

Guatemala, 30 de noviembre de 2017

Licenciado

Juan Alberto Monzón Esquivel

Viceministro del Deporte y la Recreación

MINISTERIO DE CULTURA Y DEPORTES

Su Despacho.

Estimado Señor Viceministro:

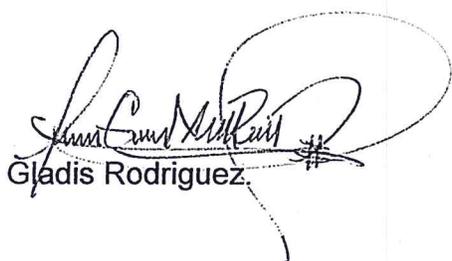
De la manera más atenta me dirijo a usted con el propósito de presentarle mi informe de actividades conforme a lo estipulado en el Contrato Administrativo por Servicios Técnicos Número 1320-2017 aprobado mediante el acuerdo Ministerial Número 134-2017 Correspondiente al mes de noviembre de 2017 y para el cobro de mis honorarios estoy presentando factura Serie. A Número. 000039

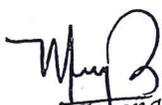
ACTIVIDADES REALIZADAS:

1. Asesorar el desarrollo de metodologías para la implementación de clases de gimnasia rítmica en el Centro Deportivo Campo de Marte.
2. Asesorar la implementación de un sistema ordenado para dar clases de gimnasia rítmica (aeróbicos) en el Centro Deportivo Campo de Marte.
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 educarse a comer sanamente y a realizar actividad física todos los días.
7. Se brindó a los usuarios de los centros deportivos, Erick Barrondo y Campo de Marte recetas de batidos de proteína con el fin de lograr un mejor resultado físico y elevar el autoestima de los mismos.
8. Se pesó a los participantes para motivarlos a alcanzar sus metas.

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 diaria y los cambios físicos y emocionales en varios de nuestros usuarios 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 Zetena
Administradora Campo de Marte
Dirección General del Deporte y la Recreación
Ministerio de Cultura y Deporte