



**Informe de
Prestación de servicio Honorarios
Ilustre Municipalidad de Melipilla**

Nombre Completo	PAMELA PATRICIA LIRA SEPÚLVEDA
Fecha	OCTUBRE DE 2024
Programa	OFICINA DE DEPORTE, PARTICIPACION SOCIAL, ACTIVIDADES RECREACIONALES Y ORGANIZACIONES COMUNITARIAS DEPORTIVAS.
Función	Implementación de talleres deportivos dentro de la comuna, según lo que soliciten los beneficiarios en su sector.
Dependencia	DIDECO

Labores Especializadas	<ol style="list-style-type: none"> 1) Saludo inicial, explicación de las actividades a realizar. 2) Calentamiento a través de baile. 3) Desarrollo de la clase. Zumba. 4) Ejercicios de fuerza-resistencia en colchoneta. 5) Vuelta a la calma. Elongación. 6) Cierre. Despedida
------------------------	--

Desarrollo de la función mensual	<ol style="list-style-type: none"> 1) Saludo inicial. Conversación breve sobre su estado de salud y de ánimo. Motivación de las usuarias, se mencionan las partes de la clase y en qué consiste cada una de ellas. 2) Entrada en calor y activación a través de movimientos y estiramientos dinámicos al ritmo de la música. 3) Clase guiada, las usuarias siguen los pasos de baile y de fitness ejecutados por la profesora, siguiendo la señalización y guiándose por los tiempos musicales. 4) Ejercicios de fuerza-resistencia con el propio peso corporal sobre colchoneta, como planchas, abdominales, flexo-extensión de codos, entre otros. 5) Elongación guiada, respiración consciente. Felicitaciones y agradecimientos.
Lugar de desarrollo de las funciones	<ul style="list-style-type: none"> - Sede de Junta de vecinos de Villa el alto. Calle Mario Gebauer # 987. - Sede Junta de vecinos De Barrio Rinconada Oriente, Calle Viena #154.





Firma funcionario



MIRIAM SOTO PACHECO
DIRECTORA (S)
DIRECCIÓN DE DESARROLLO
COMUNITARIO

