ILUSTRE MUNICIPALIDAD COMUNA DE LA LIGUA

INFORME MENSUAL
DEPARTAMENTO DE DEPORTES
ILUSTRE MUNICIPALIDAD DE LA LIGUA

Deportes Comuna de La Ligua

DISCIPLINA DEPORTIVA O ACTIVIDAD FÍSICA: ZUMBA FITNESS	
MES INFORMADO: SEPTIEMBRE	AÑO: 2026
NOMBRE DEL RECINTO: - SEDE Los Molles. - Playa la Ballena (LIGUAMAR).	DIRECCIÓN: - Casuto s/n, Playa Los Molles, La ligua, 5ta Región. - Playa la Ballena, Liguamar, La ligua, 5ta Región.

Horario de ejecución

DÍA	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES
HORA DE INICIO	18:00	18:00	18:00
HORA DE TÉRMINO	19:00	19:00	19:00

NOMBRE INSTRUCTOR DEPORTIVO	Luz Elizabeth Hernandez Lagos
RUT	
MAIL	
FONO	

OBSERVACIONES

OBJETIVO GENERAL DE LA ESCUELA DEPORTIVA O TALLER: Fomentar la integración social y el bienestar físico mediante la práctica sistemática de Zumba, promoviendo hábitos saludables y el disfrute del ejercicio en comunidad.
SEÑALE LAS PRINCIPALES ACTIVIDADES REALIZADAS PARA EL CUMPLIMIENTO DE SUS OBJETIVOS: ACTIVIDAD: Las clases de Zumba se estructuran en sesiones progresivas que combinan música rítmica con movimientos aeróbicos de intensidad moderada a alta. Se incorporan ejercicios funcionales como desplazamientos laterales, trabajo de tren superior e inferior, secuencias coreografiadas con ritmos latinos (salsa, merengue, reguetón, cumbia) y dinámicas grupales orientadas a mejorar la resistencia cardiovascular, la coordinación y la fuerza muscular. Todo el programa se ejecuta bajo criterios técnicos que aseguran una práctica segura y efectiva.

ILUSTRE MUNICIPALIDAD DEPARTAMENTO DE DEPORTES LA LIGUA

SEÑALE ASPECTOS A MEJORAR:

- Obesidad.
- Resistencia cardiovascular.
- Motricidad.
- Autoestima.

INSCRITOS						
	NOMBRE	**APELLIDOS**	**RUT**	**EDAD**	**APODERADO**	**CONTACTO**
1	Dory	Godoy Vega				
2	Nelly	Vega Morales				
3	Isabel	Caroca				
4	Sofia	Rodríguez Hidalgo				
5	Paz	Arancibia Pérez				
6	Fresia	Vega Ossa				
7	Alejandra	Cádiz				
8	Maribel	Hidalgo				
9	Gabriela	Carrasco				
10	Marianela	Mella Ramos				
11	Andrea	Mazzoti Vega				
12	Andrea	Droguett Zuñiga				
13	Agustina	Camilo Muñoz				
14	Daniela	Gutiérrez				
15	Paulina	Rodrigo Hernández				
16						
17						
18						
19						
20						

INFORME MENSUAL
DEPARTAMENTO DE DEPORTES
ILUSTRE MUNICIPALIDAD DE LA LIGUA

		ASISTENCIA MENSUAL: SEPTIEMBRE												
	NOMBRE	18	19	20	25	26	27	01	02	03	08	09	10	15
1	Dory Godoy	X				X	X	X		X	X	x	x	x
2	Nelly Vega	X	X	X	X	X	X	X	X		X	x	x	
3	Isabel Caroca		X	X	X	X	X	x		X	X	x	x	x
4	Sofía Rodríguez	X	X	X	X		X	X	X		X		x	x
5	Paz Arancibia		X	X	X	X	X	X			X	x		x
6	Fresia Vega	X	X	X		X	X		X	X	X	x	x	x
7	Alejandra Cádiz	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	x		x
8	Maribel Hidalgo		X	X		X	X	X		X	X	x	x	x
9	Gabriela Carrasco	X	X	X	X	X		X	X	X	X		x	
10	Marialena Mella		X	X		X		X	X	X	X	x		x
11	Andrea Mazzoti	X	X	X	X		X		X		X		x	x
12	Andrea Droguett	X		X	X	X			X				x	
13	Agustina Camilo	X		X		X	X	X	X	X	X	x	x	
14	Daniela Gutierrez	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	x		x
15	Paulina Rodrigo	X	X	X	X	X	X	X		X				x
		11	12	14	10	13	12	12	10	10	13	10	10	11

ILUSTRE MUNICIPALIDAD COMUNA DE LA LIGUA

INFORME MENSUAL
DEPARTAMENTO DE DEPORTES
ILUSTRE MUNICIPALIDAD DE LA LIGUA

Deportes Comuna de La Ligua

DE LOS PARTICIPANTES						
N.º SESIÓN	FECHA	PARTICIPACIÓN PROGRAMADA	PARTICIPACIÓN REAL	REAL MUJERES	REAL HOMBRES	SUPERVISIONES RECIBIDAS
1	18 – 08 – 26	15	11	11	-	-
2	19 – 08 – 26	15	12	12	-	-
3	20 – 08– 26	15	14	14	-	-
4	25– 08 – 26	15	10	10	-	-
5	26– 08– 26	15	13	13	-	-
6	27 – 08 – 26	15	12	12	-	-
7	01 – 09 - 26	15	12	12	-	-
8	02 - 09 - 26	15	10	10	-	-
9	03 – 09 - 26	15	10	10	-	-
10	08- 09- 26	15	13	13	-	-
11	09 - 09- 26	15	10	10		
12	10 - 09 - 26	15	10	10		
13	15 - 09 - 26	15	11	11		
TOTAL		15	148	148		

PROMEDIO PARTICIPANTES (1)		11,38
PORCENTAJE COBERTURA (2)		75,9%
SESIONES REALIZADAS EFECTIVAS		13

(1) **Sumar el total de participantes y dividir por el número total de sesiones realizadas.**
(2) **Multiplicar promedio por cien y dividirlo por participación programa.**

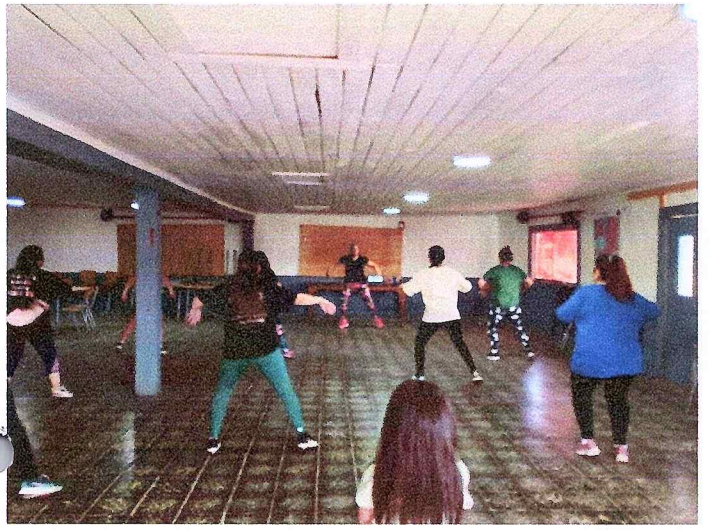
OBSERVACIONES: 16 Y 17 de septiembre feriado por lo tanto no se dictaron clases.

FIRMA

Luz Elizabeth Hernández Lagos

ILUSTRE MUNICIPALIDAD DEPARTAMENTO DE DEPORTES LA LIGUA

FOTOGRAFÍAS DE RESPALDO







ILUSTRE MUNICIPALIDAD COMUNA DE LA LIGUA

INFORME MENSUAL
DEPARTAMENTO DE DEPORTES
ILUSTRE MUNICIPALIDAD DE LA LIGUA

Deportes Comuna de La Ligua

DISCIPLINA DEPORTIVA O ACTIVIDAD FÍSICA: ZUMBA FITNESS	
MES INFORMADO: SEPTIEMBRE	**AÑO: 2026**
NOMBRE DEL RECINTO: Sede Comunitaria La Chimba	**DIRECCIÓN: Sede La Chimba, Portales Sin numero**

Horario de ejecución

DÍA	**MARTES**	**Jueves**
HORA DE INICIO	**20:00**	**20:00**
HORA DE TÉRMINO	**21:00**	**21:00**

NOMBRE INSTRUCTOR DEPORTIVO	**Luz Elizabeth Hernández Lagos**
RUT	
MAIL	
FONO	

OBSERVACIONES

OBJETIVO GENERAL DE LA ESCUELA DEPORTIVA O TALLER:

Impulsar la participación en clases de zumba como una herramienta de recreación y acondicionamiento físico, favoreciendo la coordinación, la resistencia cardiovascular y la expresión corporal, mientras se fortalece el sentido de comunidad y la motivación hacia un estilo de vida saludable.

SEÑALE LAS PRINCIPALES ACTIVIDADES REALIZADAS PARA EL CUMPLIMIENTO DE SUS OBJETIVOS:
ACTIVIDAD:

Las clases de zumba se organizan en encuentros progresivos que combinan música dinámica con movimientos aeróbicos de intensidad variable, desde moderada hasta elevada. Se incluyen rutinas funcionales que abarcan desplazamientos laterales, ejercicios para el tren superior e inferior, y secuencias coreográficas inspiradas en ritmos latinos como salsa, merengue, reguetón y cumbia. Además, se desarrollan dinámicas grupales que buscan potenciar la resistencia cardiovascular, la coordinación motriz y la fuerza muscular. Todo el programa se lleva adelante bajo lineamientos técnicos que garantizan una práctica segura, eficiente y orientada al bienestar integral de los participantes.

ILUSTRE MUNICIPALIDAD DE LA LIGUA

SEÑALEASPECTOSAMEJORAR:

- **Obesidad.**
- **Resistenciacardiovascular.**
- **Motricidad.**

INSCRITOS

	NOMBRE	APELLIDOS		EDAD		CONTACTO
1	Daniela	Jaramillo				
2	Francisca	Aranda				
3	Elena	Diaz				
4	Lizbeth	Oyarzun				
5	Maria Jose	Lazcano				
6	Ingrid	Astudillo				
7	Camila	Inostroza				
8	Miriam	Oyanedel Maureira				
9	Paulina	Rodrigo				
10	Natalia	Ortiz				
11	Marcela	Maureira				
12	Valeria	Sandoval				
13	Nelly	Vega				
	Sofia	Rodriguez				

ASISTENCIA MENSUAL: SEPTIEMBRE

	18	20	25	27	01	03	08	10	15
Daniela Jaramillo	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Francisca Aranda	X		X	X	X	X	X	X	X
Elena Diaz	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Lizbeth Oyarzun	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Maria Jose Lazcano	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Ingrid Astudillo					X	X	X	X	X
Camila Inostroza	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Miriam Oyanedel	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Paulina Rodrigo	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Natalia Ortiz		X	X	X	X	X	X	X	X
Marcela Maureira	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Valeria Sandoval	X	X	X	X		X	X	X	X
Nelly Vega							X	X	X
Sofia Rodríguez									X

ILUSTRE MUNICIPALIDAD COMUNA DE LA LIGUA

INFORME MENSUAL
DEPARTAMENTO DE DEPORTES
ILUSTRE MUNICIPALIDAD DE LA LIGUA

Deportes Comuna de La Ligua

DE LOS PARTICIPANTES						
N.º SESIÓN	FECHA	PARTICIPACIÓN PROGRAMADA	PARTICIPACIÓN REAL	REAL MUJERES	REAL HOMBRES	SUPERVISIONES RECIBIDAS
1	18 – 08– 26	16	10	10	-	-
2	20 – 08– 26	16	10	10	-	-
3	25 – 08– 26	16	11	11	-	-
4	27– 08– 26	16	11	11	-	-
5	01 – 09 - 26	16	11	11	-	-
6	03 – 09 - 26	16	12	12	-	-
7	08 – 09 - 26	16	13	13	-	-
8	10 – 09 - 26	16	13	13	-	-
9	15 – 09 -26	16	14	14	-	-
		16	105	105		
	PROMEDIO PARTICIPANTES (1)			11,6		
	PORCENTAJE COBERTURA (2)			72.6%		
				9		
	OBSERVACIONES		16 Y 17 DE SEPTIEMBRE, NO SE DICTO CLASES			

(1) Sumar el total de participantes y dividir por el número total de sesiones realizadas.
(2) Multiplicar promedio por cien y dividirlo por participación programa.

FIRMA
Luz Elizabeth Hernández Lagos

ILUSTRE MUNICIPAL DEPARTAMEN DE DEPORTES LA LI

FOTOGRAFÍAS DE RESPALDO



