

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES
MES DE ABRIL 2025

A: Sra. Pamela Tapia Villarroel, Jefa Departamento Desarrollo Comunitario.

De: Pablo Tapia Moya, Monitor de Taller de Acondicionamiento cardiovascular.

ACTIVIDADES

De acuerdo a las facultades y funciones como monitor del Taller Municipal de Acondicionamiento Físico, detallo las actividades realizadas en el mes de abril

- Calentamiento general (movimientos articulares y elongación de diversos segmentos corporales)
- Trabajo físico de coordinación (con conos y escaleras)
- Trabajo físico en parejas (en caso de abdominales y trabajos con balones)
- Estaciones con implementos deportivos (balones medicinales, vallas de salto, escalas de coordinación y propio peso corporal, pesas con botellas).
- Circuitos físicos con conos, vallas entre otros.
- Trabajos de fuerza física con poco peso.

FECHA CLASE: 07 de abril.

N° DE ASISTENCIAS: 01 alumnos.

FECHA CLASE: 11 de abril.

N° DE ASISTENCIAS: 09 alumnos.

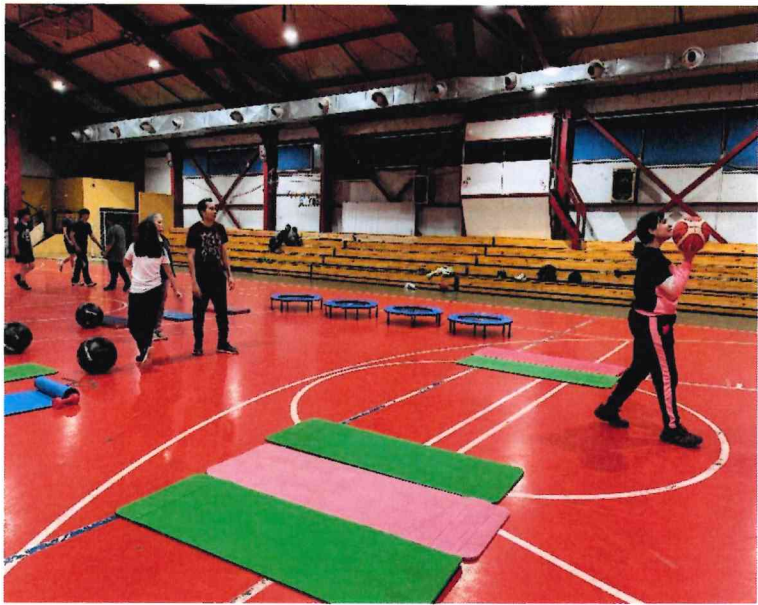


FECHA CLASE: 14 de abril.
N° DE ASISTENCIAS: 07 alumnos.



FECHA CLASE: 21 de abril.

N° DE ASISTENCIAS: 04 alumnos.



FECHA CLASE: 25 de abril. .
N° DE ASISTENCIAS: 0 alumnos.

Puerto Williams, 2025

Handwritten signature in blue ink.