



I.MUNICIPALIDAD DE DALCAHUE

INFORME ACTIVIDADES REALIZADAS MES DE MAYO 2025

DE : MARÍA VERÓNICA BARRIENTOS BARRÍA / MONITOR TALLER DE ZUMBA QUETALCO.

A : CLAUDIA BÓRQUEZ MIRANDA / DIDECO I. MUNICIPALIDAD DE DALCAHUE

Por medio del presente informo dio a conocer las actividades realizadas el mes de Mayo.

FECHA	Actividades realizadas
02/05/25	Calentamiento, patrones básicos de juego de pies, brazos, hombro, pecho y espalda. También cardio y tonificación. Coreografías guiadas, logrando un entrenamiento intermitente con los 4 ritmos básicos de la Zumba. - Ensayo de coreografía para video. Enfriamiento, de 3 a 5 minutos estiramientos estáticos y ejercicios de respiración. Ejercicios como planchas, abdominales, etc.
06/05/25	Calentamiento, patrones básicos de juego de pies, brazos, hombro, pecho y espalda. También cardio y tonificación. Coreografías guiadas, logrando un entrenamiento intermitente con los 4 ritmos básicos de la Zumba. - Ensayo de coreografía para video. Enfriamiento, de 3 a 5 minutos estiramientos estáticos y ejercicios de respiración. Ejercicios como planchas, abdominales, etc.
09/05/25	Calentamiento, patrones básicos de juego de pies, brazos, hombro, pecho y espalda. También cardio y tonificación. Coreografías guiadas, logrando un entrenamiento intermitente con los 4 ritmos básicos de la Zumba. - Ensayo de coreografía para video. Enfriamiento, de 3 a 5 minutos estiramientos estáticos y ejercicios de respiración. Ejercicios como planchas, abdominales, etc.
13/05/25	Calentamiento, patrones básicos de juego de pies, brazos, hombro, pecho y espalda. También cardio y tonificación. Coreografías guiadas, logrando un entrenamiento intermitente con los 4 ritmos básicos de la Zumba. - Ensayo de coreografía para video. Enfriamiento, de 3 a 5 minutos estiramientos estáticos y ejercicios de respiración. Ejercicios como planchas, abdominales, etc.
16/05/25	Calentamiento, patrones básicos de juego de pies, brazos, hombro, pecho y espalda. También cardio y tonificación. Coreografías guiadas, logrando un entrenamiento intermitente con los 4 ritmos básicos de la Zumba. - Ensayo de coreografía para video. Enfriamiento, de 3 a 5 minutos estiramientos estáticos y ejercicios de respiración. Ejercicios como planchas, abdominales, etc.





I.MUNICIPALIDAD DE DALCAHUE

20/05/25	Calentamiento, patrones básicos de juego de pies, brazos, hombro, pecho y espalda. También cardio y tonificación. Coreografías guiadas, logrando un entrenamiento intermitente con los 4 ritmos básicos de la Zumba. - Ensayo de coreografía para video. Enfriamiento, de 3 a 5 minutos estiramientos estáticos y ejercicios de respiración. Ejercicios como planchas, abdominales, etc.
23/05/25	Calentamiento, patrones básicos de juego de pies, brazos, hombro, pecho y espalda. También cardio y tonificación. Coreografías guiadas, logrando un entrenamiento intermitente con los 4 ritmos básicos de la Zumba. - Ensayo de coreografía para video. Enfriamiento, de 3 a 5 minutos estiramientos estáticos y ejercicios de respiración. Ejercicios como planchas, abdominales, etc.
27/05/25	Calentamiento, patrones básicos de juego de pies, brazos, hombro, pecho y espalda. También cardio y tonificación. Coreografías guiadas, logrando un entrenamiento intermitente con los 4 ritmos básicos de la Zumba. - Ensayo de coreografía para video. Enfriamiento, de 3 a 5 minutos estiramientos estáticos y ejercicios de respiración. Ejercicios como planchas, abdominales, etc.
30/05/25	Calentamiento, patrones básicos de juego de pies, brazos, hombro, pecho y espalda. También cardio y tonificación. Coreografías guiadas, logrando un entrenamiento intermitente con los 4 ritmos básicos de la Zumba. - Ensayo de coreografía para video. Enfriamiento, de 3 a 5 minutos estiramientos estáticos y ejercicios de respiración. Ejercicios como planchas, abdominales, etc.



VERÓNICA BARRIENTOS
MONITOR TALLER DE ZUMBA QUETALCO



CLAUDIA BÓRQUEZ M.
DIDECO
MUNICIPALIDAD DE DALCAHUE



ACTA DE RECEPCIÓN DE SERVICIOS

En Dalcahue, a 10 de junio de 2025, la **Directora de Desarrollo Comunitario**, señora **Claudia Bórquez Miranda**, deja constancia de la **recepción conforme** de los servicios prestados por **Maria Veronica Barrientos Barria**, en su calidad de **monitor taller de zumba Quetalco**.

Las funciones fueron desempeñadas de manera responsable y acorde a las laborales correspondiente al convenio a honorarios vigente, durante el mes de **mayo de 2025**.

Se emite la presente acta para ser entregada a la **Dirección de Administración y Finanzas**, con el fin de cursar el pago correspondiente al período mencionado.



Claudia Bórquez Miranda

Directora de Desarrollo Comunitario