

INFORME DE FUNCIONES MES DE MAYO 2025

Andacollo, 30 de Mayo 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 Mayo 2025

En el mes de Mayo de 2025, quien suscribe, realizó las siguientes funciones: Clases correspondientes al taller de karate municipal lunes y miércoles 19:00 a 20:30 horas. 05 Mayo: 19:00 a 20:30 hrs: Taizo (calentamiento articular) Calentamiento específico - yazume Junbi Undo (elongación) Kijon básico individual y en apoyo de una pareja UKE WAZA (BLOQUEOS) Kata Rensoku UKE Jo Shu Ge Kata Rensoku TORI Jo Shu Ge 07 Mayo: 19:00 a 20:30 hrs Suspensión de clases por parte del municipio por armado escenografía día de la madre. Se Toma alternativa de recuperación de clase agregar ½ hora los días 12- 14 y 19 de mayo iniciando a las 18:30 y terminando 20:30 hrs 12 Mayo: 18:30 a 20:30 hrs: -Taizo (calentamiento articular) -Calentamiento específico - yazume (tiempo de descanso e hifratacion) -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) 14 Mayo: 18:30 a 20:30 hrs: -Taizo (calentamiento articular) -Calentamiento específico con estaciones de trabajo con implementos -Pirometría básica - 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) 19 Mayo: 18:30 a 20:30 hrs: -Taizo (calentamiento articular) -Calentamiento específico para lanzamientos piernas y reacción -yazume -Geri waza mawashi Bunkai makiwara (técnicas de piernas al foco) circulares y giratorias Zune geri (con canilla) – Mawashi geri gedan (con empeine al cuádriceps) – Mawashi geri kekomi (circular penetrante) Mawashi geri koshi (con metatarso) –) Mawashi geri zuma saki (con dedos de los pies) -Junbi Undo (elongación)
--

21 Mayo: Participación Desfile Comunal Glorias Navales solicitado por oficina deportes

26 Mayo: 19:00 a 20:30 hrs:

- Taizo (calentamiento articular)
- Calentamiento específico articular y circular tobillos – rodillas – caderas
- Estiramiento zonas cuádriceps – isquiotibial - aductores
- Piometría básica de coordinación - yazume
- Junbi Undo stretching (elongación – elasticidad y apertura de piernas en parejas)
- Jiyu Kata (Realización de kata libre frente a compañeros)

28 Mayo: 19:00 a 20:30 hrs:

- Taizo (calentamiento articular)
- Calentamiento específico Muscular para Jiu 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)

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

- **Sábado 10 Mayo** Actividad examen y evaluación de grado alumnos taller 14:30 a 19:00 horas.
- **Domingo 11 Mayo** Actividad seminario karate combate tradicional 9:30 a 11:00 horas.
- **Domingo 11 Mayo** Actividad ceremonia de graduación y certificación alumnos taller municipal 11:00 a 13:00 horas.
- **21 Mayo** Participación desfile comunal solicitado por oficina deportes

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

07 Mayo: 19:00 a 20:30 hrs

Suspensión de clases por parte del municipio por armado escenografía día de la madre.
Se Toma alternativa de recuperación de clase agregar ½ hora los días 12- 14 y 19 de mayo
iniciando a las 18:30 y terminando 20:30 hrs

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 mayo 2025

Para constancia firman:

CESAR HENRIQUEZ VEGA
FUNCIONARIO A HONORARIOS

CONSTANZA ROJAS LOPEZ
DIDECO