



**I. MUNICIPALIDAD DE COIHUECO
ALCALDIA**

**REF.: Aprueba Programa Deportivo
"Talleres de Aeróbicas Diversos Sectores de la Comuna"**

DECRETO : N° 37331

Coihueco, 03 de julio de 2012

VISTOS:

1.-Las facultades conferidas por el D.F.L. 1/19.704 de fecha 03 de mayo de 2002, que fija texto refundido de la Ley 18.695 "Orgánica Constitucional de Municipalidades", y sus modificaciones posteriores.

CONSIDERANDO:

- 1.-Solicitud presentada por dirigentes comunitarios de los sectores de Chacayal de Cato, Tres Esquinas, Roblería y Talquipen, pidiendo talleres de aeróbica para sus respectivas localidades
- 2.-Favorable acogida de la Autoridad Comunal a requerimientos de la comunidad
- 3.-Programa elaborado por la Dirección de Desarrollo Comunitario para tal efecto.
- 4.- Decreto Alcaldicio N ° 6.120 del 14 de Diciembre 2011, que aprueba presupuesto para el año 2012.

DECRETO

- 1.-Apruébese en todas sus partes el Programa Deportivo, elaborado por la Dirección de Desarrollo Comunitario denominado "**TALLERES DE AEROBICAS DIVERSOS SECTORES DE LA COMUNA**", que forma parte integra de este Decreto Alcaldicio y asignase hasta cantidad de \$ 400.000 (cuatrocientos mil pesos) de acuerdo a distribución del Programa.
- 2.-Será responsable de la ejecución del Programa la Dirección de Desarrollo Comunitario
- 3.-Impútese el gasto del presente programa área de gestión Programas Deportivos, Subtítulo 21 , Ítem 04, Asignación 004. " Prestaciones de Servicios Comunitarias", del presupuesto Municipal Vigente.

ANÓTESE, COMUNÍQUESE Y ARCHÍVESE


GEORGINA MORENO LOPEZ
Secretaria Municipal

Distribución:

- Secretaria Municipal
- Dirección de Adm. y Finanzas
- Carpeta Programas

AJV/GML/ASL/rpf.-


ARNOLDO JIMENEZ VENEGAS
Alcalde de Coihueco

**PROGRAMA DEPORTIVO
“TALLERES DE AERÓBICAS DIVERSOS SECTORES
DE LA COMUNA”**

DESCRIPCION DEL PROGRAMA:

- Consisten en cuatro talleres de aeróbica, para las localidades de Chacayal de Cato, Tres Esquinas de Cato, Roblería y Talquipen, orientados principalmente a mujeres dueñas de casa, por un periodo de un mes de duración, se realizarán tres clases por semanas, para ello se tiene considerado la contratación de personal profesional calificado, como profesores y preparadores físicos para la ejecución del programa

OBJETIVO GENERAL:

- Con este tipo de actividades que incluye una serie de ejercicios físicos para el mejoramiento de la salud física y mental. Mejora las cualidades físicas básicas, regula la tensión arterial, previene accidentes cardiovasculares, y corrige muchos problemas de espalda. Mejora la autoestima y favorece una condición saludable para el quehacer diario.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Sin olvidar los objetivos generales anteriores, hay que tener en cuenta otros específicos que se pueden abordar dentro del aeróbica

- Mejorar el tono muscular.
- Prevenir enfermedades cardio-vasculares.
- Mejorar la resistencia a la fatiga
- Reducir el estrés y la tensión nerviosa.
- Divertirse y desconectar de los problemas cotidianos.
- Relacionarse con otras personas.
- Adelgazar, perdiendo grasa corporal.
- Mejorar la imagen personal.
- Adoptar hábitos de higiene, de alimentación, de posturas y de ejercicio físico, manifestando una actitud responsable hacia su cuerpo y de respeto hacia los demás, relacionando estos hábitos con los efectos sobre la salud propia.
- Descubrir el ritmo, para coordinar los movimientos acordes con la música.
- Conocer la importancia de las fases de respiración y controlarlas.

BENEFICIADOS:

- Principalmente dueñas de casas de las localidades de Talquipen, Tres Esquinas de Cato, Roblería y Chacayal de Cato, comuna de Coihueco

COSTO APROXIMADO A GASTAR: \$ 400.000(cuatrocientos mil pesos)

DESGLOCE:

- Contratación de personal calificado, para impartir las clases en los sectores favorecidos

COSTO TOTAL \$ 400.000

FECHA DE REALIZACION:

- El programa se desarrollara durante el mes de julio de 2012, en las localidades Talquipen, Tres Esquinas de Cato, Roblería y Chacayal de Cato, comuna de Coihueco

RESPONSABLE DEL PROGRAMA:

- Dirección Desarrollo Comunitario a través de la Oficina de Deportes y recreación



ALEXIS SANDOVAL LABRIN
Asistente social
Director Desarrollo Comunitario

Coihueco, 03 de julio de 2012
ASL/rpf.