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: ATLETISMO	
MES INFORMADO: MARZO	**AÑO: 2026**
NOMBRE DEL RECINTO: GIMNASIO MUNICIPAL	**DIRECCION: BAQUEDANO 195, LA LIGUA.**

HORARIO DE EJECUCION.

NOMBRE INSTRUCTOR DEPORTIVO	**ANGELA LUNA ROJO OLIVARES**
RUT	
MAIL	
FONO	

DÍA	**LUNES**	**MIERCOLES**	**(FEBRERO) MARTES-VIERNES**
HORA DE INICIO	**17:00**	**17:00**	**09:00**
HORA DE TÉRMINO	**18:30**	**18:30**	**10:30**

OBSERVACIONES

OBJETIVO GENERAL DE LA ESCUELA DEPORTIVA O TALLER:
Desarrollar técnicas de carreras.
Practicar carreras de fondo y medio fondo.

SEÑALE LAS PRINCIPALES ACTIVIDADES REALIZADAS PARA EL CUMPLIMIENTO DE SUS OBJETIVOS:
ACTIVIDAD:
Juegos de calentamiento y movimientos articulares.
Ejercicios que desarrollen su resistencia cardio vascular.
Circuito con obstáculos para mejor técnicas de carrera. (skipping, pliometría, coordinación, sancadas, carrera con cambios de direcciones).
Elongación y vuelta a la calma.

SEÑALE ASPECTOS A MEJORAR:

Condición física, capacidad aeróbica, coordinación, flexibilidad y confianza en el atleta.

ILUSTRE MUNICIPALIDAD DE LA LIGUA DEPARTAMENTO DE DEPORTES

ILUSTRE MUNICIPALIDAD COMUNA DE LA LIGUA

INFORME MENSUAL
DEPARTAMENTO DE DEPORTES
ILUSTRE MUNICIPALIDAD DE LA LIGUA

Deportes Comuna de La Ligua

INSCRITOS						
	NOMBRE	APELLIDOS	RUT	EDAD	APODERADO	CONTACTO
1	MATILDE BEATRIZ	URBINA CORTÉS			NICOLÁS URBINA	
2	LUCÍA GUADALUPE	URBINA CORTÉS			NICOLÁS URBINA	
3	CHRISTIANE	CORTES SALINAS			CARMEN SALINAS	
4	GABRIELA PAZ	HERNANDEZ			PAULA FERNANDEZ	
5	SIMON					
6	SOFÍA CATALINA	SILVA HIDALGO			VALERY HIDALGO	
7	TEO					
8	AGUSTINA IGNACIA	GARIN ROJO			DANIELA ROJO	
9	ANTU PASCAL	BADILLA DIAZ			DANIELA	
10	JOSEFA ANTONIA	ARANCIBIA ZAMORA			JENIFER ZAMORA	
11	MAGDALENA					
12	ISIDORA ALEXANDRA	FERNANDEZ ESTAY			ANDREA ESTAY	
13	MATILDA					
14	FRANCISCA	MELENDEZ			BARBARA	
15	MATEO IGNACIO	VILCHES BARRAZA			ARIEL VILCHES	
16	LAUTARO					
17	LORENZO					
18	AGUSTIN NATANIEL	CORTES SALINAS			CARMEN SALINAS	
19	MARTIN	GALLARDO OVANDO			IRMA	
20	SEBASTIAN VICENTE	GARAY MENESES			CAROLINA MENESES	
21	SALVADOR ERNESTO	LAZO BELMAR			SOFIA BELMAR	
22	JOAQUIN ANDRES	RODRIGUEZ CASTILLO			FELIPE RODRIGUEZ	
23	JULIAN ANDRES	CAMPUSANO			MARIA JOSE	
24	RAYMUNDO LEON	DIAZ ASTUDILLO			ISOLINA ASTUDILLO	
25	ISIDORA CATALINA	SILVA CEPEDA			LORETO CEPEDA	
26	EMILIANO NICANOR	LAZO BELMAR			SOFIA BELMAR	
27	AMPARO					
28	MARTINA					
29	BELTRAN AUGUSTO	TORRES FARA			GONZALO TORRES	
30	CRISTOBAL					
31	MARTIN					
32	MAITE					

ILUSTRE MUNICIPALIDAD COMUNA DE LA LIGUA

INFORME MENSUAL
DEPARTAMENTO DE DEPORTES
ILUSTRE MUNICIPALIDAD DE LA LIGUA

Deportes Comuna de La Ligua

	ASISTENCIA MENSUAL													
	NOMBRE	24/02	27/02	2/03	4/03	9/03	11/03	16/03	18/03					TOTAL
1	CHRISTIANE C.				X	X								2
2	LUCIA U.		X			X		X						3
3	JOSEFA A.	X	X	X		X	X							5
4	MAITE			X	X	X		X	X					5
5	AGUSTINA G.	X	X	X			X		X					5
6	AMPARO ROJAS		X											1
7	MAGDALENA			X		X		X						3
8	GABRIELA H.			X										1
9	MATILDE U.	X	X	X		X	X							5
10	MATILDA					X		X	X					3
11	FRANCISCA	X				X		X						3
12	SOFIA					X	X		X					3
13	SEBASTIAN G.	X	X	X	X	X		X	X					7
14	SALVADOR LAZO	X		X	X	X	X	X	X					7
15	JULIAN C.			X		X		X						3
16	CRISTOBAL			X	X	X		X						4
17	EMILIANO LAZO	X		X	X		X	X	X					6
18	AGUSTIN CORTE			X	X	X			X					4
19	LORENZO	X	X				X	X						4
20	SIMON				X	X		X						3
21	TEO							X	X					2
22	LAUTARO							X	X					2
23	RAYMUNDO					X		X						2
24														
25														
26														
27														
28														
29														
40														
41														

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	24-2-2026	23	8	4	4	
2	27-2-2026	23	7	5	2	
3	2-3-2026	23	12	6	6	
4	4-3-2026	23	8	2	6	
5	9-3-2026	23	16	9	7	
6	11-3-2026	23	7	4	3	
7	16-3-2026	23	15	5	10	
8	18-3-2026	23	10	4	6	
9						
10						
11						
12						
TOTAL		23	83	39	44	

PROMEDIO PARTICIPANTES (1)		10
PORCENTAJE COBERTURA (2)	10*100/23	43%
SESIONES REALIZADAS EFECTIVAS		8

(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.

EN EL CASO QUE NO SE REALIZÓ LAS HORAS PROGRAMADAS SEÑALE EL MOTIVO, PORQUE NO SE REALIZÓ LA CLASE E INDIQUE CUANDO SE RECUPERAN.

ILUSTRE MUNICIPALIDAD DE LA LIGUA
DEPARTAMENTO DE DEPORTES

NOMBRE DE PROFESOR O INSTRUCTOR.

FOTOGRAFIAS DE RESPALDO

