

Guatemala, 29 de diciembre del 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 diciembre de 2017 y para el cobro de mis honorarios estoy presentando factura Serie. A Número. 000040

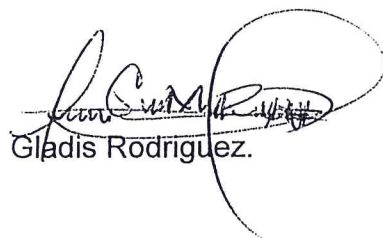
ACTIVIDADES REALIZADAS:


1. Apoyar el desarrollo de metodologías para la implementación de clases de gimnasia rítmica en el Centro Deportivo Campo de Marte.
2. Apoyar la implementación de un sistema ordenado para dar clases de gimnasia rítmica (aeróbicos) en el Centro Deportivo Campo de Marte.
3. Apoyar 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 del centro deportivo, 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 realizó un convivio navideño con los usuarios del programa, con la idea de convivir y crear más amistad entre todos y no solo en las clases.
9. Se realizó una Master Class de 3 horas con 7 instructores invitados, conmemorando el día internacional de las personas con discapacidad y como cierre de labores.

RESULTADOS OBTENIDOS:

Con el ejercicio de fuerza muscular y control de frecuencia cardiaca que se brindó a más de 100 personas entre ellas, jóvenes y personas del adulto mayor, con el programa de Gimnasia Rítmica (**ZUMBA FITNESS**) En el Centro Deportivo Campo Marte 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.

También se ha logrado crear lazos de amistad entre los usuarios con la convivencia diaria y la armonía de cada clase. Los participantes de ZUMBA no dicen "Debería ir a clase. Ellos dicen: "No puedo esperar más el momento" de ir a clase.


Gladis Rodríguez.

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

Guatemala, 29 de diciembre del 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 FINAL** de actividades realizadas conforme a lo estipulado en el Contrato Administrativo por Servicios Técnicos Número 1320-2017 aprobado mediante el acuerdo Ministerial Número 134-2017 Correspondiente al periodo del 16 de febrero al 31 de diciembre del presente año.

ACTIVIDADES REALIZADAS:

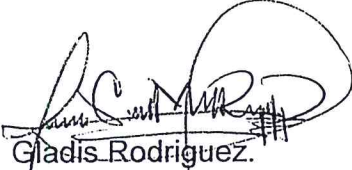
1. Apoyar el desarrollo de metodologías para la implementación de clases de gimnasia rítmica en el Centro Deportivo Campo de Marte.
2. Apoyar la implementación de un sistema ordenado para dar clases de gimnasia rítmica (aeróbicos) en el Centro Deportivo Campo de Marte.
3. Apoyar en la implementación 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 del centro deportivo, 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 realizó un convivio navideño con los usuarios del programa, con la idea de convivir y crear más amistad entre todos y no solo en las clases.

9. Se realizó una Master Class de 3 horas con 7 instructores invitados, conmemorando el día internacional de las personas con discapacidad y como cierre de labores del ciclo 2017.



Gladis Rodriguez.



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

Guatemala, 29 de diciembre del 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 FINAL** de resultados obtenidos conforme a lo estipulado en el Contrato Administrativo por Servicios Técnicos Número 1320-2017 aprobado mediante el acuerdo Ministerial Número 134-2017 Correspondiente al periodo del 16 de febrero al 31 de diciembre del presente año.

RESULTADOS OBTENIDOS

Con el ejercicio de fuerza muscular y control de frecuencia cardiaca que Se brindó a más de 100 personas entre ellas, jóvenes y personas del adulto mayor, con el programa de Gimnasia Rítmica (ZUMBA FITNESS) En el Centro Deportivo Campo Marte 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.

Se ha logrado incrementar el número de usuarios mes a mes.

Se ha logrado la asistencia de usuarios de todas las zonas, gracias a nuestras alegres clases.

Se ha logrado concientizar a los usuarios a querer una vida más sana cada día gracias a nuestras charlas con nutricionista profesional.

Se logró realizar una Master Class (entre otras) de 3 horas reuniendo a 8 instructores invitados y más de 200 usuarios en una súper clase en día domingo como cierre de labores y despedida del año 2017.

También se ha logrado crear lazos de amistad entre los usuarios con la convivencia diaria y la armonía de cada clase.

Los participantes de ZUMBA dicen: "No puedo esperar más el momento" de ir a clase.



Gladis Rodríguez.



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