

DANAE MELISSA MIRANDA SEGUEL

**BOLETA DE HONORARIOS
ELECTRONICA**

N ° 60

RUT:

GIRO(S): OTRAS ACTIVIDADES CREATIVAS, ARTISTICAS Y DE
ENTRETENIMIENTO N.C.P., OTRAS ACTIVIDADES DE ESPARCIMIENTO Y
RECREATIVAS N.C.P.,

Fecha: 24 de Agosto de 2026

Señor(es): I MUNICIPALIDAD DE DONIHUE
Domicilio: AVENIDA ESTACION 344, DONIHUE

Rut: 69.080.600- 2

Por atención profesional:

PROFESORA DE TALLER DE ENTRENAMIENTO FUNCIONAL PROYECTO MUNICIPAL AGOSTO 2026	320.000
Total Honorarios: \$:	320.000
15.25 % Impto. Retenido:	48.800
Total:	271.200

Fecha / Hora Emisión: 24/08/2026 10:58



1926394600060EE151F4

Res. Ex. N° 83 de 30/08/2004

Verifique este documento en www.sii.cl

El contribuyente receptor de esta boleta debe retener el porcentaje definido.

11202608241059

Fecha / Hora Impresión: 24/08/2026 10:59



DEPARTAMENTO ORGANIZACIONES COMUNITARIAS

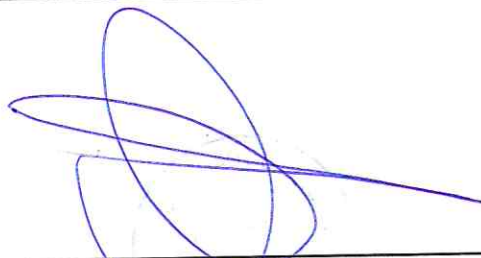
DOÑIHUE, 24 DE AGOSTO 2026.

De acuerdo al contrato de prestación de servicios personales (honorarios) suscrito entre el **Srta. DANAÉ MIRANDA SEGUEL** y la Ilustre Municipalidad de Doñihue, contrato que se encuentra vigente, y que determina las funciones que debe realizar el funcionario, entre las cuales se señalan:

- **TALLER DE ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (TALLERES MUNICIPALES DE DEPORTES) OFICINA DE DEPORTES Y JUVENTUD . DIDECO**

Como Encargado de la Oficina de Deportes y Juventud, constato, que las funciones y tareas antes descritas se realizaron y se encuentran conforme, y por consiguiente se solicita la cancelación correspondiente a los honorarios del mes de **AGOSTO** del año 2026, de acuerdo a contrato previamente revisado por quien suscribe.

- Es preciso señalar, que estas funciones y tareas se realizaron de manera independiente, sin vínculo de subordinación y dependencia de quien suscribe, no constituyendo de ningún modo una relación contractual regida por el código del trabajo, solamente por el contrato de honorarios suscrito entre las partes.



FERNANDO ARAYA D.
DIDECO



G

TALLERES DEPORTIVOS Y RECREATIVOS DOÑIHUE 2026

ENTIDAD ADMINISTRADORA	ILUSTRE MUNICIPALIDAD DE DOÑIHUE
REPRESENTANTE LEGAL	BORIS ACUÑA GONZÁLEZ
DIRECCIÓN	Avenida estación #344
REGIÓN	Región de O'Higgins
COMUNA	Doñihue
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	Entrenamiento Funcional
FINANCIAMIENTO	ILUSTRE MUNICIPALIDAD DE DOÑIHUE
DISCIPLINA	Entrenamiento funcional y Acondicionamiento físico
RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD	Danae Miranda - Fitgénesis
FECHA DE INICIO	01/04/2026

RUT MONITOR/TALLERISTA	NOMBRES	APELLIDO PATERNO	APELLIDO MATERNO	NIVEL TÉCNICO
	Danae Melissa	Miranda	Seguel	Técnico Profesional

RECINTO DE TRABAJO	
NOMBRE DEL RECINTO	Gimnasio Municipal de Doñihue
TIPO DE RECINTO	Espacio público cerrado
DIRECCIÓN	Doctor Sanhueza 491, Doñihue.
COMUNA	Doñihue
TELÉFONO MONITOR	



HORARIOS (USAR FORMATO DE 24 HRS, EJ: 19:30 HRS)						
DIA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
INICIO	19:00 hrs		19:00 hrs		19:00 hrs	
TÉRMINO	20:00 hrs		20:00 hrs		20:00 hrs	

PARTICIPACIÓN POR GRUPO ETARIO

	0-10	10-20	20-30	30-40	40-50	50 Y MÁS
MUJERES		0	5	8	10	8
HOMBRES	1	0	6	8	5	5

FORMATO DE PLANIFICACIÓN GENERAL DE LA ACTIVIDAD O TALLER

OBJETIVO GENERAL DEL TALLER / ACTIVIDAD RECREATIVA:	Desarrollar la capacidad cardiovascular, la potencia aeróbica y la coordinación neuromuscular de los participantes de la comunidad de Doñihue, a través de sesiones de entrenamiento funcional que integren ejercicios compuestos, trabajo cardiovascular y patrones de coordinación, adaptándose a los distintos niveles de condición física de cada persona.
OBJETIVOS ESPECÍFICOS:	• Mejorar la capacidad cardiovascular y la resistencia aeróbica mediante circuitos de alta intensidad moderada, mejorando la eficiencia del sistema cardiorrespiratorio. • Fortalecer la musculatura global mediante ejercicios compuestos multi-articulares. • Mejorar los patrones de coordinación, agilidad y ritmo motor mediante ejercicios con el propio cuerpo e implementos, secuencias de movimiento y trabajo con aros y escaleras de coordinación. • Optimizar la capacidad funcional en actividades de la vida diaria, transfiriendo los patrones de movimiento aprendidos a situaciones reales cotidianas. • Fomentar la adherencia al ejercicio y la motivación intrínseca mediante dinámicas grupales, variedad de estímulos y progresiones individualizadas.

UNIDADES TEMÁTICAS	CONTENIDOS	MES
Fuerza, Control Nutricional y Estabilidad por Grupos Musculares Beneficios: - Mejora la movilidad articular orientada a patrones de fuerza. - Incrementa la estabilidad corporal mediante trabajo localizado. - Reduce el riesgo de lesiones musculares y articulares. - Optimiza la postura corporal y la alineación articular. - Aumenta la flexibilidad dinámica activa. - Mejora la coordinación neuromuscular por repetición semanal. - Favorece el rendimiento físico en movimientos compuestos.	Optimización del movimiento eficiente y prevención de lesiones mediante el trabajo específico y repetitivo de grupos musculares clave. A través de la aplicación de movimientos activos y controlados, se busca llevar las articulaciones a través de sus rangos funcionales sin recurrir a posiciones estáticas prolongadas. Se profundiza en la comprensión práctica de las diferencias entre movilidad, flexibilidad y estabilidad para lograr un control neuromuscular real. Beneficios: - Optimiza la eficiencia del movimiento y la precisión en patrones biomecánicos específicos. - Diferencia y potencia de forma práctica la movilidad, la flexibilidad dinámica y la estabilidad. - Aumenta la coordinación neuromuscular a través de la repetición constante de patrones activos.	Agosto

IMPLEMENTOS	CANTIDAD	CALIDAD
UBOUND	1	BUENO
MAT	6	BUENOS
MANCUERNAS 5K	10	BUENAS
KETTLEBELL 8K	1	BUENA
VALLAS	8	BUENAS
BANDAS ELÁSTICAS	15	USADAS
LENTEJAS	20	USADAS
BALÓN MEDICINAL DE 4K	1	BUENO
STEP	2	BUENOS
ESCALERA DE COORDINACIÓN	1	USADA

FICHA DE CLASES

CLASE N°1: Tren Inferior (Enfoque Cadera y Cadena Posterior) FECHA: Lunes 03/08/2026	CLASE N° 2: Potencia Metabólica e Integración de Cadenas FECHA: Miércoles 12/08/2026	CLASE N°3: Agilidad, Movilidad y Multi-Direccionalidad FECHA: Viernes 21/08/2026
OBJETIVO: Ampliar la movilidad activa de la cadera para liberar la tensión sobre la zona lumbar y mejorar el patrón biomecánico de bisagra.	OBJETIVO: Fortalecer la estabilidad de la escápula para optimizar los rangos de empuje del tren superior y prevenir pinzamientos articulares.	OBJETIVO: Desarrollar el control neuromuscular del core mediante ejercicios de anti-rotación para proteger la columna y transferir fuerza de forma eficiente.
ACTIVIDADES REALIZADAS • <i>Foco:</i> Glúteos, isquiotibiales y movilidad de cadera. • <i>Ejercicios repetitivos:</i> Good mornings con peso corporal, puentes de glúteo unipodales y estocadas estáticas con pausa.	ACTIVIDADES REALIZADAS • <i>Foco:</i> Pectorales, hombros y tríceps. • <i>Ejercicios repetitivos:</i> Flexiones de brazo con escápulas fijas, press militar con banda de resistencia y retracciones escapulares en plancha.	ACTIVIDADES REALIZADAS • <i>Foco:</i> Abdomen, zona lumbar y estabilizadores profundos. • <i>Ejercicios repetitivos:</i> Dead bug, bird-dog controlado y sostiene isométricos en plancha lateral.
HORA INICIO: 19 hrs HORA TÉRMINO: 20 hrs	HORA INICIO: 19 hrs HORA TÉRMINO: 20 hrs	HORA INICIO: 19 hrs HORA TÉRMINO: 20 hrs



Nombre de profesor	Daniel A. Lora
Disciplina	C.F.
Fecha y horario	12-08-26

PARTICIPANTES

[illegible]

Nombre de profesor	Daniel Ojeda
Disciplina	E.F.
Fecha y horario	Viernes 21-08-26

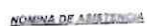
PARTICIPANTES

1. $\frac{1}{2}$
 2. $\frac{1}{3}$
 3. $\frac{1}{4}$
 4. $\frac{1}{5}$
 5. $\frac{1}{6}$
 6. $\frac{1}{7}$
 7. $\frac{1}{8}$
 8. $\frac{1}{9}$
 9. $\frac{1}{10}$
 10. $\frac{1}{11}$
 11. $\frac{1}{12}$
 12. $\frac{1}{13}$
 13. $\frac{1}{14}$
 14. $\frac{1}{15}$
 15. $\frac{1}{16}$
 16. $\frac{1}{17}$
 17. $\frac{1}{18}$
 18. $\frac{1}{19}$
 19. $\frac{1}{20}$
 20. $\frac{1}{21}$
 21. $\frac{1}{22}$
 22. $\frac{1}{23}$
 23. $\frac{1}{24}$
 24. $\frac{1}{25}$
 25. $\frac{1}{26}$
 26. $\frac{1}{27}$
 27. $\frac{1}{28}$
 28. $\frac{1}{29}$
 29. $\frac{1}{30}$
 30. $\frac{1}{31}$
 31. $\frac{1}{32}$
 32. $\frac{1}{33}$
 33. $\frac{1}{34}$
 34. $\frac{1}{35}$
 35. $\frac{1}{36}$
 36. $\frac{1}{37}$
 37. $\frac{1}{38}$
 38. $\frac{1}{39}$
 39. $\frac{1}{40}$
 40. $\frac{1}{41}$
 41. $\frac{1}{42}$
 42. $\frac{1}{43}$
 43. $\frac{1}{44}$
 44. $\frac{1}{45}$
 45. $\frac{1}{46}$
 46. $\frac{1}{47}$
 47. $\frac{1}{48}$
 48. $\frac{1}{49}$
 49. $\frac{1}{50}$
 50. $\frac{1}{51}$
 51. $\frac{1}{52}$
 52. $\frac{1}{53}$
 53. $\frac{1}{54}$
 54. $\frac{1}{55}$
 55. $\frac{1}{56}$
 56. $\frac{1}{57}$
 57. $\frac{1}{58}$
 58. $\frac{1}{59}$
 59. $\frac{1}{60}$
 60. $\frac{1}{61}$
 61. $\frac{1}{62}$
 62. $\frac{1}{63}$
 63. $\frac{1}{64}$
 64. $\frac{1}{65}$
 65. $\frac{1}{66}$
 66. $\frac{1}{67}$
 67. $\frac{1}{68}$
 68. $\frac{1}{69}$
 69. $\frac{1}{70}$
 70. $\frac{1}{71}$
 71. $\frac{1}{72}$
 72. $\frac{1}{73}$
 73. $\frac{1}{74}$
 74. $\frac{1}{75}$
 75. $\frac{1}{76}$
 76. $\frac{1}{77}$
 77. $\frac{1}{78}$
 78. $\frac{1}{79}$
 79. $\frac{1}{80}$
 80. $\frac{1}{81}$
 81. $\frac{1}{82}$
 82. $\frac{1}{83}$
 83. $\frac{1}{84}$
 84. $\frac{1}{85}$
 85. $\frac{1}{86}$
 86. $\frac{1}{87}$
 87. $\frac{1}{88}$
 88. $\frac{1}{89}$
 89. $\frac{1}{90}$
 90. $\frac{1}{91}$
 91. $\frac{1}{92}$
 92. $\frac{1}{93}$
 93. $\frac{1}{94}$
 94. $\frac{1}{95}$
 95. $\frac{1}{96}$
 96. $\frac{1}{97}$
 97. $\frac{1}{98}$
 98. $\frac{1}{99}$
 99. $\frac{1}{100}$



Nombre de profesor	Daniel Miranda
Disciplina	Entrenamiento Funcional
Fecha y horario	10/03/26

[illegible]



Nombre de profesor	Daniel Ricardo
Disciplina	E.T
Fecha y horario	5-8-26

PARTICIPANTES

1. 10/10/20
 2. 10/10/20
 3. 10/10/20
 4. 10/10/20
 5. 10/10/20
 6. 10/10/20
 7. 10/10/20
 8. 10/10/20
 9. 10/10/20
 10. 10/10/20
 11. 10/10/20
 12. 10/10/20
 13. 10/10/20
 14. 10/10/20
 15. 10/10/20
 16. 10/10/20
 17. 10/10/20
 18. 10/10/20
 19. 10/10/20
 20. 10/10/20
 21. 10/10/20
 22. 10/10/20
 23. 10/10/20
 24. 10/10/20
 25. 10/10/20
 26. 10/10/20
 27. 10/10/20
 28. 10/10/20
 29. 10/10/20
 30. 10/10/20
 31. 10/10/20
 32. 10/10/20
 33. 10/10/20
 34. 10/10/20
 35. 10/10/20
 36. 10/10/20
 37. 10/10/20
 38. 10/10/20
 39. 10/10/20
 40. 10/10/20
 41. 10/10/20
 42. 10/10/20
 43. 10/10/20
 44. 10/10/20
 45. 10/10/20
 46. 10/10/20
 47. 10/10/20
 48. 10/10/20
 49. 10/10/20
 50. 10/10/20
 51. 10/10/20
 52. 10/10/20
 53. 10/10/20
 54. 10/10/20
 55. 10/10/20
 56. 10/10/20
 57. 10/10/20
 58. 10/10/20
 59. 10/10/20
 60. 10/10/20
 61. 10/10/20
 62. 10/10/20
 63. 10/10/20
 64. 10/10/20
 65. 10/10/20
 66. 10/10/20
 67. 10/10/20
 68. 10/10/20
 69. 10/10/20
 70. 10/10/20
 71. 10/10/20
 72. 10/10/20
 73. 10/10/20
 74. 10/10/20
 75. 10/10/20
 76. 10/10/20
 77. 10/10/20
 78. 10/10/20
 79. 10/10/20
 80. 10/10/20
 81. 10/10/20
 82. 10/10/20
 83. 10/10/20
 84. 10/10/20
 85. 10/10/20
 86. 10/10/20
 87. 10/10/20
 88. 10/10/20
 89. 10/10/20
 90. 10/10/20
 91. 10/10/20
 92. 10/10/20
 93. 10/10/20
 94. 10/10/20
 95. 10/10/20
 96. 10/10/20
 97. 10/10/20
 98. 10/10/20
 99. 10/10/20
 100. 10/10/20



Nombre de profesor	D. Ricardo
Disciplina	E. Funcional
Fecha y horario	3-8-2026

PARTICIPANTES

~~1/23/20~~
~~1/24/20~~
~~1/25/20~~
~~1/26/20~~
~~1/27/20~~
~~1/28/20~~
~~1/29/20~~
~~1/30/20~~
~~1/31/20~~
~~2/1/20~~
~~2/2/20~~
~~2/3/20~~
~~2/4/20~~
~~2/5/20~~
~~2/6/20~~
~~2/7/20~~
~~2/8/20~~
~~2/9/20~~
~~2/10/20~~
~~2/11/20~~
~~2/12/20~~
~~2/13/20~~
~~2/14/20~~
~~2/15/20~~
~~2/16/20~~
~~2/17/20~~
~~2/18/20~~
~~2/19/20~~
~~2/20/20~~
~~2/21/20~~
~~2/22/20~~
~~2/23/20~~
~~2/24/20~~
~~2/25/20~~
~~2/26/20~~
~~2/27/20~~
~~2/28/20~~
~~2/29/20~~
~~3/1/20~~
~~3/2/20~~
~~3/3/20~~
~~3/4/20~~
~~3/5/20~~
~~3/6/20~~
~~3/7/20~~
~~3/8/20~~
~~3/9/20~~
~~3/10/20~~
~~3/11/20~~
~~3/12/20~~
~~3/13/20~~
~~3/14/20~~
~~3/15/20~~
~~3/16/20~~
~~3/17/20~~
~~3/18/20~~
~~3/19/20~~
~~3/20/20~~
~~3/21/20~~
~~3/22/20~~
~~3/23/20~~
~~3/24/20~~
~~3/25/20~~
~~3/26/20~~
~~3/27/20~~
~~3/28/20~~
~~3/29/20~~
~~3/30/20~~
~~3/31/20~~
~~4/1/20~~
~~4/2/20~~
~~4/3/20~~
~~4/4/20~~
~~4/5/20~~
~~4/6/20~~
~~4/7/20~~
~~4/8/20~~
~~4/9/20~~
~~4/10/20~~
~~4/11/20~~
~~4/12/20~~
~~4/13/20~~
~~4/14/20~~
~~4/15/20~~
~~4/16/20~~
~~4/17/20~~
~~4/18/20~~
~~4/19/20~~
~~4/20/20~~
~~4/21/20~~
~~4/22/20~~
~~4/23/20~~
~~4/24/20~~
~~4/25/20~~
~~4/26/20~~
~~4/27/20~~
~~4/28/20~~
~~4/29/20~~
~~4/30/20~~
~~5/1/20~~
~~5/2/20~~
~~5/3/20~~
~~5/4/20~~
~~5/5/20~~
~~5/6/20~~
~~5/7/20~~
~~5/8/20~~
~~5/9/20~~
~~5/10/20~~
~~5/11/20~~
~~5/12/20~~
~~5/13/20~~
~~5/14/20~~
~~5/15/20~~
~~5/16/20~~
~~5/17/20~~
~~5/18/20~~
~~5/19/20~~
~~5/20/20~~
~~5/21/20~~
~~5/22/20~~
~~5/23/20~~
~~5/24/20~~
~~5/25/20~~
~~5/26/20~~
~~5/27/20~~
~~5/28/20~~
~~5/29/20~~
~~5/30/20~~
~~5/31/20~~
~~6/1/20~~
~~6/2/20~~
~~6/3/20~~
~~6/4/20~~
~~6/5/20~~
~~6/6/20~~
~~6/7/20~~
~~6/8/20~~
~~6/9/20~~
~~6/10/20~~
~~6/11/20~~
~~6/12/20~~
~~6/13/20~~
~~6/14/20~~
~~6/15/20~~
~~6/16/20~~
~~6/17/20~~
~~6/18/20~~
~~6/19/20~~
~~6/20/20~~
~~6/21/20~~
~~6/22/20~~
~~6/23/20~~
~~6/24/20~~
~~6/25/20~~
~~6/26/20~~
~~6/27/20~~
~~6/28/20~~
~~6/29/20~~
~~6/30/20~~
~~7/1/20~~
~~7/2/20~~
~~7/3/20~~
~~7/4/20~~
~~7/5/20~~
~~7/6/20~~
~~7/7/20~~
~~7/8/20~~
~~7/9/20~~
~~7/10/20~~
~~7/11/20~~
~~7/12/20~~
~~7/13/20~~
~~7/14/20~~
~~7/15/20~~
~~7/16/20~~
~~7/17/20~~
~~7/18/20~~
~~7/19/20~~
~~7/20/20~~
~~7/21/20~~
~~7/22/20~~
~~7/23/20~~
~~7/24/20~~
~~7/25/20~~
~~7/26/20~~
~~7/27/20~~
~~7/28/20~~
~~7/29/20~~
~~7/30/20~~
~~7/31/20~~
~~8/1/20~~
~~8/2/20~~
~~8/3/20~~
~~8/4/20~~
~~8/5/20~~
~~8/6/20~~
~~8/7/20~~
~~8/8/20~~
~~8/9/20~~
~~8/10/20~~
~~8/11/20~~
~~8/12/20~~
~~8/13/20~~
~~8/14/20~~
~~8/15/20~~
~~8/16/20~~
~~8/17/20~~
~~8/18/20~~
~~8/19/20~~
~~8/20/20~~
~~8/21/20~~
~~8/22/20~~
~~8/23/20~~
~~8/24/20~~
~~8/25/20~~
~~8/26/20~~
~~8/27/20~~
~~8/28/20~~
~~8/29/20~~
~~8/30/20~~
~~8/31/20~~
~~9/1/20~~
~~9/2/20~~
~~9/3/20~~
~~9/4/20~~
~~9/5/20~~
~~9/6/20~~
~~9/7/20~~
~~9/8/20~~
~~9/9/20~~
~~9/10/20~~
~~9/11/20~~
~~9/12/20~~
~~9/13/20~~
~~9/14/20~~
~~9/15/20~~
~~9/16/20~~
~~9/17/20~~
~~9/18/20~~
~~9/19/20~~
~~9/20/20~~
~~9/21/20~~
~~9/22/20~~
~~9/23/20~~
~~9/24/20~~
~~9/25/20~~
~~9/26/20~~
~~9/27/20~~
~~9/28/20~~
~~9/29/20~~
~~9/30/20~~
~~10/1/20~~
~~10/2/20~~
~~10/3/20~~
~~10/4/20~~
~~10/5/20~~
~~10/6/20~~
~~10/7/20~~
~~10/8/20~~
~~10~~



NOMINA DE ASISTENCIA

Nombre de profesor	Don Juan Gilman
Disciplina	E.T.
Fecha y horario	17-08-26

[illegible]

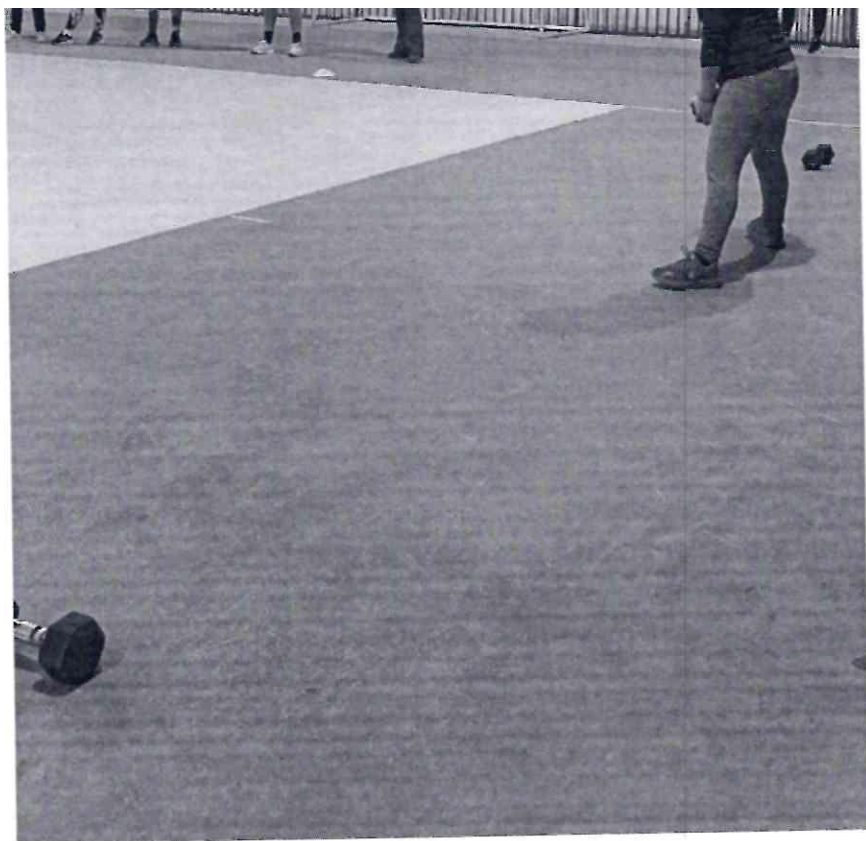
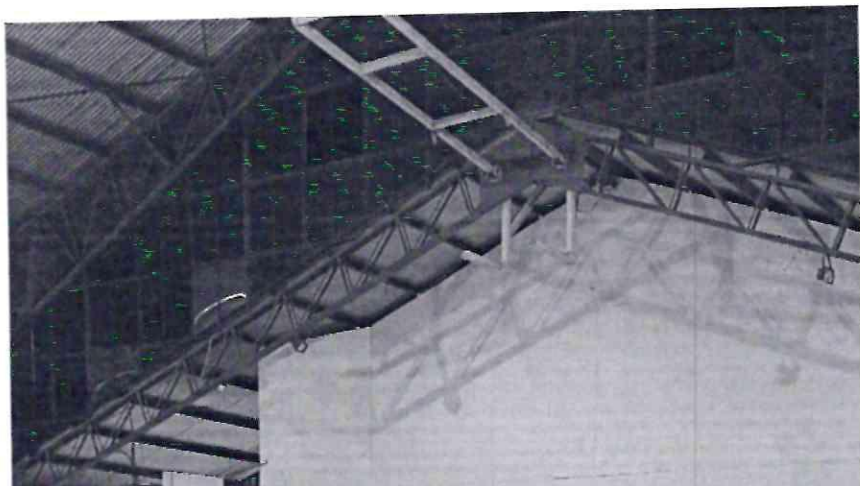


NOMBRE MONITOR/A: Danae Miranda

RUT:

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Danae Miranda', written over a horizontal line.

FIRMA: _____





FOTOGRAFÍAS DE LAS CLASES

