

INFORME DE FUNCIONES MES DE DICIEMBRE 2025

Andacollo, 23 de diciembre de 2025

1.- Identificación del Servidor o Servidora Municipal a Honorarios.

Nombre	MARIA LUISA MILLA PASTEN
R.U.T.	

2.- Dependencia y función encomendada.

Dirección / Departamento / Oficina	DIDECO
Función según contrato	MONITORA TALLER DE YOGA

Lunes 1: Escaneo corporal y emocional , más respiración consciente. Elongación general. Posturas de fuerza y resistencia brazos y piernas. Ensayo de nuestra presentación. Finalizamos con relajación y reflexión. Martes 2: Escaneo completo físico y emocional, seguidos de respiraciones conscientes. Elongación cuerpo completo. Posturas enfocadas en la parte superior del cuerpo. Ensayo de nuestra presentación. Finalizamos con relajación y reflexión. Miércoles 3: Escaneo emocional y físico. Respiraciones en 4 y 6 tiempos, luego calentamiento general. Posturas enfocadas parte inferior del cuerpo . Ensayo para nuestra presentación. Finalizamos con relajación y reflexión. Jueves 4: Escaneo completo, corporal y emocional. Respiraciones conscientes. Elongación general . Saludos al sol. Ensayo de nuestra presentación . Finalizamos con relajación y reflexión. Martes 9: Escaneo corporal y emocional completo. Conectamos con la gratitud . Respiración diafragmática. Calentamiento general . Posturas de equilibrio y también guerrero I y II. Finalizamos con relajación y reflexión. Miércoles 10: Escaneo emocional y corporal completo. Respiraciones consciente , en tiempos de 4 y 6. Calentamiento completo . Variadas posturas de elongación y flexibilidad cuerpo completo. Finalizamos con relajación y reflexión. Jueves 11: Escaneo corporal , mental y emocional. Respiraciones conscientes. Conectamos con la gratitud, seguido de Calentamiento general. Saludos al Sol simples, baja intensidad y mediana intensidad. Movimientos para unir y equilibrar ambos hemisferios . Finalmente postura de relajación y reflexión .

4.- Funciones instruidas mediante delegaciones de funciones o solicitudes de apoyo a otras unidades.

5.- Ausencias justificadas (debe indicar las fechas en que efectuó uso de permisos administrativos, feriados legales, descanso complementario, licencias médicas o permisos especiales).

Se extiende el presente informe para acreditar ante la Municipalidad de Andacollo, el pago de los honorarios pactados según el contrato vigente en el mes de diciembre 2025

MARIA L. MILLA PASTEN
MONITORA

CONSTANZA ROJAS LOPEZ
DIDECO