



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