Municipalidad de
CONCEPCIÓN
La mejor ciudad de Chile!
Dirección de Desarrollo Comunitario
Oficina de personas Mayores

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

FECHA: 31 JUL 2026

NOMBRE DEL CONTRATADA:	**MARÍA I. OLIVARES ORTEGA**	**MONITORA DE YOGA**	**RUT N°** N°11.677.286-8
DIRECCION	**DESARROLLO COMUNITARIO**	**UNIDAD**	**Oficina Personas Mayores "Ana Hernández Muñoz"**
Nº DECRETO	**1679-DGPD-2026**	**FECHA 20/07/2026**	**IDOOC2212665**
MES A PAGAR:	**JULIO 2026**	**BOLETA N° 327**	**FECHA: 31/07/2026**

FUNCIONES SEGÚN CONTRATO	ACTIVIDAD REALIZADA	FECHA - HORA
REALIZAR: ❖ **REALIZAR 3 TALLERES DE YOGA CON UNA DURACIÓN DE 12 HORAS MENSUALES CADA UNO. ABIERTOS A LA COMUNIDAD.** ❖ **1 TALLER DE 10 HORAS MENSUALES** ❖ **5 TALLERES DE 8 HORAS MENSUALES CADA UNO. ABIERTOS A LA COMUNIDAD.** ❖ **2 TALLER DE 6 HORAS MENSUALES.** ❖ **LA PRESTADORA DE SERVICIOS PODRÁ DESEMPEÑAR OTRAS FUNCIONES QUE EL JEFE/A, DIRECTOR/A QUE CORRESPONDA, Y QUE SE CONSIDEREN NECESARIAS O CONVENIENTES PARA EL CORRECTO Y ADECUADO FUNCIONAMIENTO DEL MISMO.**	✓ Taller Brujitas Comenzamos con meditaciones activas para liberar la fascia. Rutinas completas entrando a Vinyasa. (TOTAL 12 HORAS). Funcionan en sede CAM.	03-07-2026 07-07-2026 10-07-2026 14-07-2026 17-07-2026 15:00 a 16:30 21-07-2026 24-07-2026 28-07-2026 31-07-2026
	✓ Taller Espiral. Trabajamos las rutinas completas entrando a las posturas de plancha. Con series de mediana intensidad. (TOTAL 6 HORAS). Funcionan en Sede CAM.	06-07-2026 13-07-2026 10:00 a 11:30 20-07-2026 27-07-2026
	✓ Taller LEUFUCHE, Ejercicios de meditación activa para liberar la fascia. ejercicios con balones pequeños para fuerza y coordinación. (TOTAL 12 HORAS). Funcionan en su sede lado bombonera en Miraflores 763.	02-07-2026 06-07-2026 09-07-2026 13-07-2026 16:30 a 18:00 20-07-2026 23-07-2026 27-07-2026 30-07-2026
	✓ Taller PROFETA ISAIAS. Entrando en las posturas de fuerza como chaturanga y plancha. Series completas ya con vinyasa. (TOTAL 8 HORAS) Funcionan en Sede Los Estero Nonguén, en general Gorostiaga 1774.	02-07-2026 07-07-2026 09-07-2026 14-07-2026 18:30 a 19:30 21-07-2026 23-07-2026 28-07-2026 30-07-2026
	✓ Taller TAE FIT. Trabajo variado de ejercicios de baile, pilates, mancuernas todo a nivel funcional. (TOTAL 8 HORAS). Funcionan en CPC lorenzo arenas	02-07-2026 07-07-2026 09-07-2026 14-07-2026 09:00 a 10:00 21-07-2026 23-07-2026 28-07-2026 30-07-2026
	✓ Taller BRILLANDO AL SOL Meditación activa para liberar fascia, pequeñas rutinas de yoga muy suaves y básicas. (TOTAL 10 HORAS). Funcionan en sede CAM, Tucapel	06-07-2026 13-07-2026 14:30 a 17:00 20-07-2026 27-07-2026
	✓ Taller DULCE AMANECER: Meditación activa para la liberar la fascia, ejercicios con rutinas completas de mediana intensidad. (TOTAL 8 HORAS). Funcionan en sede club de rayuela,en calle un 75.	03-07-2026 07-07-2026 10-07-2026 14-07-2026 17-07-2026 10:00 a 11:00 21-07-2026 24-07-2026

Municipalidad de
CONCEPCIÓN
¡La mejor ciudad de Chile!
Dirección de Desarrollo Comunitario
Oficina de personas Mayores

	✓ Taller SAN REMO Meditación activa para liberar fascia, ejercicios rutinas completas complejas de fuerza como plancha y chaturanga (TOTAL 12 HORAS). Funcionan en su sede lado	03-07-2026 07-07-2026 10-06-2026 13-07-2026 17-07-2026 20-07-2026 24-07-2026 27-07-2026	11:30 a 13:00
	✓ Taller CORAZONES ALEGRES: Ejercicios suaves de yoga y respiraciones conscientes. (TOTAL 6 HORAS). Funcionan en club de rayuela villa cap, en calle uno oriente 340.	07-07-2026 14-07-2026 21-07-2026 28-07-2026	15:00 a 17.30
	✓ Taller YOGA ABIERTO: Este mes trabajamos con ejercicios de héroe y uttkatasana en puntillas. Se realizó sesión de Yoga Nidra. Respiración de cuatro tiempos y meditación de percepción expandida (TOTAL 8 HORAS). Funcionan en Casa Adulto mayor Tucapel 1770.	07-07-2026 14-07-2026 21-07-2026 28-07-2026	10:00 a 12:00
	✓ Taller ESTERO NONGUÉN. Meditación activa para liberar fascia, ejercicios rutinas completas complejas de fuerza como plancha y chaturanga. (TOTAL 8 HORAS). Funcionan en sede estero de Nonguén en general Gorostiaga 1774. **Total 98 horas mensuales.**	02-07-2026 06-07-2026 09-07-2026 13-07-2026 20-07-2026 23-07-2026 27-07-2026 30-07-2026	12:00 a 13:00

MARÍA I. OLIVARES ORTEGA **PRESTADORA DE SERVICIO**	**SINTIA LEYTON AEDO** **DIRECTORA** **DESARROLLO COMUNITARIO**	**FRANCISCO URRIOLA OLIVARES** COORDINADOR OFICINA DE PERSONAS MAYORES "Ana Hernández Muñoz"