



INFORME MENSUAL DE GESTIÓN

NOMBRE COMPLETO: RAFAEL SEBASTIAN RETAMAL RUIZ

CARGO: PROFESOR ESCUELA MUNICIPAL TENIS DE MESA

MES DE GESTIÓN: JULIO / BOLETA N° 214

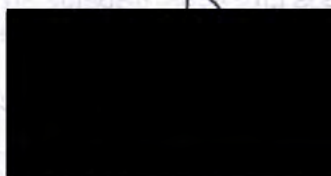
MODALIDAD: PRESENCIAL

MEDIOS DE VERIFICACION: DIGITAL

PROGRAMA: FORMATIVO / PLAN DEPORTES Y RECREACIÓN 2024

ACTIVIDADES REALIZADAS	
FECHA	ACTIVIDADES
01-07-2024	<p>(Tiempo: 2 horas) se trabajó paleteos cruzados, trabajos en mesa y multibolas esquemas mecánicos, también se entrena la parte física con ejercicios enfocados en el tenis de mesa. Finalizamos clase con elongación y desarmados de cancha charla motivacional de retroalimentación.</p>
03-07-2024	<p>(Tiempo: 2 horas) se trabajó paleteos cruzados, trabajos en mesa y multibolas esquemas mecánicos, también se entrena la parte física con ejercicios enfocados en el tenis de mesa. Finalizamos clase con elongación y desarmados de cancha charla motivacional de retroalimentación.</p>
05-07-2024	<p>(Tiempo: 2 horas y 30 minutos) se trabajó paleteos cruzados, trabajos en mesa y multibolas esquemas mecánicos, también se entrena la parte física con ejercicios enfocados en el tenis de mesa. Finalizamos clase con elongación y desarmados de cancha charla motivacional de retroalimentación.</p>
08-07-2024	<p>(Tiempo: 2 horas) se trabajó paleteos cruzados, trabajos en mesa y multibolas esquemas mecánicos, también se entrena la parte física con ejercicios enfocados en el tenis de mesa. Finalizamos clase con elongación y desarmados de cancha charla motivacional de retroalimentación.</p>
10-07-2024	<p>(Tiempo: 2 horas) se trabajó paleteos cruzados, trabajos en mesa y multibolas esquemas mecánicos, también se entrena la parte física con ejercicios enfocados en el tenis de mesa. Finalizamos clase con elongación y desarmados de cancha charla motivacional de retroalimentación.</p>
12-07-2024	<p>(Tiempo: 2 horas y 30 minutos) se trabajó paleteos cruzados, trabajos en mesa y multibolas esquemas mecánicos, también se entrena la parte física con ejercicios enfocados en el tenis de mesa.</p> <ul style="list-style-type: none">- Finalizamos clase con elongación y desarmados de cancha charla motivacional de retroalimentación.
15-07-2024	<p>(Tiempo: 2 horas) se trabajó paleteos cruzados, trabajos en mesa y multibolas esquemas mecánicos, también se entrena la parte física con ejercicios enfocados en el tenis de mesa.</p> <ul style="list-style-type: none">- Finalizamos clase con elongación y desarmados de cancha charla motivacional de retroalimentación.

17-07-2024	<p>(Tiempo: 2 horas) se trabajó paleteos cruzados, trabajos en mesa y multibolas esquemas mecánicos, también se entrena la parte física con ejercicios enfocados en el tenis de mesa.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Finalizamos clase con elongación y desarmados de cancha charla motivacional de retroalimentación.
19-07-2024	<p>ENTRENAMIENTO SUSPENDIDO POLIDEPORTIVO OCUPADO CON LA ENTREGA DE PREMIOS COPA MUNICIPAL</p>
22-07-2024	<p>(Tiempo: 2 horas) se trabajó paleteos cruzados, trabajos en mesa y multibolas esquemas mecánicos, también se entrena la parte física con ejercicios enfocados en el tenis de mesa.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Finalizamos clase con elongación y desarmados de cancha charla motivacional de retroalimentación.
24-07-2024	<p>(Tiempo: 2 horas) se trabajó paleteos cruzados, trabajos en mesa y multibolas esquemas mecánicos, también se entrena la parte física con ejercicios enfocados en el tenis de mesa.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Finalizamos clase con elongación y desarmados de cancha charla motivacional de retroalimentación.
26-07-2024	<p>(Tiempo: 2 horas y 30 minutos) se trabajó paleteos cruzados, trabajos en mesa y multibolas esquemas mecánicos, también se entrena la parte física con ejercicios enfocados en el tenis de mesa.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Finalizamos clase con elongación y desarmados de cancha charla motivacional de retroalimentación.
29-07-2024	<p>Tiempo: 2 horas) se trabajó paleteos cruzados, trabajos en mesa y multibolas esquemas mecánicos, también se entrena la parte física con ejercicios enfocados en el tenis de mesa.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Finalizamos clase con elongación y desarmados de cancha charla motivacional de retroalimentación.
31-07-2024	<p>Tiempo: 2 horas) se trabajó paleteos cruzados, trabajos en mesa y multibolas esquemas mecánicos, también se entrena la parte física con ejercicios enfocados en el tenis de mesa.</p> <p>Finalizamos clase con elongación y desarmados de cancha charla motivacional de retroalimentación.</p>



RAFAEL SEBASTIAN RETAMAL RUIZ
PROFESOR/A ESCUELA MUNICIPAL TENIS DE MESA
FORMATIVO
ILUSTRE MUNICIPALIDAD DE QUILLÓN



RODRIGO PÉREZ PÉREZ
ENCARGADO OF. DEPORTES Y RECREACIÓN
ILUSTRE MUNICIPALIDAD DE QUILLÓN



RAJALIA AEDO CONCHA
DIRECTORA DESARROLLO COMUNITARIO
ILUSTRE MUNICIPALIDAD DE QUILLÓN

QUILLÓN, 01 de Agosto 2024