

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

FECHA DE ENTREGA DE INFORME:

31 MAY 2025

NOMBRE PERSONA CONTRATADA: KEYLA LAYA BASTIDAS

CARGO	: MONITORA TALLER DE YOGA		
DEPENDENCIA	: DIDEKO	UNIDAD	: DISCAPACIDAD
Nº DE DECRETO	: 901	FECHA DECRETO	: 5 MARZO DE 2025
MES A CANCELAR	: MAYO DE 2025	IDDOC DECRETO	: 2009114
BOLETA N°	: 14	FECHA BOLETA	: 31 DE MAYO 2025

FECHAS	ACTIVIDADES DESARROLLADAS
SEMANA DEL 1 AL 4 DE MAYO	Se realizó clase de Yoga Integral enfocada en posturas de flexibilidad de piernas. (pinza, abeja, souplicee)
SEMANA DEL 5 AL 11 DE MAYO	La clase de Yoga se hizo con dinamismo y fluidez pasando por 3 series que tenían más de 7 posturas cada una.
SEMANA DEL 12 AL 18 DE MAYO	La sesión tuvo como objetivo posturas de pie que propiciaran la concentración por medio del equilibrio.
SEMANA 19 AL 24 DE MAYO	Se emplearon posturas de relajación y movimientos coordinados de piernas, brazos, cabeza, tronco y caderas.
SEMANA 26 AL 31 DE MAYO	Yoga integral en silla. (apertura y cierre de pecho), laterales, asimetrías y torciones de tronco.

Keyla B - Keyla K.

KEYLA KATIUSCA LAYA BASTIDAS
MONITORA TALLER DE YOGA
NOMBRE Y FIRMA TRABAJADOR/A

