

Guatemala, 31 de agosto 2016

Doctor
Erick Roberto Sosa Aldana
Viceministro del Deporte y la Recreación
Ministerio de Cultura y Deportes
Su Despacho.

Respetable Viceministro:

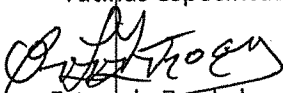
De la manera más atenta me dirijo a usted con el propósito de presentarle mi informe de actividades conforme a lo estipulado en el Contrato Administrativo por Servicios Técnico Profesionales No. 436-2016 aprobado mediante el Acuerdo Ministerial No. 025-2016 correspondiente al mes de agosto del presente año y para el cobro de mis honorarios estoy presentando la factura serie "B" No. 19.

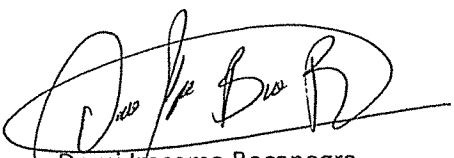
ACTIVIDADES REALIZADAS

1. Se dio continuidad a los servicios con los usuarios del gimnasio, con rutinas específicas y planes de entrenamiento.
2. Se diseñó planes de ejercicio para pérdida de peso como para ganar masa corporal.
3. Se llevo un control consecuente de los integrantes de la Academia del deporte asignado, con el objeto de generar un avance metódico en el aprendizaje del deporte.
4. Se estableció rutinas con pesas acorde al nivel de cada beneficiario en otras palabras, no se aplica una misma serie de ejercicios a todos por igual, si no que se basa acorde a su peso corporal, tiempo de ejercitarse, probables lesiones o dificultades físicas, etc..

RESULTADOS OBTENIDOS

1. Se mejoró la técnica en los ejercicios básicos y se alcanzo un óptimo rendimiento en los usuarios principiantes.
2. Se logró motivar a jóvenes a mantener un plan de entrenamiento a través del esfuerzo y la disciplina.
3. Se brindo el servicio de entrenamientos para principiantes, intermedios y avanzados con rutinas específicas.


Pietro Estuardo Zea Lobos


Deysi Iracema Bocanegra
Administradora A. I. Centro Deportivo Erick Barrondo

