



INFORME MENSUAL DE FUNCIONES REALIZADAS

Nombre:	Francisco Orellana Flores	Rut:	
Prestación de Servicios - Honorarios a Suma Alzada	D.A. Contrato:	N°000093 - 01 enero 2026	
Periodo:	Febrero 2026	Fecha Informe:	24-02-2026

Función Contratada

Técnico deportivo para realizar taller funcional dirigido a adultos mayores de nuestra comuna en gimnasio municipal de Litueche.

Acciones o actividades realizadas

-Planificar y diseñar entrenamientos funcionales adaptados a personas mayores, considerando sus capacidades físicas, condiciones de salud y nivel de autonomía.

-Ejecutar sesiones de entrenamiento funcional orientadas a mejorar la movilidad, fuerza, equilibrio, coordinación y resistencia, promoviendo un envejecimiento activo y saludable.

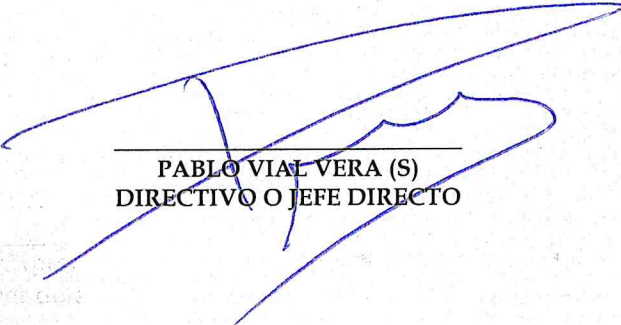
-Guiar y supervisar de manera permanente a los adultos mayores durante la realización de los ejercicios, asegurando una correcta ejecución técnica y previniendo riesgos de lesiones.

-Adaptar y modificar los ejercicios según las necesidades individuales de cada participante, respetando sus límites físicos y ritmo de trabajo.

-Fomentar la participación activa, el trabajo en equipo y la motivación, generando un ambiente seguro, inclusivo y de confianza.

Certifican conforme:


FRANCISCO ORELLANA FLORES
PRESTADOR DE SERVICIOS


PABLO VIAL VERA (S)
DIRECTIVO O JEFE DIRECTO