



INFORME MENSUAL DE GESTIÓN

NOMBRE COMPLETO: JIMENA VERA MIRANDA
CARGO: PROFESORA ESCUELA MUNICIPAL TRIATLON
MES DE GESTIÓN: ENERO BOLETA N°89
MODALIDAD: PRESENCIAL ✓
MEDIOS DE VERIFICACION: DIGITAL
PROGRAMA: FORMATIVO / PLAN DEPORTES Y RECREACIÓN 2025.

ACTIVIDADES REALIZADAS	
FECHA	ACTIVIDADES
03-01-2025	<ul style="list-style-type: none">Trabajo técnico especializado en las tres disciplinas (APPROACH PREVIO A LA COMPETENCIA DE PUCÓN).
06-01-2025	<ul style="list-style-type: none">Trabajo técnico especializado en las tres disciplinas (APPROACH PREVIO A LA COMPETENCIA DE PUCÓN).
08-01-2025	<ul style="list-style-type: none">COMPETENCIA IRONKIDS PUCÓN 2025. PARTICIPACION POR CATEGORIAS: 7 – 9 AÑOS, 10 – 11 AÑOS 12 – 13 AÑO AÑOS, 14 – 15 AÑOS.
10-01-2025	<ul style="list-style-type: none">COMPETENCIA IRONKIDS PUCÓN 2025. PARTICIPACION POR CATEGORIAS: 7 – 9 AÑOS, 10 – 11 AÑOS 12 – 13 AÑO AÑOS, 14 – 15 AÑOS.
13-01-2025	<p>GRUPO 1</p> <ul style="list-style-type: none">- RUTA CICLISMO.- Mejorar la coordinación neuro muscular realizando FONDO.- Transiciones T1 y T2.- Aumentar la resistencia aeróbica.- Trabajo técnico especializado en CICLISMO. (Alumnos de 9 a 14 años). <p>GRUPO 2</p> <ul style="list-style-type: none">- Iniciación de natación alumnos de 6 años a 8 años.- Habilidades acuáticas.

	<ul style="list-style-type: none"> - Seguridad en el agua. - Iniciación patada. - Iniciación brazada crol 6x1 y 6x2. - Bombeos adaptación al agua (respiración). - FONDO 3 SERIES NIÑOS AVANZADOS SECTOR BOYAS.
15-01-2025	<ul style="list-style-type: none"> • coordinación neuro muscular realizando ACUATLÓN. • Aumentar la resistencia aeróbica. (FONDO). • Trabajo técnico especializado EN TROTE Y NADO EN AGUAS ABIERTAS.
17-01-2025	<ul style="list-style-type: none"> • Trabajo técnico especializado EN TROTE Y NADO EN AGUAS ABIERTAS. • APPROACH COMPETENCIA DEL 19 ENERO SANTA BARBARA, COLBÚN.
20-01-2025	<p>GRUPO 1</p> <ul style="list-style-type: none"> - RUTA CICLISMO. - Mejorar la coordinación neuro muscular realizando FONDO. - Transiciones T1 y T2. - Aumentar la resistencia aeróbica. - Trabajo técnico especializado en CICLISMO. (Alumnos de 9 a 14 años). <p>GRUPO 2</p> <ul style="list-style-type: none"> - Iniciación de natación alumnos de 6 años a 8 años. - Habilidades acuáticas. - Seguridad en el agua. - Iniciación patada. - Iniciación brazada crol 6x1 y 6x2. - Bombeos adaptación al agua (respiración). - FONDO 3 SERIES NIÑOS AVANZADOS SECTOR BOYAS.
22-01-2025	<ul style="list-style-type: none"> • ACUATLÓN. • Aumentar la resistencia aeróbica. (FONDO). • Trabajo técnico especializado EN TROTE Y NADO EN AGUAS ABIERTAS.
24-01-2025	<ul style="list-style-type: none"> • ACUATLÓN. • Aumentar la resistencia aeróbica. (FONDO). • Trabajo técnico especializado EN TROTE Y NADO EN AGUAS ABIERTAS.
27-01-2025	<p>GRUPO 1</p> <ul style="list-style-type: none"> - RUTA CICLISMO. - Mejorar la coordinación neuro muscular realizando FONDO.

	<ul style="list-style-type: none"> - Transiciones T1 y T2. - Aumentar la resistencia aeróbica. - Trabajo técnico especializado en CICLISMO. (Alumnos de 9 a 14 años). <p>GRUPO 2</p> <ul style="list-style-type: none"> - Iniciación de natación alumnos de 6 años a 8 años. - Habilidades acuáticas. - Seguridad en el agua. - Iniciación patada. - Iniciación brazada crol 6x1 y 6x2. - Bombeos adaptación al agua (respiración). - FONDO 3 SERIES NIÑOS AVANZADOS SECTOR BOYAS.
29-01-2025	<ul style="list-style-type: none"> • ACUATLÓN. • Aumentar la resistencia aeróbica. (FONDO). • Trabajo técnico especializado EN TROTE Y NADO EN AGUAS ABIERTAS.
31-01-2025	<ul style="list-style-type: none"> • ACUATLÓN. • Aumentar la resistencia aeróbica. (FONDO). • Trabajo técnico especializado EN TROTE Y NADO EN AGUAS ABIERTAS.



JIMENA VERA MIRANDA
 PROFESORES ESCUELA MUNICIPAL TRIATLON /
 FORMATIVO
 ILUSTRE MUNICIPALIDAD DE QUILLÓN



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



QUILLÓN, FEBRERO 2025