INFORME MENSUAL
DEPARTAMENTO DE DEPORTES
ILUSTRE MUNICIPALIDAD DE LA LIGUA

DISCIPLINA DEPORTIVA O ACTIVIDAD FÍSICA: GIMNASIA ARTISTICA AVANZADA – SELECCIÓN	
MES INFORMADO: MARZO	**AÑO: 2026**
NOMBRE DEL RECINTO: GIMNASIO MUNICIPAL	**DIRECCION: BAQUEDANO 195, LA LIGUA.**

HORARIO DE EJECUCION.

NOMBRE INSTRUCTOR DEPORTIVO	**TERESA OLIVARES GONZALEZ**
RUT	
MAIL	
FONO	

DÍA	**MIERCOLES**	**VIERNES**
HORA DE INICIO	**19:00**	**18:00**
HORA DE TÉRMINO	**21:00**	**20:00**

OBSERVACIONES

OBJETIVO GENERAL DE LA ESCUELA DEPORTIVA O TALLER:
Desarrollar y potenciar las habilidades y destrezas técnicas de las gimnastas seleccionadas de la comuna, a través de un proceso sistemático de entrenamiento en gimnasia artística, orientado al dominio progresivo de los elementos técnicos, la correcta ejecución en los distintos aparatos, la disciplina deportiva y el compromiso con el trabajo en equipo, favoreciendo su preparación para instancias formativas, avanzadas y de competencia.

SEÑALE LAS PRINCIPALES ACTIVIDADES REALIZADAS PARA EL CUMPLIMIENTO DE SUS OBJETIVOS:
Durante el mes de marzo se desarrollaron sesiones de entrenamiento centradas en el perfeccionamiento técnico y la ejecución coreográfica de los niveles USAG, dirigidas principalmente a las gimnastas en proceso de selección. El trabajo se planificó considerando el nivel, la edad y las características individuales de cada deportista, promoviendo avances progresivos y acordes a las exigencias de su categoría.
Las clases se organizaron bajo una planificación estructurada que integró preparación física y técnica, orientada al desarrollo de capacidades condicionales (fuerza, resistencia y flexibilidad) y coordinativas. Se llevaron a cabo rutinas de activación general y específica, ejercicios de movilidad articular, trabajo de flexibilidad activa y pasiva, además de fortalecimiento muscular enfocado en tren superior e inferior. Todo esto con el objetivo de mejorar la ejecución técnica y la calidad de las rutinas.

ACTIVIDADES RELEVANTES DEL MES:
Entre las actividades más destacadas, se mantuvo el trabajo diferenciado en grupos según niveles USAG, lo que permitió una mayor focalización en los objetivos técnicos específicos de cada grupo.
Además, se reforzó el aprendizaje teórico-práctico del reglamento y libro de puntuación USAG, favoreciendo la comprensión de los criterios de evaluación, requisitos técnicos y estructura de las rutinas. Esto contribuyó a fortalecer tanto el desempeño deportivo como el compromiso y la preparación integral de las gimnastas.

SEÑALE ASPECTOS A MEJORAR:
entrenamiento, mediante la instalación del pendón informativo solicitado previamente, con el fin de generar mayor conciencia en los demás usuarios del gimnasio sobre el correcto uso del recinto.
Nuestras gimnastas entrenan descalzas y mantienen contacto permanente con el suelo, mientras que en horarios donde no estamos presentes otros usuarios transitan por el espacio, dejando en ocasiones elementos que pueden provocar lesiones, tales como clavos, residuos, chicles, envases de golosinas y botellas.
Por lo anterior, resulta fundamental reforzar las medidas de cuidado, limpieza y uso responsable del recinto, a fin de prevenir riesgos y resguardar la integridad física de nuestras deportistas.

ILUSTRE MUNICIPALIDAD DEPARTAMENTO DE DEPORTES LA LIGUA

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	Mahina Nerea	Ahumada Delgado			Paulina Delgado	
2	Denisse Ignacia	Reinoso órdenes			Órdenes Huerta	
3	Pascuala belen	Arce Figueroa			Figueroa	
4	Ignacia	Ramirez perez			Perez mena	
5	Catalina	Ramirez perez			Perez mena	
6	Maximiliana	Arcos Godoy			Godoy Godoy	
7	Julieta Paz	Santana Lay-Son			Santana Toro	
8	Florencia Anaís	Peña Vilches			Natalie Vilches	
9	Amparo Anaís	Lillo Meneses			Cintia Meneses	
10	Maite Isabella	Farias Meneses			Meneses fredes	
11	Amparo Anaís	Lillo Meneses			Cintia Meneses	
12	Maite Isidora	Barraza altamirano			Johanna Altamirano	
13	Maite Francisca	Paz Marin			Maria Marin Martínez	
14	Nataly Analía	Arancibia Astudillo			Marjorie Astudillo	
15	Mayte Alejandra	Ahumada olivares			Juana Olivares olmos	
16	LAURA	VALDEBENITO			Natalia Gonzalez	
17	Carrasco Tapia	Javiera Ignacia			María tapia	
18						
19						
20						

ASISTENCIA MENSUAL:														
	NOMBRE	25-02	27-02	04-03	06-03	11-03	13-03	18-03						TOTAL
1	Mayte Alejandra	x	x	x	x	x	x	x						7
2	Mahina Nerea	x	x	x	x	x	x	x						7
3	Denisse Ignacia	x	x	x	x	x	x	x						7
4	Pascuala belen	x	x	x	x	x	x	x						7
5	Ignacia	x	x	x	x	x		x						6
6	Catalina	x	x	x	x	x	x	x						7
7	Maximiliana	x	x	x	x	x	x	x						7
8	Julieta Paz	x	x	x	x	x	x	x						7
9	Florencia Anaís	x	x	x	x	x	x	x						7
10	Amparo Anaís	x	x	x	x	x	x	x						7
11	Maite Isabella	x	x	x	x	x	x	x						7
12	Amparo Anaís	x	x	x	x	x	x	x						7
13	Maite Isidora	x	x	x	x	x	x	x						7
14	Maite Francisca	x	x	x	x	x	x	x						7
15	Nataly Analía	x	x	x	x	x	x	x						7
16	Laura	x	x	x	x	x	x	x						7
17	Javiera carrasco	x	x	x	x	x	x							6
18														
19														
	ASISTENCIA DIARIA	**17**	**17**	**17**	**17**	**17**	**16**	**16**						

DE LOS PARTICIPANTES						
N.º SESIÓN	FECHA	PARTICIPACIÓN PROGRAMADA	PARTICIPACIÓN REAL	REAL MUJERES	REAL HOMBRES	SUPERVISIONES RECIBIDAS
1	25-02	17	17	17		0
2	27-02	17	17	17		0
3	04-03	17	17	17		0
4	06-03	17	17	17		0
5	11-03	17	17	17		0
6	13-03	17	16	16		0
7	18-03	17	16	16		0
8						
9						
TOTAL	7	119	117	117	0	0

PROMEDIO PARTICIPANTES (1)		16,7
PORCENTAJE COBERTURA (2)	55*100/25	98,2%
SESIONES REALIZADAS EFECTIVAS		7

(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.

Teresa Olivares González

ILUSTRE MUNICIPALIDAD DE LA LIGUA DEPARTAMENTO DE DEPORTES

FOTOGRAFIAS DE RESPALDO









INFORME MENSUAL
DEPARTAMENTO DE DEPORTES
ILUSTRE MUNICIPALIDAD DE LA LIGUA

DISCIPLINA DEPORTIVA O ACTIVIDAD FÍSICA: GIMNASIA ARTISTICA	
MES INFORMADO: MARZO	**AÑO: 2026**
NOMBRE DEL RECINTO: GIMNASIO MUNICIPAL	**DIRECCION: BAQUEDANO 195, LA LIGUA.**

HORARIO DE EJECUCION.

NOMBRE INSTRUCTOR DEPORTIVO	**TERESA OLIVARES GONZALEZ**
RUT	
MAIL	
FONO	

DÍA	**LUNES**	**VIERNES GRUPO 1**	**VIERNES GRUPO 2**
HORA DE INICIO	**16:30**	**15:30**	**17:30**
HORA DE TÉRMINO	**19:00**	**17:30**	**18:00**

OBSERVACIONES

OBJETIVO GENERAL DE LA ESCUELA DEPORTIVA O TALLER:
Fortalecer el desarrollo técnico y el perfeccionamiento de habilidades específicas en los distintos aparatos de la gimnasia artística, con el fin de elevar el rendimiento de las gimnastas para las competencias programadas, tanto en instancias formativas como en torneos de carácter competitivo a nivel regional y nacional.

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

Durante las clases se llevaron a cabo trabajos individuales y grupales con el propósito de:

- Perfeccionar la ejecución técnica de los elementos obligatorios y opcionales en cada aparato.
- Incrementar la dificultad y consistencia de las rutinas, conforme a las exigencias de los niveles competitivos en los que participarán las gimnastas.
- Desarrollar estrategias de competencia, orientadas al control del tiempo, mejora de la concentración y fortalecimiento de la autoconfianza.
- Mejorar la preparación física específica, trabajando aspectos como fuerza, flexibilidad, potencia y coordinación.
- Fomentar valores fundamentales como el trabajo en equipo, la disciplina y la resiliencia, esenciales para el desarrollo integral de las gimnastas.

ACTIVIDADES RELEVANTES DEL MES:

- Cierre de temporada de verano , finalizando con una jornada de piscina y colación compartida

SEÑALE ASPECTOS A MEJORAR:
Se requiere mejorar seguridad del espacio de entrenamiento, ya que se han encontrado clavos y residuos en el suelo, lo que representa un riesgo para las gimnastas que entrenan descalzas y en contacto permanente con el suelo y los aparatos.
Por estos motivos, se solicita dar pronta respuesta al correo enviado al Departamento de Deportes en el mes de diciembre 2025 respecto a la confección del pendón informativo que permita concientizar sobre el cuidado y mantención del recinto.

ILUSTRE MUNICIPALIDAD DEPARTAMENTO DE DEPORTES LA LIGUA

ILUSTRE MUNICIPALIDAD COMUNA DE LA LIGUA

INFORME MENSUAL
DEPARTAMENTO DE DEPORTES
ILUSTRE MUNICIPALIDAD DE LA LIGUA

Deportes Comuna de La Ligua

Inscritos								
	Apellido	Nombre	Años	F.nacimiento	Rut	Apoderado		Contacto
1	Ahumada Delgado	Mahina Nerea				Paulina	Delgado Contreras	
2	Pérez Alvarez	Alba Mahi				Paz belen	Alvarez campos	
3	Lilio Meneses	Amparo Anais				Cyntia	Meneses Rojas	
4	Valenzuela Cepeda	Arlet Monserrat				Stefanie	Cepeda Soto	
5	Ramirez perez	Catalina				Lorena	Perez mena	
6	Beiza Fernández	Catalina Antonia				Pamela	Fernandez	
7	Fernandez Flores	Catalina Elisa				Elias	Fernandez	
8	Reinoso órdenes	Denisse Ignacia				Lina	Órdenes Huerta	
9	Cruz Nuñez	Dominga Alejandra				Constanza	Nuñez zamora	
10	Cepeda Torrealba	Dominga Ignacia				Carla	Torrealba Trujillo	
11	Hugueño Meneses	Florencia Amaranta				Claudia	Meneses Fredes	
12	Peña Vilches	Florencia Anais				Natalie	Vilches Menares	
13	Jiménez Marin	Gabriela Jesus				María	Marin Martínez	
14	Ramirez perez	Ignacia				Lorena	Perez mena	
15	Rojo Fredes	Isidora Julieta Paz				Cintia	Fredes Córdova	
16	Soriano Molina	Jacinta Isabella				Isabel andrea	Molina Adasme	
17	Tapia Gutierrez	Javiera Belen				Maria Jose	Gutierrez Bruna	
18	Carrasco Tapia	Javiera Ignacia				Maria Graciela	Tapia Alucema	
19	Zamora Zuñiga	Josefina Isabel				Andrea	Zúñiga	
20	Cardena Pallares	Julieta Andrea				Luz	Pallares	
21	Santana Lay-Son	Julieta Paz				Lorena	Lay-Son	
22	Valdebenito	Laura Amaya				Natalia	González Araya	
23	Bizama Cortez	Luciana Cecilia				Rafael	Bizama Castillo	
24	Paz Marin	Maite Francisca				María	Marin Martínez	
25	Farias Meneses	Maite Isabella				Nicol	Meneses Fredes	
26	Barraza altamirano	Maite isidora				Johanna	Altamirano	
27	Cardena Pallares	Maria Ignacia				Luz	Pallares	
28	Zamora Zuñiga	Matilde Leonor				Andrea	Zúñiga	
29	ARCOS GODOY	Maximiliana Belen				MAKARENA	GODOY GODOY	
30	Ahumada olivares	Mayte Alejandra				Juana	Olivares olmos	
31	Rogas Ramakers	Mila Sophie				Erick	Rogas	
32	Arancibia Astudillo	Nataly Analía				Marjorie	Astudillo	
33	Nuñez Gonzalez	Noemi Sol				Brayan	Nuñez Chacana	
34	Arce Figueroa	Pascuala Belén				Constanza	Figueroa Vega	
35	Aracena Huerta	Pascuala Ignacia				Camila andrea	Huerta	
36	Nuñez Gonzalez	Rocio Abigail				Brayan	Nuñez Chacana	
37	Perales dasilva	Samantha Sahid				Mery jaeans	Dasilva Nava	
38	Carroza olivares	Sofia Pascal				Andreina	Olivares olivares	

ILUSTRE MUNICIPALIDAD COMUNA DE LA LIGUA

INFORME MENSUAL
DEPARTAMENTO DE DEPORTES
ILUSTRE MUNICIPALIDAD DE LA LIGUA

Deportes Comuna de La Ligua

ASISTENCIA MENSUAL:													
	NOMBRE	20-02	23-02	27-02	02-03	06-03	09-03	13-03	16-03				TOTAL
1	Mahina Nerea	x	x	x	x	x	x	x	x				8
2	Alba Mahi	x	x	x	x	x	x	x	x				8
3	Amparo Anais	x	x	x	x	x	x	x	x				8
4	Arlet Monserrat	x	x	x	x	x	x	x	x				8
5	Catalina	x	x	x	x		x	x					6
6	Catalina Antonia		x	x	x	x	x	x	x				7
7	Catalina Elisa	x	x	x	x	x	x	x	x				8
8	Denisse Ignacia	x	x	x	x	x	x	x	x				8
9	Dominga Alejandra	x		x	x	x	x	x	x				7
10	Dominga Ignacia	x	x	x	x	x	x	x	x				8
11	Florencia Amaranta	x	x	x	x	x		x	x				7
12	Florencia Anais	x	x	x	x	x	x	x	x				8
13	Gabriela Jesus	x	x	x	x	x	x	x	x				8
14	Ignacia	x	x	x	x	x	x		x				7
15	Isidora Julieta Paz	x	x	x	x	x	x	x	x				8
16	Jacinta Isabella	x	x	x	x	x	x	x	x				8
17	Javiera Belen	x	x	x	x	x	x	x	x				8
18	Javiera Ignacia	x	x	x	x	x	x	x	x				8
19	Josefina Isabel	x	x	x	x		x	x	x				7
20	Julieta Andrea	x	x	x	x	x	x	x	x				8
21	Julieta Paz	x	x	X	x	x	x	x	x				8
22	Laura Amaya	x	x	x	x	x	x	x	x				8
23	Luciana Cecilia	x	x	x	x	x	x	x					7
24	Maite Francisca	x	x	x	x	x	x	x	x				8
25	Maite Isabella	x	x	x	x	x	x	x	x				8
26	Maite isidora	x	x	x	x	x	x	x	x				8
27	Maria Ignacia		x	x	x	x	x	x	x				7
28	Matilde Leonor	x	x	x		x	x	x	x				7
29	Maximiliana Belen	x	x	x	x	x	x	x	x				8
30	Mayte Alejandra	x	x	x	x	x	x	x	x				8
31	Mila Sophie				x	x	x	x	x				5
32	Nataly Analía	x	x	x	x	x	x	x	x				8
33	Noemi Sol	x	x	x	x	x	x	x					7
34	Pascuala Belén	x	x		x	x		x	x				7
35	Pascuala Ignacia	x	x	x	x	x		x					6
36	Rocio Abigail	x	x	x	x	x	x	x					7
37	Samantha Sahid	x	x	x	x	x	x	x	x				8
38	Sofia Pascal	x	x	x	x		x	x	x				7
		35	**36**	**36**	**37**	**35**	**35**	**37**	**34**				

DE LOS PARTICIPANTES						
N.º SESIÓN	FECHA	PARTICIPACIÓN PROGRAMADA	PARTICIPACIÓN REAL	REAL MUJERES	REAL HOMBRES	SUPERVISIONES RECIBIDAS
1	20-02	38	35	35	0	0
2	23-02	38	36	36	0	0
3	27-02	38	36	36	0	0
4	02-03	38	37	37	0	0
5	06-03	38	35	35	0	0
6	09-03	38	35	35	0	0
7	13-03	38	37	37	0	0
8	16-03	38	34	34	0	0
9						
10						
TOTAL		304	248	248	0	0

PROMEDIO PARTICIPANTES (1)		31%
PORCENTAJE COBERTURA (2)	55*100/25	81,5%
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.

TERESA OLIVARES GONZALEZ

ILUSTRE MUNICIPALIDAD DEPARTAMENTO DE DEPORTES LA LIGUA

FOTOGRAFIAS DE RESPALDO







