DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
ALCALDÍA MUNICIPAL DE ZIPAQUIRÁ
SECRETARÍA DE FAMILIA Y DESARROLLO SOCIAL

Alcaldía de Zipaquirá

INFORMACIÓN DE LA REUNIÓN					
N° ACTA	FECHA: Julio-04-2024		HORA INICIO: 8 am	HORA FIN: 9 am	
LUGAR:	San Miguel				
OBJETIVO(S):	Sesión de Actividad Física - Lúdico - Recreativa.				
DEPENDENCIA RESPONSABLE	Aktivate S-A-S.				
TIPO 16 14	EXTERNA (CON LA COMUNIDAD)		INTERNA (CON FUNCIONARIOS)		

LISTADO DE ASISTENTES

NOMBRES Y APELLIDOS	ENTIDAD / DEPENDENCIA	CARGO	CORREO	TELÉFONO	FIRMA
Yorell Cortés	Aktivate	Instructora	—	3209234835	
Gloria Ocampo	San Miguel	Líder	—	3172245479	

Powered by CamScanner

Alcaldía de Zipaquirá

ORDEN DEL DIA
Toro muscular extremidades inferiores.
1. Explicación de la actividad. 3. Desarrollo de los ejercicios
2 Calentamiento 4. Estiramientos * Firma Lider.

DESARROLLO DE LA REUNIÓN
Desarrollo de la Sesión.
* Se lleva a cabo sesión programada de fortalecimiento del tono muscular de extremidades inferiores, con la participación de 28 adultos mayores. (1 hombre – 27-mujeres) sesion realizada en salón comunal.
* Se realiza explicación de la actividad a desarrollar y se procede a realizar un calentamiento de forma individual.
* Desarrollo delos ejercicios con pelota de forma individual con ayuda de una silla. para el fortalecimiento del tono muscular de extremidades inferiores.
* Se finaliza con estiramientos generales.
* Firma acta por la lider.

COMPROMISOS ADQUIRIDOS

COMPROMISO	RESPONSABLE	FECHA ENTREGA	FIRMA
Se desarrolla sesión programada con el satelite de San Miguel a cargo de:	Yarell Cortés		
En conformidad con la actividad desarrollada firma lider:	Gloria Ocampo		Gloria T O

Powered by CamScanner