

INFORME DE FUNCIONES MES JUNIO 2025

Andacollo, 30 de junio 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 – OFICINA DE DEPORTES
Función según contrato	MONITORA TALLER DE YOGA

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

Lunes 9: Calentamiento, respiraciones conscientes, introducción al yoga (especialmente para las alumnas nuevas).

Profundizamos en posturas de pie, resistencia y equilibrio.

Finalizamos con postura svasana (relajación) y posterior reflexión.

Martes 10: Calentamiento, respiraciones conscientes.

Trabajamos distintas posturas que nos ayudan al estiramiento y elongación del cuerpo completo.

Finalizamos con postura svasana (relajación), y posterior reflexión.

Miércoles 11: Calentamiento, respiración consciente.

Tapping (golpeteos en puntos energéticos para liberar emociones)

Saludos al Sol

Finalizamos con postura svasana (relajación)

Lunes 23: Escaneo corporal y emocional consciente.

Anclarnos en la gratitud y luego realizar el calentamiento.

El enfoque de hoy fue en las posturas de torsión, las cuales nos ayudan a purificar y desintoxicar todos nuestros órganos internos.

Finalizamos con relajación y reflexión

Martes 24: Escaneo corporal y emocional consciente, respiración somática consciente.

Conexión con la gratitud y luego calentamiento.

Hoy el trabajo principal fue en la parte superior del cuerpo, dando fortalecimiento, elongación y resistencia.

Finalizamos con postura relajación y posterior reflexión.

Miércoles 25: Escaneo corporal y emocional completo, más respiración en cuatro tiempos.

Calentamiento y el trabajo de hoy fue enfocada en el tren inferior del cuerpo.

Resistencias, equilibrio, extensión. Finalizamos con postura de relajación y reflexión.

Jueves 26: Escaneo corporal y emocional parte por parte de nuestro cuerpo.

Respiración somática consciente.

Calentamiento y hoy la clase fue enfocada en la agilidad y movilidad general, saludo al sol.

Finalizamos con postura 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 junio 2025

MARIA LUISA MILLA PASTEN
MONITORA TALLER DE YOGA

CONSTANZA ROJAS LOPEZ
DIDECO



ILUSTRE MUNICIPALIDAD
ANDACOLLO



Andacollo
Te Encuentra