

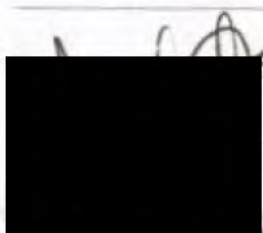


INFORME MENSUAL DE GESTIÓN

NOMBRE COMPLETO: SOFIA CRISTINA ARANEDA VEGA
CARGO: PROFESOR/A ESCUELA MUNICIPAL GIMNASIA AERÓBICA
MES DE GESTIÓN: FEBRERO/BOLETA N°47
MODALIDAD: PRESENCIAL
MEDIOS DE VERIFICACION: DIGITAL
PROGRAMA: FORMATIVO / PLAN DEPORTES Y RECREACIÓN 2025

ACTIVIDADES REALIZADAS	
FECHA	ACTIVIDADES
03-02-2025	Calentamiento con circuito. Elongación Trabajan diagonales para trabajar técnica. Ejercitan elementos obligatorios para cada categoría. Comienzan coreografía nueva integrando elementos de dificultad. Realizan trabajo de estiramiento y relajación. Comentan sobre el trabajo realizado.
05-02-2025	Calentamiento con bale. Elongan Trabajan diagonales para trabajar técnica. Ejercitan elementos obligatorios para cada categoría. Repasan coreografías de niveles 1 y 2. Realizan trabajo de estiramiento y relajación. Comentan sobre el trabajo realizado.
07-02-2025	SE RECUPERA CLASE DE 24 DE FEBRERO Calentamiento con circuito. Elongan Trabajan diagonales para trabajar técnica. Ejercitan elementos obligatorios para cada categoría. Continúan coreografía integrando elementos de dificultad. Repasan coreografía terminada del 2024. Realizan trabajo de estiramiento y relajación. Comentan sobre el trabajo realizado.
10-02-2025	Calentamiento dirigido, Elongación. Trabajan diagonales para trabajar técnica. Ejercitan elementos obligatorios para cada categoría. Repasan coreografías de niveles 1 y 2. Realizan trabajo de estiramiento y relajación. Comentan sobre el trabajo realizado.
12-02-2025	Calentamiento dirigido. Elongación Trabajan ejercicios de acondicionamiento para realizar elementos de dificultad. Repasan coreografía 2024.

	Realizan trabajo de estiramiento y relajación. Comentan sobre el trabajo realizado.
14-02-2025	SE RECUPERA LA CLASE DEL 26 DE FEBRERO Calentamiento con circuito. Elongan Trabajan diagonales y elementos de dificultad. Repasan y corrigen coreografías de niveles. Realizan trabajo de estiramiento y relajación. Comentan sobre el trabajo realizado.
17-02-2025	Calentamiento con bale. Elongan Trabajan ejercicios de acondicionamiento para realizar elementos de dificultad. Repasan coreografía 2024. Realizan trabajo de estiramiento y relajación. Comentan sobre el trabajo realizado.
19-02-2025	Calentamiento dirigido, Elongación. Trabajan diagonales y elementos de dificultad. Repasan y corrigen coreografías de niveles. Comentan sobre el trabajo realizado.



SOFÍA CRISTINA ARANEDA VEGA
PROFESORA/A ESCUELA MUNICIPAL GIMNASIA
AEROBICA / FORMATIVO
ILUSTRE MUNICIPALIDAD DE QUILLÓN



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



GUILLERMO SALVEDORA JIMÉNEZ
DIRECTOR DESARROLLO COMUNITARIO
ILUSTRE MUNICIPALIDAD DE QUILLÓN

QUILLÓN, MARZO 2025