INFORME MENSUAL
DEPARTAMENTO DE DEPORTES
ILUSTRE MUNICIPALIDAD DE LA LIGUA

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

Horario de ejecución

DÍA	MARTES	MIERCOLES	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:
Promover la salud y deporte, para incrementar una vida sana.

SEÑALE LAS PRINCIPALES ACTIVIDADES REALIZADAS PARA EL CUMPLIMIENTO DE SUS OBJETIVOS:
ACTIVIDAD:
El programa Zumba Fitness muestra una fusión entre movimientos de diferentes intensidades; desde: Pasos básicos, desplazamientos con figuras bilaterales, trabajo de autocarga y movimientos cotidianos, por ejemplo: sentadillas, elevación de piernas, trabajo de brazos anterior y posterior, entre otros. Con este fin poder lograr el objetivo de mejorar el sistema cardiovascular y fomentar la vida saludable.

ILUSTRE MUNICIPALIDAD LA LIGUA DEPARTAMENTO DE DEPORTES

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						

	ASISTENCIA MENSUAL: AGOSTO													
	NOMBRE	16	21	22	23	28	29	30	04	05	06	11	12	13
1	Natalia Ortiz			X	X	X	X		X	X		X	X	X
2	Nelly Vega		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
3	Isabel Caroca		X	X	X	X	X	X		X		X	X	X
4	Sofía Rodríguez			X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
5	Paz Arancibia		X	X	X	X	X	X			X	X	X	X
6	Fresia Vega		X	X	X	X	X		X	X		X	X	X
7	Alejandra Cádiz		X		X		X	X	X	X	X	X	X	X
8	Maribel Hidalgo		X	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	X	X	X
11	Andrea Mazzoti		X	X	X		X		X	X	X	X	X	X
12	Andrea Droguett		X	X	X	X		X	X		X	X	X	
13	Agustina Camilo			X		X	X	X	X	X	X		X	X
14	Daniela Gutierrez		X		X	X	X	X		X	X	X		X
15	Paulina Rodrigo		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
16	Dory Godoy			X	X	X	X		X	X	X		X	X

DE LOS PARTICIPANTES						
N.º SESIÓN	FECHA	PARTICIPACIÓN PROGRAMADA	PARTICIPACIÓN REAL	REAL MUJERES	REAL HOMBRES	SUPERVISIONES RECIBIDAS
1	16 – 07 – 2026	15	FERIADO	FERIADO	-	-
2	21– 07 – 2026	15	12	12	-	-
3	22– 07 – 2026	15	13	13	-	-
4	23– 07 – 2026	15	14	14	-	-
5	28 – 07– 2026	15	14	14	-	-
6	29 – 07 – 2026	15	14	14	-	-
7	30–07 - 2026	15	12	12	-	-
8	04- 08 - 2026	15	13	13	-	-
9	05 –08 - 2026	15	14	14	-	-
10	06 – 08 -26	15	13	13		
11	11 – 08 -26	15	14	14	-	-
12	12-08-26	15	15	15		
13	13-08-26	15	15	15		
	TOTAL	15	163	163		

PROMEDIO PARTICIPANTES (1)		14
PORCENTAJE COBERTURA (2)	14x100/15	93%
SESIONES REALIZADAS EFECTIVAS	12	12



FIRMA
Luz Elizabeth Hernández Lagos

FOTOGRAFÍAS DE RESPALDO





INFORME MENSUAL
DEPARTAMENTO DE DEPORTES
ILUSTRE MUNICIPALIDAD DE LA LIGUA

DISCIPLINA DEPORTIVA O ACTIVIDAD FÍSICA: ZUMBA FITNESS	
MES INFORMADO: agosto	**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.

SEÑALEASPECTOSAMEJORAR:
- **Obesidad.**
- **Resistenciacardiovascular.**
- **Motricidad.**
- **Autoestima.**

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	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						
14						
15						

ASISTENCIA MENSUAL: AGOSTO															
	NOMBRE	16	21	23	28	30	04	06	11	13	-	-	-	-	-
1	Daniela Jaramillo		X	X	X	X	X	X	X	X					
2	Francisca Aranda		X	X	X	X	X	X	X	X					
3	Elena Diaz		X	X	X	X	X	X	X	X					
4	Lizbeth Oyarzun		X	X	X	X	X	X	X	X					
5	Maria Jose Lazcano		X	X	X		X	X	X	X					
6	Ingrid Astudillo		X	X	X	X	X	X	X	X					
7	Camila Inostroza		X	X	X	X	X	X	X	X					
8	Miriam Oyanedel		X	X	X	X	X	X	X	X					
9	Paulina Rodrigo			X	X	X	X	X	X	X					
10	Natalia Ortiz		X	X	X	X	X	X	X	X					
11	Marcela Maureira			X	X	X	X	X	X	X					
12	Valeria Sandoval		X	X	X	X	X	X	X	X					
13															
14															
15															

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	16 – 07– 26	16	FERIADO	FERIADO	-	-
2	21 – 07– 26	16	10	10	-	-
3	23 – 07– 26	16	12	12	-	-
4	28– 07– 26	16	12	12	-	-
5	30 – 07 - 26	16	11	11	-	-
6	04 – 08 - 26	16	12	12	-	-
7	06 – 08 - 26	16	12	12	-	-
8	11 – 08 - 26	16	12	12	-	-
9	13 – 08 -26	16	12	12	-	-
10						
11						
12						
13						
14						
TOTAL		11	93	93		

PROMEDIO PARTICIPANTES (1)		12
PORCENTAJE COBERTURA (2)	12*100/16	75%
SESIONES REALIZADAS EFECTIVAS		8
OBSERVACIONES		

(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.

ILUSTRE MUNICIPALIDAD DE LA LIGUA – DEPARTAMENTO DE DEPORTES

FIRMA
Luz Elizabeth Hernández Lagos

FOTOGRAFÍAS DE RESPALDO



