

Descripción Cobertura:
entrenamiento funcional

Tipo Cobertura:
FOTOGRAFÍA



Fecha Cobertura:
2024-11-19

Descripción Cobertura:
spinning

Tipo Cobertura:
FOTOGRAFÍA



V.- Observaciones.

A large, stylized handwritten signature in blue ink, consisting of a large loop and a long horizontal stroke.

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