

Guatemala, 31 de agosto de 2017

Licenciado

Juan Alberto Monzón Esquivel

Viceministro del Deporte y la Recreación

MINISTERIO DE CULTURA Y DEPORTES

Su Despacho.

Estimado Señor Viceministro:

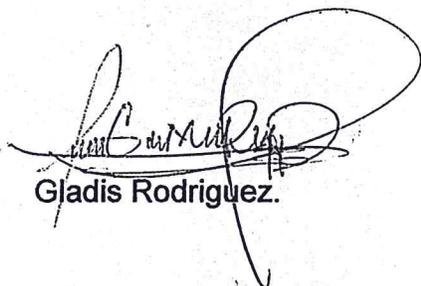
De la manera más atenta me dirijo a usted con el propósito de presentarle mi informe de actividades conforme a lo estipulado en el Contrato Administrativo por Servicios Técnicos Número 1320-2017 aprobado mediante el acuerdo Ministerial Número 134-2017 Correspondiente al mes de agosto de 2017 y para el cobro de mis honorarios estoy presentando factura Serie. A Número. 000035

#### ACTIVIDADES REALIZADAS:

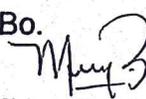
1. Asesorar el desarrollo de metodologías para la implementación de clases de gimnasia rítmica en los Centros Deportivos Campo de Marte y Erick Barrondo.
2. Asesorar la implementación de un sistema ordenado para dar clases de gimnasia rítmica (aeróbicos) en el Centro Deportivo Campo de Marte y Erick Barrondo.
3. Asesorar en la implementación de actividades físicas que se puedan ofrecer a la población de acuerdo a las capacidades de cada centro.
4. Informar sobre los beneficios (cantidad y participación) que reciban los servicios de las clases de gimnasia rítmica en el Centro Recreativo.
5. Realización de Master Class (dos horas) con varios instructores como invitados especiales.
6. Se brindó a los usuarios información nutricional con nutricionista profesional. Exitosamente motivando a más de 100 personas a realizar actividad física todos los días.

## RESULTADOS OBTENIDOS:

Se brindó ejercicio de fuerza muscular y control de frecuencia cardiaca a más de 150 personas entre ellas, jóvenes y personas del adulto mayor, el programa de **ZUMBA FITNESS** En los Centros Deportivos Campo Marte y Erick Barrondo con el cual beneficiamos a los mismos ayudando a ejercitarse y con ello disminuir el estrés diario, quemar calorías, ponerse en forma, tener una mejor condición física y una buena salud mental. Ya son varios los usuarios que han logrado bajar de peso y subir su autoestima gracias a nuestro programa. Con la actividad (Día del Desafío) se logró motivar y concientizar a más de 100 personas a realizar actividad física todos los días. Los participantes de ZUMBA no dicen "Debería ir a clase. Ellos dicen: "No puedo esperar más el momento" de ir a clase.



Gladis Rodriguez.

Vo. Bo.   
Miriam Zeceña  
Administradora Campo de Marte  
Dirección General del Deporte y la Recreación  
Ministerio de Cultura y Deporte