





## INFORME DE GESTIÓN

**PROGRAMA:**

**NOMBRE: CARLOS MARCELO POBLETE REYES**

**CARGO: TÉCNICO DE CANOTAJE**

ACTIVIDAD CANOTAJE	MEDIO DE VERIFICACIÓN	FECHA ABRIL 2024
<p><b>Actividades realizadas en la semana:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• EJERCICIOS DE TRACCIÓN EN SIMULADOR Y EN AGUA</li> <li>• EJERCICIOS EN PAREJA Y EJERCICIOS EN GRUPO</li> <li>• TORSIONES DEL TRONCO Y EJERCICIOS CON SU PROPIO CUERPO</li> <li>• CARRERA ENTRE OBSTÁCULOS Y CARRERAS CON LÍDER</li> <li>• JUEGOS DEPORTIVOS CON REGLAS ESPECIALES</li> </ul>		<p>Días:</p> <p>MARTE S 02                  JUEVES 04                  SABADO 06</p>
<p><b>Actividades realizadas en la semana:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• FUTBOL</li> <li>• CARRERAS PROGRESIVAS Y ARRANCADAS EN DIFERENTES POSICIONES</li> <li>• EJERCICIOS CON IMPLEMENTOS LIVIANOS</li> <li>• MOVIMIENTOS CONSECUTIVOS Y JUEGOS DE DESPLAZAMIENTO DIVERSOS</li> <li>• EJERCICIOS DE ATAQUE EN SIMULADOR Y EN AGUA</li> </ul>		<p>Días:</p> <p>MARTE S 09                  JUEVES 11                  SABADO 13</p>
<p><b>Actividades realizadas en la semana:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• EJERCICIOS DE ENGANCHE EN SIMULADOR Y EN AGUA</li> <li>• FLEXIONES DE BRAZO CON EL PESO DEL CUERPO Y JUEGOS CON SALTO</li> <li>• SALIDAS EN TRAMOS DE 10 A 25 METROS Y CARRERAS CON ASCENSOS Y DESCENSOS DE PENDIENTES</li> <li>• JUEGOS DE CARRERAS</li> </ul>		<p>Días:</p> <p>MARTE S 16                  JUEVES 18                  SABADO 20</p>

**Actividades realizadas en la semana:**

- CARRERAS POR DIVERSOS LUGARES Y TERRENOS
- JUEGOS DE RELEVOS Y EJERCICIOS DE REACCIÓN SENCILLA
- EJERCICIOS CENCILLOS EN PAREJAS SIN CARGAS, OPOSICIÓN DE FUERZA Y TRACCIONANDO
- EJERCICIOS CON IMPLEMENTOS Y EJERCICIOS EN PAREJA
- EJERCICIOS CON IMPLEMENTO Y EJERCICIOS SIN APARATOS
- EJERCICIOS DE EMPUJE DE CADERA EN SIMULADOR Y EN AGUA



Días:  
MARTE  
S 23  
JUEVES  
25  
SABAD  
O 27  
MARTE  
S 30

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Carlos Poblete Reyes'.

---

**CARLOS MARCELO POBLETE REYES**