Municipalidad de
CONCEPCIÓN
¡La mejor ciudad de Chile!

INFORME DE GESTION MENSUAL **FECHA:** 31 JUL 2026

NOMBRE DEL CONTRATADO:	**JESSFREE MENDOZA CARRILLO**	MONITOR DE ACTIVIDAD FISICA	**RUT N° 18.684.128-K**
DIRECCION	**DESARROLLO COMUNITARIO**	**UNIDAD**	**Oficina Personas Mayores "Ana Hernández Muñoz"**
Nº DECRETO	**1750-DGDP-2026**	**FECHA 21/07/2026**	**IDOOC 2212522**
MES A PAGAR:	**JULIO 2026**	**BOLETA N° 170**	**FECHA: 31/07/2026**

FUNCIONES SEGÚN CONTRATO	ACTIVIDAD REALIZADA	FECHA	HORA
-Realizar 4 talleres de actividad física, con una duración de 8 horas mensuales cada uno, abiertos a la comunidad. **-Realizar 1 taller de actividad física, con una duración de 12 Horas mensuales, abierto a la comunidad.**	**Taller Ama Bellavista** **taller realizado en general lomas bellavista, calle 2: n°1740** ***Taller enfocado en***: A - La práctica de entrenamiento (fuerza, flexibilidad, resistencia: manteniendo como objetivos la mejora en la percepción de las actividades del diario vivir, ej: levantarse de la cama, subir y bajar escaleras, caminar a mayor velocidad, agacharse, alcanzar un objeto en altura, etc.). B - Técnica individual y en parejas de ritmos latinos (salsa, bachata y merengue): paso básico, giros, adornos, tiempos y más. C – baile entretenido (manteniendo las técnicas enseñadas en los ritmos latinos (guiar en el baile en parejas, girar, y entender el paso que el guía quiere realizar). **1 –** baile entretenido, técnica del baile 2 – ejercicios, posturas y respiraciones de yoga 3 – baile entretenido, técnicas del baile. 4 – entrenamiento de cualidades físicas como la fuerza y la movilidad. **5 –** baile entretenido, técnica del baile 6 – ejercicios, posturas y respiraciones de yoga 7 – baile entretenido, técnicas del baile. 8 – entrenamiento de cualidades físicas como la fuerza y la movilidad. **LOMAS VERTIENTES Y OTOÑOS DORADOS** **-gobernador juan Henríquez 648-720.** **-Tucapel 1770** ***Taller enfocado en***: 1 - La práctica de entrenamiento (fuerza, flexibilidad, resistencia: manteniendo como objetivos la mejora en la percepción de las actividades	**07/07/2026** **09/07/2026** **13/07/2026** **14/07/2026** **21/07/2026** **23/07/2026** **28/07/2026** **30/07/2026** **07/07/2026** **14/07/2026** **21/07/2026** **28/07/2026**	16:00-17:30 16:00-17:30 16:00-17:30 16:00-17:30 16:00-19:00 16:00-17:30 16:00-19:00 16:00-17:30 14:00-16:00 14:00-16:00 14:00-16:00 14:00-16:00

	del diario vivir, ej: levantarse de la cama, subir y bajar escaleras, caminar a mayor velocidad, agacharse, alcanzar un objeto en altura, etc.).		
	2 - Técnica individual y en parejas de ritmos latinos (salsa, bachata y merengue): paso básico, giros, adornos, tiempos y más.	09/07/2026	14:00-16:00
	3 – baile entretenido (manteniendo las técnicas enseñadas en los ritmos latinos (guiar en el baile en parejas, girar, y entender el paso que el guía quiere realizar)	10/07/2026 23/07/2026	14:00-16:00 14:00-16:00
	1 – baile entretenido, técnica del baile.	30/07/2026	14:00-16:00
	2 – ejercicios, posturas y respiraciones de yoga		
	3 – entrenamiento de cualidades físicas como la fuerza y la movilidad.		
	4 – entrenamiento de cualidades físicas como la fuerza y la movilidad.		
	Pedro Aguirre Cerda.		
	Taller realizado en Balmaceda 150, concepción.		
	Taller enfocado en:		
	1 - La práctica de entrenamiento (fuerza, flexibilidad, resistencia: manteniendo como objetivos la mejora en la percepción de las actividades del diario vivir, ej: levantarse de la cama, subir y bajar escaleras, caminar a mayor velocidad, agacharse, alcanzar un objeto en altura, etc.).	**08/07/2026** **15/07/2026**	17:00-19:00 17:00-19:00
	2 - Técnica individual y en parejas de ritmos latinos (salsa, bachata y merengue): paso básico, giros, adornos, tiempos y más.	**22/07/2026** **29/07/2026**	17:00-19:00 17:00-19:00
	3 – baile entretenido (manteniendo las técnicas enseñadas en los ritmos latinos (guiar en el baile en parejas, girar, y entender el paso que el guía quiere realizar).		
	Taller en el cual habiendo realizado el diagnostico, se determinó que la mayoria de participantes desean aprender y entretenerse con el baile, pero manteniendo algún tipo de entrenamiento para mejorar su salud.		
	1 – baile entretenido, técnica del baile		
	2 – ejercicios, posturas y respiraciones de yoga		
	3 – baile entretenido, técnicas del baile.		
	4 – entrenamiento de cualidades físicas como la fuerza y la movilidad.		
	5 – baile entretenido, técnica del baile		
	6 – ejercicios, posturas y respiraciones de yoga		
	7 – baile entretenido, técnicas del baile.		
	8 – entrenamiento de cualidades físicas como la fuerza y la movilidad.		
	Sede la independencia.		

Municipalidad de
CONCEPCIÓN
¡La mejor ciudad de Chile!

	Taller realizado en Ainavillo 1787, concepción. ***Taller enfocado en***: 1 - La práctica de entrenamiento (fuerza, flexibilidad, resistencia: manteniendo como objetivos la mejora en la percepción de las actividades del diario vivir, ej: levantarse de la cama, subir y bajar escaleras, caminar a mayor velocidad, agacharse, alcanzar un objeto en altura, etc.). 2 - Técnica individual y en parejas de ritmos latinos (salsa, bachata y merengue): paso básico, giros, adornos, tiempos y más. 3 – baile entretenido (manteniendo las técnicas enseñadas en los ritmos latinos (guiar en el baile en parejas, girar, y entender el paso que el guía quiere realizar). 1 – baile entretenido, técnica del baile 2 – ejercicios, posturas y respiraciones de yoga 3 – baile entretenido, técnicas del baile. 4 – entrenamiento de cualidades físicas como la fuerza y la movilidad. 5 – baile entretenido, técnica del baile 6 – ejercicios, posturas y respiraciones de yoga 7 – baile entretenido, técnicas del baile. 8 – entrenamiento de cualidades físicas como la fuerza y la movilidad. **TOTAL DE HORAS: 44 HORAS MENSUALES**	**08/07/2026** **15/07/2026** **22/07/2026** **29/07/2026**	14:00-1600 14:00-16:00 14:00-16:00 14:00-16:00

I. MUNICIPALIDAD DE CONCEPCIÓN
DIRECCIÓN DE DESARROLLO COMUNITARIO

I. MUNICIPALIDAD DE CONCEPCIÓN
OFICINA DE PERSONAS MAYORES

JESSFREE MENDOZA CARRILL **PRESTADOR DE SERVICIOS**	**SINTIA LEYTON AEDO** **DIRECTORA** **DESARROLLO COMUNITARIO**	**FRANCISCO URRIOLA OLIVARES** **COORDINADOR** **OFICINA PERSONAS MAYORES** **"Ana Hernández Muñoz"**

-