



Dalcahue, diciembre 2023

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

DE: Natalia Anabalón Vargas
Monitora taller de Zumba Dalcahue
A: DIRECTORA DE DESARROLLO COMUNITARIO

1. A través del presente documento, tengo a bien informar a usted, las actividades realizadas por quien suscribe, al mes de diciembre del presente año:

- Monitora taller de zumba en el gimnasio municipal de Dalcahue durante el mes de diciembre
- 08 clases dirigidas
- Resumen de cada clase:
 - Calentamiento: Movilidad articular (19 minutos)
 - Desarrollo: A través de la música, coreografías de zumba fitness. (40 minutos)
 - Vuelta a la calma: Respiración y movimiento de relajación (10 minutos)
 - Total duración de la clase (01 hora)



Natalia Anabalón Vargas
Monitora de Zumba