

## INFORME SERVICIOS DE HONORARIOS.

ENERO	2025
<b>Mes</b>	<b>Año</b>

### I.- Datos.

<b>1.- Nombre.</b>	ESTEBAN PATRICIO CARE BLANCO		
<b>2.- Rut.</b>			
<b>3.- N° Decreto.</b>	Alcaldicio:	Imputación: <b>215.21.04.004.001</b>	Centro de Costos: <b>25.05.04</b>
<b>4.- Dirección a la que pertenece.</b>	<b>DIRECCION DE DESARROLLO COMUNITARIO - DEPORTE ACTIVIDAD FÍSICA</b>		

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

**Realizar talleres de actividad física y deporte.**

- CLASES DIRIGIDAS EN RECINTOS DEPORTIVOS MUNICIPALES: - CLASES DE ENTRENAMIENTO FUNCIONAL Y BANDA FIT - PLANIFICACIÓN Y DESARROLLO DE CLASES -PROFESOR DE TALLER Y ENTRENADOR DEPORTIVO

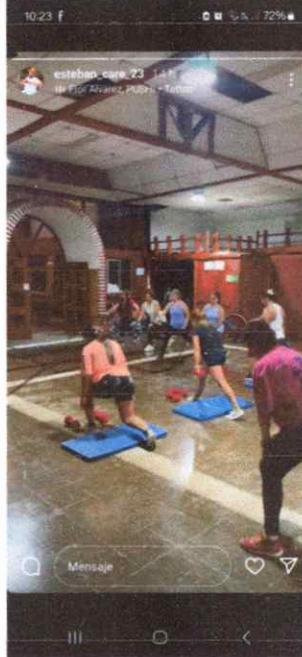
### III.- Descripción de las funciones realizadas.

- Se dirigen clases de banda fit en recinto casona blanca
- Se solicita a los participantes puedan registrar su inscripción
- Demostración de ejercicios y correcciones
- Clases de entrenamiento funcional
- Dirigir clases de entrenamiento funcional, planificar rutina y realizar demostraciones de ejercicios
- Corrección de posturas
- Realizar clases de entrenamiento funcional, clases am y pm
- Realizar rutina de entrenamiento físico
- Preparación de espacios para la clase
- Solicitud de inscripción al taller
- Control de asistencia a taller
- Planificación de taller de banda fit con ejercicios enfocados en tren superior, inferior y abdomen
- Dirigir rutina de ejercicios
- Dirigir clases de taller de entrenamiento funcional en jornadas de mañana y de tarde
- Demostración de ejercicios en circuit training
- Orientar a los usuarios con ejercicios
- Realizar clases de banda fit en casona blanca
- Dirigir rutina
- Apoyar a los usuarios nuevos y orientarlos en la clase
- Clase enfocada a tren superior usando la resistencia que entrega la banda elastica
- Desarrollar clases de taller de entrenamiento funcional
- Dirigir rutina de ejercicios por estaciones
- Demostración de ejercicios y realizar variaciones en el caso de que algún usuario presente dificultad
- Corregir posturas
- Realizar clases de entrenamiento funcional
- Planificación de clases semanal para grupo am y pm
- Clases en jornada de mañana y de tarde
- Controlar la asistencia solicitando a los usuarios que se registren

- Clases de taller de banda fit
- Clases orientada y exclusiva de mujeres para trabajar glúteos, abdomen y piernas con ayuda de banda elástica
- Orientar a las usuarias nuevas
- Realizar clases de entrenamiento funcional
- Planificación enfocada en trabajo abdominal, bajo y alto. Trabajo de cuádriceps y espalda
- Corrección de posturas al ejecutar los ejercicios de manera que se puedan evitar lesiones
- Dirigir clases de banda fit
- Demostración de ejercicios a realizar en clase
- Clase enfocada en glúteos, pierna media y abdomen
- Dirigir clases de entrenamiento funcional
- Distribución de ejercicios de forma alternada según la planificación. De manera que se trabajen segmentos por separado
- Control de asistencia
- Revisión y corrección al ejecutar los ejercicios
- Realizar clases de entrenamiento funcional en casona blanca
- Organizar los materiales a utilizar en circuito
- Demostración de ejercicios
- Dirigir taller de banda fit
- Demostración de ejercicios
- Control de asistencia a través de la inscripción
- Atención a los alumnos

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

Fecha Cobertura: 2025-01-02	Descripción Cobertura: Banda fit	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA
		
Fecha Cobertura: 2025-01-03	Descripción Cobertura: Clases de entrenamiento funcional	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA



Fecha Cobertura:  
2025-01-06

Descripción Cobertura:  
Demostración de ejercicios

Tipo Cobertura:  
FOTOGRAFÍA



Fecha Cobertura:  
2025-01-07

Descripción Cobertura:  
Clases de banda fit

Tipo Cobertura:  
FOTOGRAFÍA



Fecha Cobertura:  
2025-01-08

Descripción Cobertura:  
Entrenamiento funcional

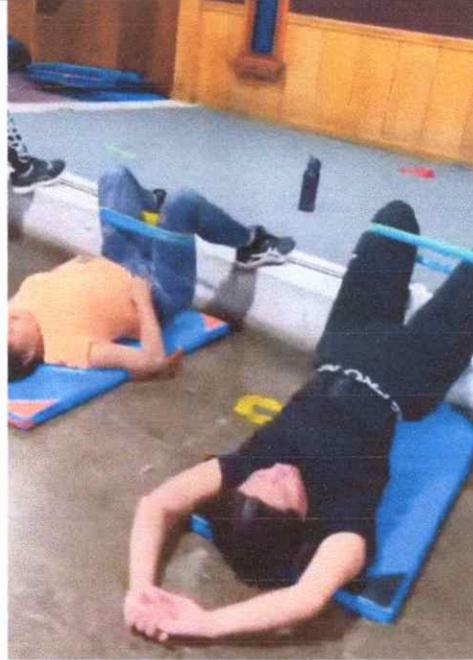
Tipo Cobertura:  
FOTOGRAFÍA



Fecha Cobertura:  
2025-01-09

Descripción Cobertura:  
Clases de banda fit

Tipo Cobertura:  
FOTOGRAFÍA



Fecha Cobertura:  
2025-01-10

Descripción Cobertura:  
Demostración de ejercicios

Tipo Cobertura:  
FOTOGRAFÍA



Fecha Cobertura:  
2025-01-13

Descripción Cobertura:  
Entrenamiento funcional

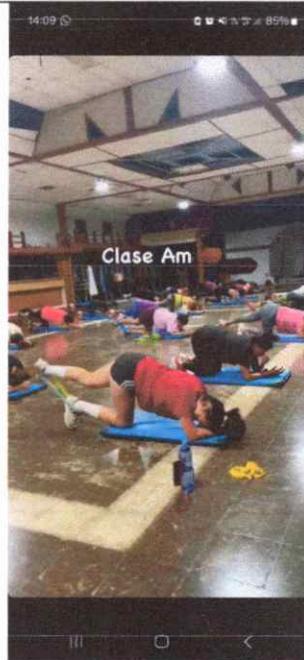
Tipo Cobertura:  
FOTOGRAFÍA



Fecha Cobertura:  
2025-01-14

Descripción Cobertura:  
Banda fit

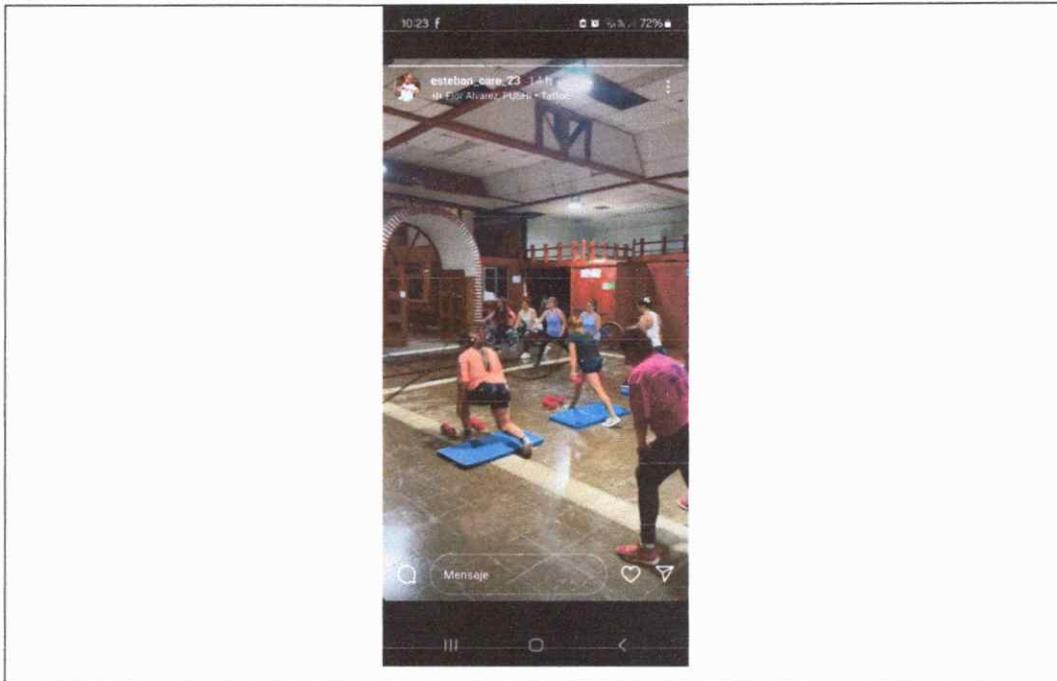
Tipo Cobertura:  
FOTOGRAFÍA



Fecha Cobertura:  
2025-01-15

Descripción Cobertura:  
Entrenamiento funcional

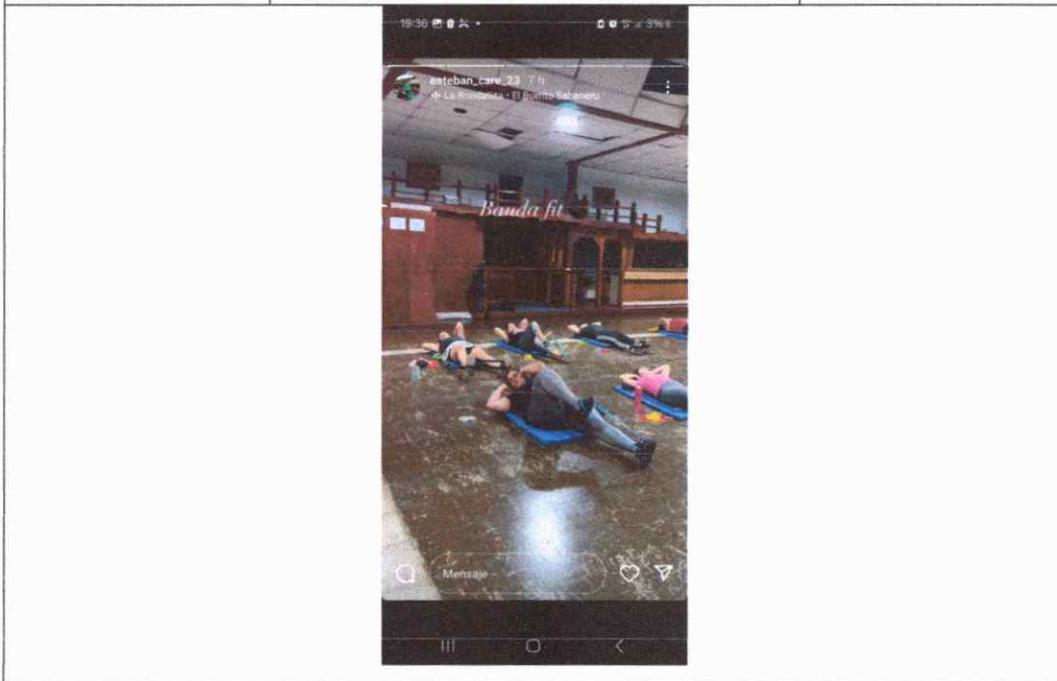
Tipo Cobertura:  
FOTOGRAFÍA



Fecha Cobertura:  
2025-01-16

Descripción Cobertura:  
Clases de banda fit

Tipo Cobertura:  
FOTOGRAFÍA



Fecha Cobertura:  
2025-01-17

Descripción Cobertura:  
Demostración de ejercicios

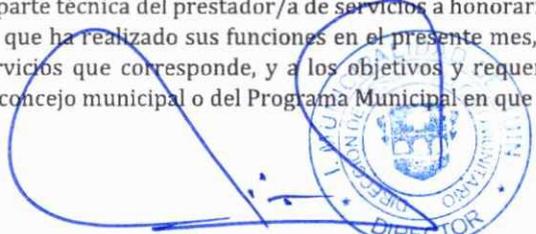
Tipo Cobertura:  
FOTOGRAFÍA



**V.- Observaciones.**

**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**

