

INFORME DE FUNCIONES MES DE JULIO 2025

Andacollo, 31 de Julio 2025

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

Nombre	CESAR HENRIQUEZ VEGA
R.U.T.	

2.- Dependencia y función encomendada.

Dirección / Departamento / Oficina	DIDECO OFICINA DEPORTES
Función según contrato	MONITOR TALLER DE: KARATE DO

3.- Actividades realizadas en el mes de Julio 2025

En el mes de Julio de 2025, quien suscribe, realizó las siguientes funciones:

Clases correspondientes al taller de karate municipal lunes y miércoles 19:00 a 20:30 horas.

02 Julio: 19:00 a 20:30 hrs:

- Taizo (calentamiento articular)
- Calentamiento específico con estaciones de trabajo con implementos
- Piometría básica con cuerda y coordinación - yazume
- Geri waza individual (técnicas de piernas individual)
Kin geri (genital) – Mae geri (frontal) – oi mae geri- Gyako (doble avance) mae geri (en el lugar)
Kin tobi geri (con salto)
- Junbi Undo (elongación)

Alumnos asistentes 25

07 Julio: 19:00 a 20:30 hrs:

- Taizo (calentamiento articular)
- Calentamiento específico Muscular para Jiju Kumite y shia kumite
- Piometría básica de explosividad - yazume
- Reacción simple con objeto
- Reacción al movimiento con objeto
- Gyako tzuki básico estático (técnica de mano cruzada simple)
- Gyako tzuki en movimiento (técnica de mano cruzada simple en movimiento)
- Gyako tzuki yori ashi técnica de puño con avance doble
- Gyako tzuki suri ashi técnica de puño con avance simple
- Junbi Undo (Elongacion)

Alumnos asistentes 23

09 Julio: 19:00 a 20:30 hrs

- Taizo (calentamiento articular)
- Calentamiento específico - yazume (tiempo de descanso e hidratación)
- Junbi Undo (elongación)
- Kijon básico rensoku uke y tori
- Kata Rensoku uke jo shu ge bunkai (Aplicación con compañero)
- Kata Rensoku tori jo shu ge bunkai (Aplicación con compañero)
- Jiyu Kata (Realización de kata libre frente a compañeros)
- correcciones

Alumnos asistentes 28

14 Julio: 19:00 a 20:30 hrs

- Taizo (calentamiento articular)
- Calentamiento específico - yazume (tiempo de descanso)
- Junbi Undo (elongación)
- Kijon básico rensoku shu shuto ge
- Kata Rensoku uke shu shuto ge bunkai (Aplicación con compañero)
- Kata Rensoku tori shu shuto ge bunkai (Aplicación con compañero)
- Jiyu Kata (Realización de kata libre frente a compañeros)

Alumnos asistentes 25

21 Julio 19:00 a 20:30 hrs

- Taizo (calentamiento articular)
- Calentamiento muscular para trabajo de piernas con salto
- Yazume (tiempo de descanso e hidratación)
- Geri waza
- Kin geri (genital) – Mae geri (frontal) – oi mae geri- Gyako (doble avance) mae geri (en el lugar)
- Kin tobi geri (con salto)
- Mae tobi geri (con salto)
- Gyako tobi geri (con salto)
- Junbi Undo (elongación)

Alumnos asistentes 25

23 Julio: 19:00 a 20:30 hrs

- Taizo (calentamiento articular)
- Calentamiento específico cuerda, juegos de habilidad y reacción
- Yazume (tiempo de descanso e hidratación)
- Geri waza
- Mae geri (frontal)
- Mae tobi geri shudan (zona media con salto)
- Mae tobi geri jodan (zona alta con salto)
- Yoko tobi geri (patada lateral con salto)
- Junbi Undo (elongación)

Alumnos asistentes 26

28 Julio: 19:00 a 20:30 hrs

- Taizo (calentamiento articular)
- Calentamiento con juego coordinativo con tiempo y cambio de estación
- Yazume (tiempo de descanso e hidratación)
- Geri waza Ushiro
- Ushiro geri sin giro al foco (patada hacia atrás con talón)
- Ushiro geri con giro al foco (patada hacia atrás con giro por detrás con talón)
- Ushiro tobi geri sin giro (patada hacia atrás con talón y salto)
- Ushiro tobi geri con giro (patada hacia atrás con talón y salto)
- Junbi Undo (elongación)

Alumnos asistentes 21

30 Julio: 19:00 a 20:30 hrs

- Taizo (calentamiento articular)
- Calentamiento específico kata
- Yazume (tiempo de descanso e hidratación)
- Sanchin kata (forma cuerpo mente y espíritu)
- taikioku kata jodan shudan gedan
- Gekisai dai ishi - dai ni
- grupo avanzado realiza trabajo de kata grupal SAIFA -SEYUINCHIN
- Jiyu Kata (Realización de kata libre frente a compañeros)

Alumnos asistentes

-

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 Julio 2025

Para constancia firman:

CESAR HENRIQUEZ VEGA
FUNCIONARIO A HONORARIOS

CONSTANZA ROJAS LOPEZ
DIDECO