

2

INFORME DE GESTION MENSUAL

ENTREGA DEL INFORME 30 ABR 2026

NOMBRE DEL CONTRATADO (A): VIRGINIA RAMIREZ FUENTES

CARGO : MONITORA DE YOGA

DEPENDENCIA : DIDECO

UNIDAD: Oficina Personas Mayores Ana Hernández Muñoz

Nº DECRETO : 753

FECHA DECRETO: 30 de Marzo 2026

MES A PAGAR : ABRIL 2026

BOLETA Nº : 158

FECHA BOLETA: 30/04/2026

ID DOC : 2171674

FUNCIONES SEGÚN CONTRATO	ACTIVIDAD REALIZADA	FECHA	HORA
<p>➤ REALIZAR : 1 taller de YOGA de 12 horas mensuales.</p> <p>➤ REALIZAR : 1 taller de YOGA de 8 horas mensuales.</p>	<p>TALLER YOGA+ SALUD SE REALIZA EN PEDRO DE OÑA S/N°</p>		
	<p>➤ ANATOMIA.SISTEMA RESPIRATORIO. EJERC.INHALACION-EXHALAC.</p>	7/04/2026	15-16:30 Hrs.
	<p>➤ CALENTAMIENTO PARA YOGA.SALUDO AL SOL EN SILLA Y DE PIE.</p>	9/04/2026	15 -16:30 Hrs.
	<p>➤ EJERCICIOS PARA LAS DIVERSAS ARTICULACIONES.RELAJACION.</p>	14/04/2026	15-16:30 Hrs
	<p>➤ ESTIRAMIENTOS: CABEZA-CUELLO-HOMBROS-BRAZOS.</p>	16/04/2026	15-16:30 Hrs.
	<p>➤ POSTURAS O ASANAS CON MANCUERNAS. RELAJACION.</p>	21/04/2026	15-16:30 Hrs.
	<p>➤ YOGA EN SILLA.ESTIRAMIENTOS.SALUDOS AL SOL Y LUNA.</p>	23/04/2026	15-16:30 Hrs.
	<p>➤ POSTURA EN SILLA CON MANCUERNAS.RELAJACION.</p>	28/04/2026	15-16:30 Hrs.
	<p>➤ SECUENCIA DE POSTURAS DE YOGA EN TAPETE.VISUALIZACION.</p>	30/04/2026	15-16:30 Hrs.
	<p>TALLER DE YOGA PROFESORES .SE REALIZA EN TUCAPEL 240</p>		
	<p>➤ SALUDO AL SOL EN SILLA Y DE PIE.ASANAS DE EQUILIBRIO.</p>	8/04/2026	10:30-12:30 Hrs.
	<p>➤ RESPIRACION CONSCIENTE..EJERCICIOS. . RELAJACION</p>	15/04/2026	10:30-12:30 Hrs.
	<p>➤ EJERCICIOS PARA TRABAJAR EL EQUILIBRIO.POSTURAS.</p>	22/04/2026	10:30-12:30 Hrs.
	<p>➤ TIPOS DE RESPIRACION .NIVELES .EJERCICIOS. RELAJACION.</p>	29/04/2026	10:30-12:30 Hrs.
	<p></p>		10:30-12:30 Hrs.
	<p></p>		20 HORAS MENSUALES

		
<p>VIRGINIA RAMIREZ FUENTES PRESTADOR DE SERVICIO</p>	<p>SINTIA LEYTON AEDO DIRECTORA DESARROLLO COMUNITARIO</p>	<p>FRANCISCO URRIOLA OLIVARES COORDINADOR OFICINA PERSONAS MAYORES "Ana Hernández Muñoz"</p>