Municipalidad de
CONCEPCIÓN
¡La mejor ciudad de Chile!

INFORME DE ACTIVIDADES FECHA: 30 SEP 2026

NOMBRE DEL CONTRATADA:	MARITZA J. MENDEZ CHAVEZ	MONITORA: ACTIVIDAD FISICA	RUT N° N°14.495.133-6
DIRECCION	DESARROLLO COMUNITARIO	UNIDAD	Oficina Personas Mayores "Ana Hernández Muñoz"
Nº DECRETO	1957-DGPD-2026	FECHA 29/07/2026	IDOOC 2216112
MES A PAGAR:	SEPTIEMBRE 2026	BOLETA N° 541	FECHA: 30/09/2026

FUNCIONES SEGÚN CONTRATO	ACTIVIDAD REALIZADA	FECHA	HORA
Realizar 1 Taller de Pilates, con una duración de 12 horas mensuales, cada uno, abierto a la comunidad Realizar 2 Talleres de Actividad Fìsica, con una duración de 12 horas mensuales, cada uno, abiertos a la comunidad.	**PILATES ABIERTO A LA COMUNIDAD:** Taller realizado en la Casa de Personas Mayores, ubicado en Tucapel 1770, Concepciòn. 2 VECES A LA SEMANA/12 HRS MENSUAL **PILATES** Es un Sistema de Entrenamiento, en este caso de bajo impacto adaptado para personas mayores Tiene como objetivo principal tonificar cada grupo muscular y de esta manera ralentizar el deterioro físico y mental.transformandolo en una vida diaria saludable y dinámica. Esto se logra con la planificación de cada clase considerando los principios de Pilates en cada sesión; Respiraciòn, Concentraciòn, Control, Centralizaciòn, Precisiòn y Fluidez del movimiento. Planificaciòn 9 clases Calentamiento: Muscular flexibilidad y equilibrio (de pie) Parte Central: Tonificar musculatura, a través de una baterìa de ejercicios posturales en suelo (Variante de miércoles con implemento pelota "Overbal" Vuelta a la calma: Estiramiento especifico de grupos musculares trabajados.	02/09/2026 07/09/2026 09/09/2026 14/09/2026 16/09/2026 21/09/2026 23/09/2026 28/09/2026 30/09/2026	13:30 a 15:00 13:30 a 15:00 13:30 a 15:00 13:30 a 15:00 13:30 a 15:00 13:30 a 15:00 13:30 a 14:30 13:30 a 14:30 13:30 a 14:30
	EL GOLF RIVERO: Taller realizado en la Sede Social de la Junta de Vecinos, ubicada en Calle El Golf Nº 2275, laguna redonda. 2 VECES A LA SEMANA/12 HRS MENSUAL **Actividad Fìsica Cardiolocalizado** de bajo impacto dirigida a fortalecer distintos grupos musculares, a través de ejercicios funcionales que busca mejorar la calidad de vida de estas personas. En cada sesión este mes trabajamos nivelación para el sistema cardiovascular. **Objetivo General**:Trabajar Sistema Cardiovascular y Musculoesquelètico **Objetivo Especìfico**: Nivelar sistema aeròbico y localizado muscular **Calentamiento**: Articular y Muscular **Parte Central**: Rutina Cardiovascular coreográfico/Estructura Cueca **Localizado**:Rutina especìfica tonificaciònn muscular con ejercicios funcionales e implementos **Vuelta a la calma**: Elongaciòn general de tren superior e inferior.	01/09/2026 03/09/2026 08/09/2026 10/09/2026 15/09/2026 17/09/2026 22/09/2026 24/09/2026 29/09/2026	14:30 a 15:15 14:30 a 15:15 14:30 a 15:15 14:30 a 15:15 14:30 a 15:15 14:30 a 15:15 14:30 a 15:15 14:30 a 15:15 14:30 a 15:30
	TALLER INTRODUCCION A PILATES: Realizar una rutina de ejercicios basada en el sistema de entrenamiento pilates, iniciación en silla porque la mayoría de las alumnas no pueden tumbarse en el suelo.	01/09/2026 03/09/2026 08/09/2026 10/09/2026 15/09/2026 17/09/2026 22/09/2026 24/09/2026 29/09/2026	15:15 a 15:45 15:15 a 15:45 15:15 a 15:45 15:15 a 15:45 15:15 a 15:45 15:15 a 15:45 15:15 a 15:45 15:15 a 15:45 15:15 a 16:15



Municipalidad de
CONCEPCIÓN
¡La mejor ciudad de Chile!

	MUJER Y VIDA PLENA Taller realizado en CPC Lorenzo Arenas, calle Pedro de oña S/n. 2 VECES A LA SEMANA/12 HRS MENSUAL Realizamos una clase de Acondicionamiento físico para personas mayores, con el objetivo principal de mejorar tonicidad muscular y funcionalidad de su vida diaria Objetivo General: Tonicidad muscular Calentamiento: Articular y Muscular Parte Central: Cardiovascular/Estructura Cueca Localizado: Sistema Entrenamiento Circuito y estaciones de trabajos con y sin implementos Vuelta a la Calma: Estiramientos	01/09/2026 03/09/2026 08/09/2026 10/09/2026 15/09/2026 17/09/2026 22/09/2026 24/09/2026 29/09/2026	16:30 a 17:15 16:30 a 17:15 16:30 a 17:15 16:30 a 17:15 16:30 a 17:15 16:30 a 17:15 16:30 a 17:15 16:30 a 17:15 16:30 a 17:30
	TALLER INTRODUCCION A PILATES: Realizar una rutina de ejercicios basada en el sistema de entrenamiento pilates, iniciación en silla porque la mayoría de las alumnas no pueden tumbarse en el suelo. **TOTAL DE HORAS: 36 HRS MENSUALES**	01/09/2026 03/09/2026 08/09/2026 10/09/2026 15/09/2026 17/09/2026 22/09/2026 24/09/2026 29/09/2026	17:15 a 17:45 17:15 a 17:45 17.15 a 17.45 17:15 a 17:45 17:15 a 17:45 17:15 a 17:45 17:15 a 17:45 17:15 a 17:45 17:15 a 18:15

MARITZA MENDEZ CHAVEZ PRESTADOR DE SERVICIOS	SINTIA LEYTON AEDO DIRECTORA DESARROLLO COMUNITARIO	FRANCISCO URRIOLA OLIVARES COORDINADOR OFICINA DE PERSONAS MAYOR "ANA HERNANDEZ MUÑOZ"

MARITZA JACQUELINE MENDEZ CHAVEZ

BOLETA DE HONORARIOS ELECTRONICA

N ° 541

RUT: 14.495.133-6

GIRO(S): OTRAS ACTIVIDADES DE SERVICIOS PERSONALES N.C.P.,

TECNICO DEPORTIVO

LAS CANCHAS 115 Villa/Pob. PEDRO DE VALDIVIA , CONCEPCION

TELEFONO: 2332282

Fecha: 30 de Septiembre de 2026

Señor(es): I MUNICIPALIDAD DE CONCEPCION

Rut: 69.150.400- K

Domicilio: O'HIGGINS 525 , CONCEPCION

Por atención profesional:

MONITORA DE ACT.FISICA TALLERES RECREATIVOS MES A PAGAR SEPTIEMBRE 2026 DECRETO 1957 -DGDP-2026	324.000
Total Honorarios: $:	324.000
15.25 % Impto. Retenido:	49.410
Total:	274.590

Fecha / Hora Emisión: 21/09/2026 11:19

14495133005418D37A11

Res. Ex. N° 83 de 30/08/2004

Verifique este documento en www.sii.cl

El contribuyente receptor de esta boleta debe retener el porcentaje definido.

11202609211120

Fecha / Hora Impresión: 21/09/2026 11:20