INFORME DE ACTIVIDADES Y CONCEPTO DEL SUPERVISOR DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORÍA, NI GUARDIANES (QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN)

INFORME No.	1		
FECHA DEL INFORME	**dd**	**Mm**	**Aa**
	30	03	2021

No. DEL CONTRATO Y FECHA
IDRD-CTO- 0499 - 2021
No. DEL EXPEDIENTE VIRTUAL

1. INFORMACIÓN GENERAL

		Instrucciones
NOMBRE DEL CONTRATISTA	DIANA MARIA GARCIA ORREGO	Registre nombre y apellidos completos
N° DE IDENTIFICACIÓN	39214256	Registre el número de identificación
OBJETO DEL CONTRATO	Presentar sus servicios como Entrenador de Tecnificación 3.1 para orientar el plan de preparación y entrenamiento de atletas en el Deporte asignado del registro y sistema de Bogotá.	Registre el objeto del contrato
PLAZO DE EJECUCIÓN	11 meses	Registre el plazo total de ejecución en letras y números
VALOR	34.210.000 Treinta y cuatro millones doscientos diez mil pesos	Registre el valor total del contrato
FECHA ACTA DE INICIO	17- 03 - 2021	Registre la fecha de inicio del acta
FECHA DE TERMINACIÓN	31 – 12 - 2021	Registre fecha de terminación establecida luego de las suspensiones y/o prórrogas aprobadas si las hay.
ADICIÓN Y/O PRÓRROGA (solo cuando aplique)	No Aplica	Registre el tiempo, valor y plazo de la prorroga
SUSPENSIONES (solo cuando aplique)	No aplica	Registre para cada suspensión efectuada, las fechas y plazo de la suspensión
PERIODO DE ACTIVIDADES DE ESTE INFORME	01 al 30 Marzo 2021	Registre las fechas entre las cuales se reportan las actividades

INFORME DE ACTIVIDADES Y CONCEPTO DEL SUPERVISOR DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORÍA, NI GUARDIANES (QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN)

2. DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES

Enunciar cada una de las obligaciones específicas establecidas en el contrato y describir las actividades realizadas en el período para el cumplimiento de la misma, así como enunciar las evidencias y su ubicación (actas, documentos, planillas, listados, etc.).

Obligaciones específicas	Avance, evidencias y ubicación
Obligación No. 1: Planificar, orientar, organizar, dirigir, controlar y evaluar la preparación de los deportistas del registro de Bogotá que hacen parte de la etapa de tecnificación o talento y reserva deportiva, en la disciplina deportiva asignada, para lo cual deberá entregar el plan de entrenamiento a seguir durante esta vigencia, y realizar los ajustes que sean solicitados aportando los respectivos anexos. Cuando se realice una transición de atletas de su disciplina deportiva debe ser de acuerdo a los parámetros y criterios establecidos por el proyecto de inversión y en los planes pedagógicos; utilizando tecnologías de la información y las comunicaciones o de manera presencial.	**AVANCE:** Se continua preparación general especifica con grupo de deportistas de perfeccionamiento y rendimiento del registro de Bogotá en la disciplina Ciclismo pista velocidad, después de la remodelación del velódromo de la UDS se desarrollará con la liga un plan de convocatoria para captación de nuevos talentos. Se está trabajando presencial el gimnasio Algunas sesiones se están desarrollando en la ruta, con una intensidad de 12 a 14 horas semanales de 6 a 8 sesiones de entrenamientos de lunes a sábado **Lunes a sábado:** Jornada mañana 1 a 2 sesiones dependiendo el Micro **Lunes:** Mañana Gimnasio 7:30 am a 10:00am Tarde de 4:00pm a 5.30pm Trabajo rodillos **Martes;** 10;00am a 12:00pm Ruta **Miércoles:** Mañana Gimnasio 7:30 am a 10:00am Sesión Estiramientos; 4:30 a 5:30pm **Jueves:** 8:00am -10:00am Ruta **Viernes:8Am:** sesión Gimnasio y rodillos en la Tarde **Sábado:** 8:00 a 10:00 am sesión ruta. Durante la semana se hacen secciones en vivo por Zoom **Evidencia**: -Anexo Foto Reporte 2 microciclos que corresponde al informe de este periodo. **Ubicación**: -Se reporta actividades y se encuentran ubicados anexo en el informe Impreso en físico imágenes de las actividades de esta obligación del respectivo mes en fotos. - **Folio**: **16** Visto Bueno Metodólogo y liga - **Folio: 19** Planificación Microciclos

INFORME DE ACTIVIDADES Y CONCEPTO DEL SUPERVISOR DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORÍA, NI GUARDIANES (QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN)

	Informe Nº 1 del mes Marzo
Obligación No. 2: Participar en la elaboración, actualización e capacitación e implementación de los programas pedagógicos deportivos, criterios de transición, indicadores de rendimiento, test técnicos y pedagógicos de su especialidad deportiva en las etapas tecnificación, talento y reserva, e iniciación deportiva.	**Avance:** - **25 marzo** Presentación Plan Trabajo 2021 ante metodólogo Andrés Vargas (virtual) - **Sábado 27 marzo** Se realizaron reuniones con los demás entrenadores de la liga para componer un grupo y realizar convocatoria abierta para descubrir nuevos talentos - **Evidencia**: -Anexo Foto de las actividades realizadas. **Ubicación**: -Se reporta actividades y se encuentran ubicados anexo en el informe Impreso en físico imágenes, documentos de esta obligación del respectivo mes. - **Folio**: **21 a la 26 evidencias** Actividades Informe Nº 1 del mes Marzo
Obligación No. 3: Cumplir con el volumen de entrenamiento establecido en los planes de entrenamiento acordado y aprobados por el encargado de su disciplina deportiva y ligas deportivas distritales, cumpliendo con un mínimo de seis (6) sesiones semanales con los deportistas del registro de Bogotá, en el sitio de entrenamiento concertado con el IDRD	**Avance:** Se cumple todas las semanas con las 6 a 8 sesiones, las actividades y entrenamientos asignados durante este periodo Esta semana no se realizó actividad virtual **Evidencia:** En este periodo se realizaron 8 sesiones de entrenamiento en la semana las cuales se reflejan en la asistencia y los micros ciclos correspondientes, **Evidencia**: -Anexo Foto Reporte 2 microciclos que corresponde al informe de este periodo. **Ubicación**: -Se reporta actividades y se encuentran ubicados anexo en el informe Impreso en físico imágenes de las actividades de esta obligación del respectivo mes. - **Folio**: **21 AL 26** Actividades mes **- Folio: 19** Microciclos Informe Nº 1 del mes Marzo

INFORME DE ACTIVIDADES Y CONCEPTO DEL SUPERVISOR DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORÍA, NI GUARDIANES (QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN)

Obligación No. 4: Acompañar y dirigir a los deportistas preseleccionados y seleccionados avalados por el equipo técnico metodológico del IDRD en coordinación con las Ligas Deportivas Distritales, en las unidades de acondicionamiento físico, evaluaciones médicas y de ciencias aplicadas al deporte, en los entrenamientos, fogueos, competencias preparatorias y principales, de acuerdo a lo planificado en el plan de entrenamiento vigente y el calendario de competencias anual, siempre y cuando estas guarden relación con el cumplimiento del objeto contractual. Parágrafo: La participación en los eventos Nacionales o Internacionales deben ser autorizados por la Dirección General o por la Subdirección Técnica de Recreación y Deportes del IDRD.	**Avance:** - Se realizan acompañamiento a los deportistas cada día y se evalúa, la realización de las sesiones. - En este periodo comprendido entre el 17 de marzo al 31 no se participó de competencias ni se realizaron test técnicos, todo de acuerdo al plan de entrenamiento **Evidencia:** durante este periodo no se realizó ninguna evaluación y test. **Ubicación**: -Se reporta actividades y se encuentran ubicados anexo en el informe Impreso en físico imágenes de las actividades de esta obligación del respectivo mes. - **Folio**: **20 al 26** Actividades mes **- Folio:** Microciclos y plan Informe Nº 1 del mes Marzo
Obligación No. 5: Presentar el informe técnico de competencia con la gestión y resultados alcanzados de acuerdo al modelo implementado por el área de deporte con ocasión de la participación de fogueos y competencias preparatorias y principales a nivel local, distrital, nacional e internacional máximo tres (3) días hábiles después de cada competencia y anexarlo como seguimiento en el informe mensual.	**Avance:** Para el periodo entre el 17 al 30 de marzo no se realizó competencias **Evidencia**: -Anexo Foto Reporte 2 microciclos que corresponde al informe de este periodo. **Ubicación**: -Se reporta actividades y se encuentran ubicados anexo en el informe Impreso en físico imágenes de las actividades de esta obligación del respectivo mes. - **Folio**: **20 al 26** Actividades mes Informe Nº 1 del mes Marzo
Obligación No. 6: Asistir o participar en los comités de promoción de los atletas de las etapas de talento y reserva y tecnificación de su deporte asignado, socializando las evaluaciones y resultados de los test realizados para promover su funcionamiento y organización desde el punto de vista técnico.	**Avance:** - Durante este periodo fui convocada a reuniones virtuales - **25 marzo** presentación plan trabajo ante el metodólogo Andrés Vargas - **27 marzo** Reunión Entrenadores de la liga para evaluar los criterios de búsqueda y

INFORME DE ACTIVIDADES Y CONCEPTO DEL SUPERVISOR DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORÍA, NI GUARDIANES (QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN)

	selección tenidos en cuenta para captación de nuevos talentos - No se realizaron test técnico y físicos **Evidencia**: -Anexo Foto Reporte 2 microciclos que corresponde al informe de este periodo y reunión del mes **Ubicación**: -Se reporta actividades y se encuentran ubicados anexo en el informe Impreso en físico imágenes de las actividades de esta obligación del respectivo mes. - **Folio: 21 al 26** Actividades mes **- Folio**: **20** Reuniones Informe Nº 1 del mes Marzo
Declaración: Manifiesto que he cumplido con las obligaciones derivadas del contrato y que las actividades mencionadas en el presente informe corresponden a las labores efectivamente desarrolladas en el período indicado, declarando que seré responsable por las afirmaciones contenidas en el presente documento, que sirve como soporte para certificar el cumplimiento del objeto del contrato.	

3. INFORMACIÓN APORTES PRESTACIONES SOCIALES

DESCRIPCIÓN DEL APORTE	NOMBRE EMPRESA	VALOR APORTE PAGADO
PAGO APORTES SALUD	Sura	109.800
PAGO APORTES PENSIÓN	Protección	140.500
PAGO RIESGOS PROFESIONALES	Positiva	0
	TOTAL	250.300

4. **ANEXOS** (Planilla de pago Seguridad Social, Certificación Cumplimiento Requisitos Tributarios, etc).

Nota: Para la entrega del informe correspondiente al último periodo de actividades; es indispensable anexar adicionalmente: el documento expedido por el Almacén General y el Área de Sistemas donde se evidencie que el contratista se encuentra a paz y salvo con la entidad y el medio magnético con las evidencias de las actividades realizadas durante la ejecución contractual.

Primer informe anexos:
1. Certificado ARL
2. Certificado Bancario
3. Certificado EPS y Pensión (afiliación como independiente)
4. Pago de Salud y Pensión sobre el mínimo (Planilla mes anterior).
5. Certificación de cumplimiento de este periodo con fecha del último día de mes respectivo.
6. Certificado crédito de vivienda. (si tiene crédito de vivienda, estudio entre otros).
7. Registro civil menor de edad (Si tiene hijos)

INFORME DE ACTIVIDADES Y CONCEPTO DEL SUPERVISOR DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORÍA, NI GUARDIANES (QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN)

8. Pantallazo Registro presupuestal.
9. Pantallazo resumen del contrato en Secop II.
10. Pantallazo del Visto bueno del metodólogo y Liga
11. Planilla de asistencia deportistas (firmada por el entrenador con V.B del Metodólogo).
12. Plan Grafico, Mesociclos, Microciclo.
13. Pantallazo de las evidencias Reuniones.
14. Pantallazo de las evidencias Entrenamientos.
15. Pantallazo de las evidencias Capacitaciones.
16. Otras evidencias que quieran aportar de acuerdo con lo indicado por cada obligación

DIANA MARIA GARCIA O

Firma Contratista

CONCEPTO DEL SUPERVISOR DEL CONTRATO SOBRE EL CUMPLIMIENTO DE LAS OBLIGACIONES DEL CONTRATISTA:

El entrenador cumple con las obligaciones contractuales durante el periodo del presente informe, de acuerdo con el visto bueno del metodologo de la agrupación

VoBo Supervisor del contrato
Nombre: WILLIAM ARMANDO NIETO GUERRERO
N° de Identificación: 11.346.157
Cargo. Profesional especializado Grado 09.

INFORME DE ACTIVIDADES Y CONCEPTO DEL SUPERVISOR DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORÍA, NI GUARDIANES (QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN)

Certificado ARL:

POSITIVA
Compañía de Seguros S.A.
N.I.T 860.011.153-6

CERTIFICA

Verificada la base de datos del ramo de ARL de la compañía, se identificó que DIANA MARIA GARCIA ORREGO, con Cédula Ciudadanía No. 39214256 contratista de la empresa INSTITUTO DISTRITAL PARA LA RECREACION Y DEPORTE, con Nit No. 860061099. Registra como trabajador INDEPENDIENTE con fecha de inicio de cobertura 10/03/2021, para el contrato registrado con fecha desde 09/03/2021 y fecha hasta 05/01/2022, su estado actual de afiliación es ACTIVO y riesgo 3.

Recuerde que una vez cumplida la fecha hasta indicada en el presente certificado, el sistema aplica de forma automática la novedad de retiro, por lo anterior, en caso de tener un nuevo contrato deberá realizar una nueva afiliación para continuar con la cobertura en nuestra ARL.

Para validar la información emitida en este certificado, visite nuestra página web: www.positivaenlinea.gov.co y seleccione la opción 'VALIDAR CERTIFICADOS'. Ingrese el siguiente código (válido por un mes): 202101013152966.

Dada en Bogotá, a los 9 días del mes de marzo de 2021

Luisa Marina Uribe Restrepo
Gerencia de Afiliaciones y Novedades.

INFORME DE ACTIVIDADES Y CONCEPTO DEL SUPERVISOR DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORÍA, NI GUARDIANES (QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN)

Certificado Bancario:

Certificado
Bancario

Miércoles, 24 de Marzo de 2021

A QUIEN PUEDA INTERESAR

BANCOLOMBIA S.A. se permite informar que DIANA MARIA GARCIA ORREGO identificado(a) con CC 39214256, a la fecha de expedición de esta certificación, tiene con el Banco los siguientes productos:

Producto	No. Producto	Fecha Apertura	Estado
CUENTA DE AHORROS	10322194066	2001/07/17	ACTIVA

*** Importante:** Esta constancia solo hace referencia a los productos mencionados anteriormente.

*Si desea verificar la veracidad de esta información, puede comunicarse con la Sucursal Telefónica Bancolombia los siguientes números: Medellín - Local: (57-4) 510 90 00 - Bogotá - Local: (57-1) 343 00 00 - Barranquilla - Local: (57-5) 361 88 88 - Cali - Local: (57-2) 554 05 05 - Resto del país: 01800 09 12345. Sucursales Telefónicas en el exterior: España (34) 900 995 717 - Estados Unidos (1) 1 866 379 97 14.

BANCOLOMBIA S.A. Establecimiento Bancario
VIGILADO SUPERINTENDENCIA FINANCIERA DE COLOMBIA

Juan Camilo Moreno.
Juan Camilo Moreno Gómez
Gerente Estrategia Canal Telefónico

Es el momento de todos Bancolombia

INFORME DE ACTIVIDADES Y CONCEPTO DEL SUPERVISOR DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORÍA, NI GUARDIANES (QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN)

Certificado EPS (afiliación como independiente)

EPS sura

CERTIFICADO DE AFILIACIÓN AL PBS DE EPS SURA

EPS Y MEDICINA PREPAGADA SURAMERICANA S.A en desarrollo de su programa especial para la garantía del Plan de Beneficios en Salud denominado **EPS SURA**

CERTIFICA

Que **DIANA MARIA GARCIA ORREGO** identificado(a) con **CÉDULA DE CIUDADANÍA** número **39214256** está registrado(a) en el PBS EPS SURA con la siguiente información:

TIPO Y NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CC 39214256
NOMBRES Y APELLIDOS	DIANA MARIA GARCIA ORREGO
TIPO DE AFILIADO	TITULAR
PARENTESCO	TITULAR
ESTADO DE AFILIACIÓN	TIENE DERECHO A COBERTURA INTEGRAL
CAUSA ESTADO DE LA AFILIACIÓN	COBERTURA INTEGRAL
FECHA DE INGRESO A EPS SURA	01/11/2019
FECHA RETIRO EPS SURA	ACTIVO(A)
SEMANAS COTIZADAS EN EPS SURA	68
SEMANAS COTIZADAS ÚLTIMO AÑO	51

DIRECCIÓN DE AFILIACIONES
Fecha de generación: **24/03/2021**

ESTE DOCUMENTO NO ES VÁLIDO PARA LA PRESTACIÓN DEL SERVICIO, NI PARA TRASLADOS

VIGILADO Supersalud

EPS Y MEDICINA PREPAGADA SURAMERICANA S.A.
Medellín, Antioquia, Colombia. Líneas de Atención Barranquilla 319 7901, Bogotá 489 7941, Cali 380 8941, Medellín 448 6115
Línea Nacional 018000 519 519
www.epssura.com

INFORME DE ACTIVIDADES Y CONCEPTO DEL SUPERVISOR DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORÍA, NI GUARDIANES (QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN)

Certificado Pensión (afiliación como independiente)

Protección

Fondo de Pensiones Voluntarias Protección
Nit 800.198.281

Hace constar que:

Diana Maria Garcia Orrego con número de identificación **CC 39.214.256**, se encuentra afiliado al **Fondo de Pensiones Voluntarias Protección**, desde el día **14 de agosto de 2015.**

Se expide esta constancia a favor del interesado a los 24 días del mes de marzo del año 2021.

Cordialmente,

Laura Patricia Merchan Metaute
Equipo Gestión de Operaciones.

***Importante:** Esta constancia solo hace referencia a los productos mencionados anteriormente.

*Si desea verificar la veracidad de esta información comuníquese con nosotros:
Línea de servicio Protección: Bogotá: **744 44 64** - Medellín y Cali **510 90 99**
Barranquilla: **319 79 99** - Cartagena: **642 49 99** - Nacional **01 8000 52 8000**
www.proteccion.com

2021032421072

INFORME DE ACTIVIDADES Y CONCEPTO DEL SUPERVISOR DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORÍA, NI GUARDIANES (QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN)

Certificación de Cumplimiento:

Señores:
INSTITUTO DISTRITAL PARA LA RECREACION Y EL DEPORTE
Ciudad.

CERTIFICACION DE CUMPLIMIENTO
(Articulos 330 al 336 del Estatuto Tributario Nacional -Ley 1819 de 2016.)

Conozco que esta información debo entregarla a la entidad contratante antes de cualquier pago que se tramite en dicho mes, en los términos establecidos en el Decreto 1070 de 2013.

Conozco que de acuerdo con el párrafo 6 del artículo 1 del Decreto 1070 de 2013, el incumplimiento en la obligación de entregar esta información, ante la Entidad contratante, deberá ser informada a la U.A.E. Dirección de Impuestos y Aduanas Nacionales - DIAN, con el fin de que la administración tributaria me imponga las sanciones pertinentes.

De conformidad con la referencia me permito manifestar bajo la gravedad de juramento lo siguiente:

1	Contrato No.	0499 - 2021											
2	Nombre del Contratista	DIANA MARIA GARCIA ORREGO											
3	Identificación	CC	X	CE	X			39214256					
4	Responsable de impuesto a las ventas							SI		NO	X	REGIMEN SIMPLE	
5	Residente en el país (Extranjeros)									SI		NO	X
6	Tengo contratadas dos o mas personas para realizacion de las actividades que se requieren en cumplimiento del objeto del presente contrato (artículo 340 del Estatuto Tributario Nacional -Ley 1819 de 2016.)									SI		NO	X
7	Declaración de ingresos c) Mis ingresos totales en el año gravable 2020, fueron iguales o superiores a 1.400 UVT (2020), equivalentes a $49,849,800									SI		NO	X
8	Valor de los aportes obligatorios al Sistema de Seguridad Social correspondiente al 40% de los ingresos recibidos efectivamente en el **MES ANTERIOR** provenientes del contrato materia de pago sujeto a retención. Aporte Obligatorio de Salud mensualizado $ 0,00 — Aporte Obligatorio de Pensión mensualizado $ 0,00 Afiliación Aportes Riesgos Laborales ARL $ 0,00 — Nota: el valor pagado por ARL no disminuye la base de la retencion en la fuente												
9	Ingresos no constitutivos de renta, ni de ganancia ocasional mensual AFC $ — Ahorro Voluntario Pensión $												
10	Intereses en créditos de vivienda de habitación. Certificado expedido por la entidad vigilada por la Superfinanciera que indique el valor de los intereses pagados en el año inmediatamente anterior (2020). Indique el o los titulares del crédito de vivienda. Anexo									SI		NO	X
11	Pago medicina prepagada o planes complementarios de salud (para el titular, cónyuge y hasta dos hijos) Certificado expedido por la entidad vigilada por la Supersalud que indique el valor pagado en el año inmediatamente anterior (2020). v/r maximo deduccion mensual $569,712									SI		NO	X
12	Dependientes: Certifico bajo gravedad de juramento que las personas claramente identificadas con numero de identificación y vínculo de parentesco, las cuales soporto, tienen dependencia económica de mi.												
	a) Hijos menores de 18 años (entregar registro civil). Anexo									SI		NO	X
	b) Hijos entre 18 y 23 años estudiantes (entregar registro civil y recibo de pago de matrícula o certificado de pagos expedidos por la entidad aprobada por el ICFES). Anexo									SI		NO	X
	c) Hijos en situación de dependencia originada en factores físicos o psicológicos. (entregar registro civil y certificado expedido por medicina legal ó EPS). Anexo									SI		NO	X
	d) Cónyuge o compañero permanente, en situación de dependencia sea por ausencia de ingresos o ingresos menores a 260 UVT (2020) $9,257,820 anuales (entregar certificado de Contador Público. Cuando sea dependencia factores físicos o psicológicos entregar Certificado de medicina legal ó EPS). Anexo									SI		NO	X
	e) Padres y los hermanos por situación de dependencia sea por ausencia de ingresos ó ingresos menores a 260 UVT (2020) $9,257,820. anuales (entregar certificado de Contador Público. Cuando sea dependencia factores físicos o psicológicos entregar certificado de medicina legal ó EPS). Anexo									SI		NO	X
13	Soy declarante del impuesto sobre la renta y complementarios.									SI	X	NO	
14	**(OPCIONAL)** Como declarante del impuesto de renta, solicito se me practique una tarifa de retención en la fuente superior a la establecida en el parágrafo 3° del Artículo 3° del Decreto 0099 de 2013, la cual será por un porcentaje de:											%	

Certifico bajo la gravedad del juramento que los documentos soportes del pago de aportes obligatorios al Sistema de de Seguridad Social en Salud y Pensión corresponde a los ingresos provenientes del contrato materia del pago sujeto a retención.

DECLARO QUE LOS SOPORTES ADJUNTOS NO SERAN PRESENTADOS ANTE OTRA ENTIDAD PARA DEPURACION POR LOS MISMOS CONCEPTOS, RESPETANDO LOS TOPES ESTABLECIDOS EN LA NORMA Y CUALQUIER CAMBIO EN LAS CONDICIONES QUE IMPIDAN SU APLICACION LO NOTIFICARE DE INMEDIATO.

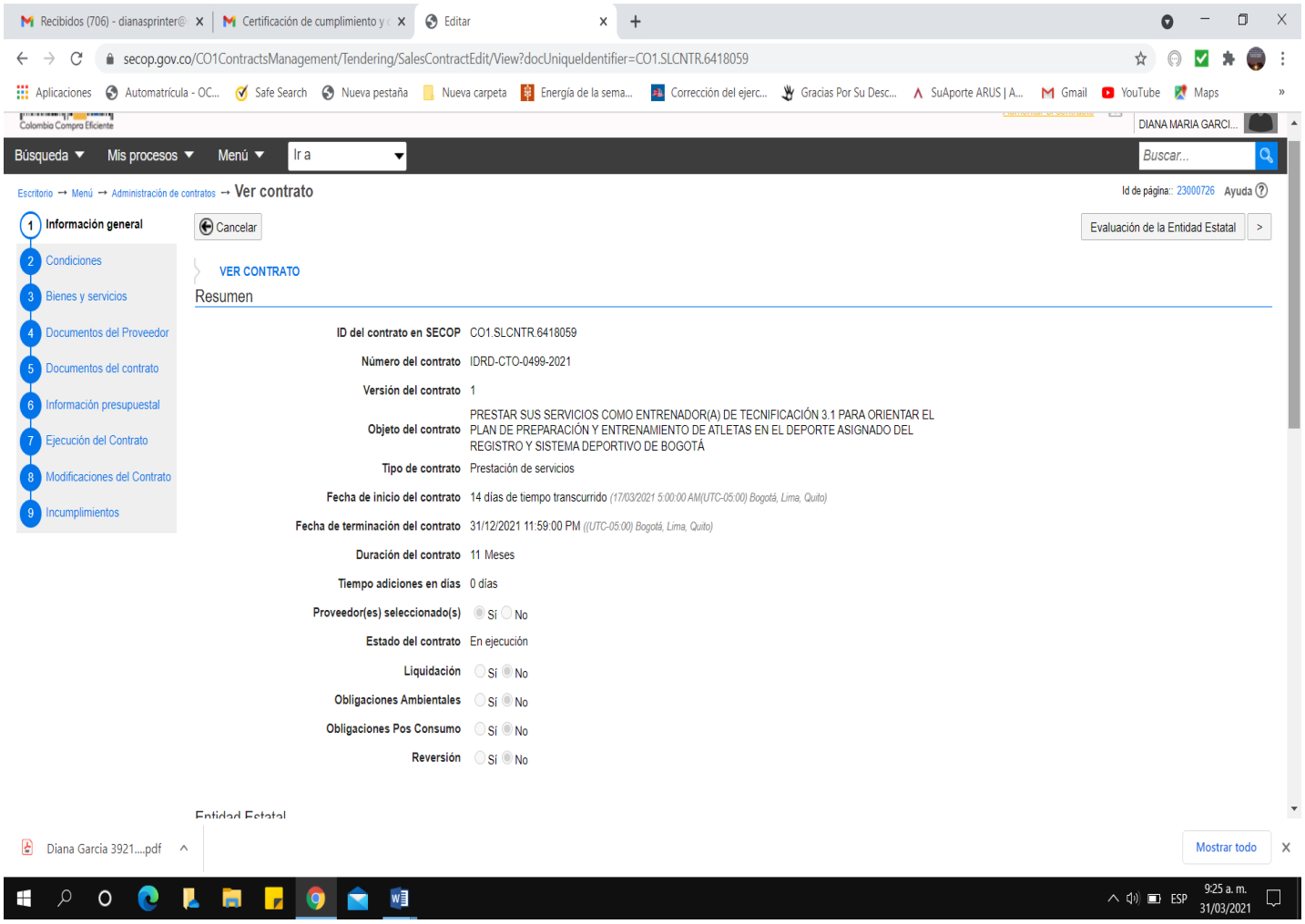
DIANA MARIA GARCIA O
FIRMA

Dada en Bogotá D.C. a los: DD 30 MM 3 AA 2021

INFORME DE ACTIVIDADES Y CONCEPTO DEL SUPERVISOR DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORÍA, NI GUARDIANES (QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN)

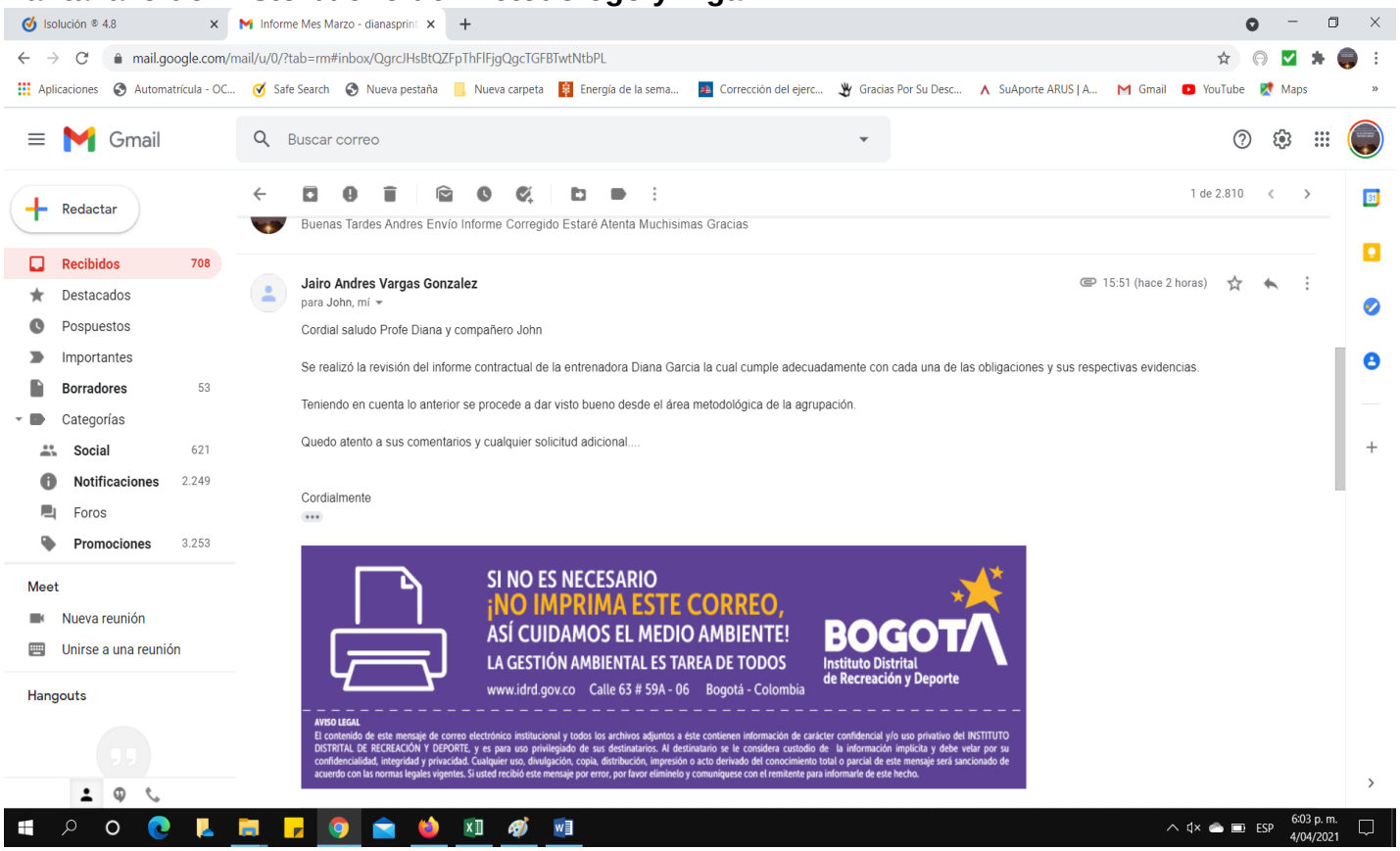
Pantallazo resumen del contrato en Secop II.



INFORME DE ACTIVIDADES Y CONCEPTO DEL SUPERVISOR DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORÍA, NI GUARDIANES (QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN)

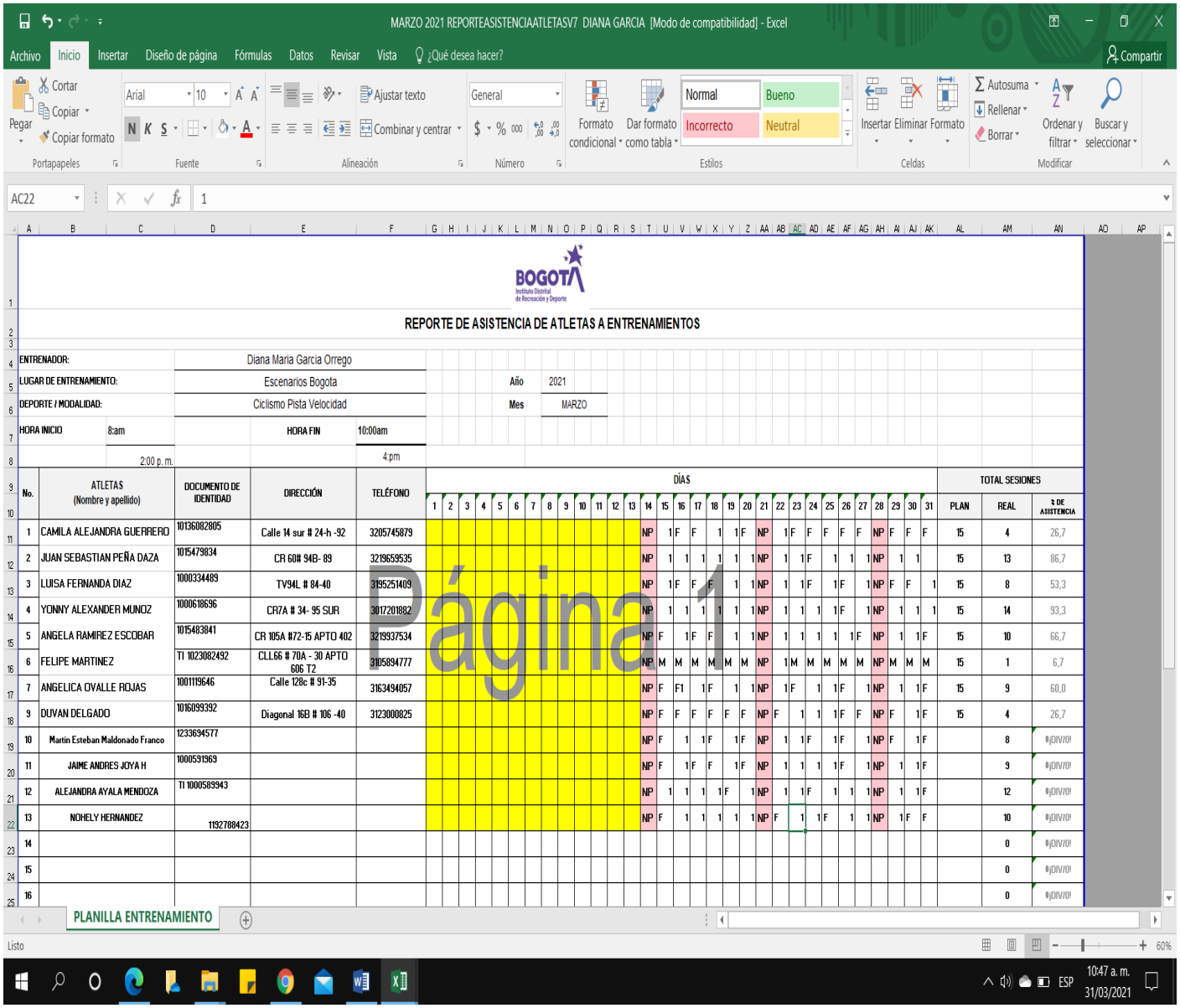
Pantallazo del Visto bueno del metodólogo y Liga:



INFORME DE ACTIVIDADES Y CONCEPTO DEL SUPERVISOR DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORÍA, NI GUARDIANES (QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN)

Planilla de asistencia deportistas:



MARZO 2021 REPORTEASISTENCIAATLETASV7 DIANA GARCIA [Modo de compatibilidad] - Excel

REPORTE DE ASISTENCIA DE ATLETAS A ENTRENAMIENTOS

ENTRENADOR:	Diana Maria Garcia Orrego
LUGAR DE ENTRENAMIENTO:	Escenarios Bogota
DEPORTE / MODALIDAD:	Ciclismo Pista Velocidad
Año	2021
Mes	MARZO
HORA INICIO	8:am – 2:00 p. m.
HORA FIN	10:00am – 4:pm

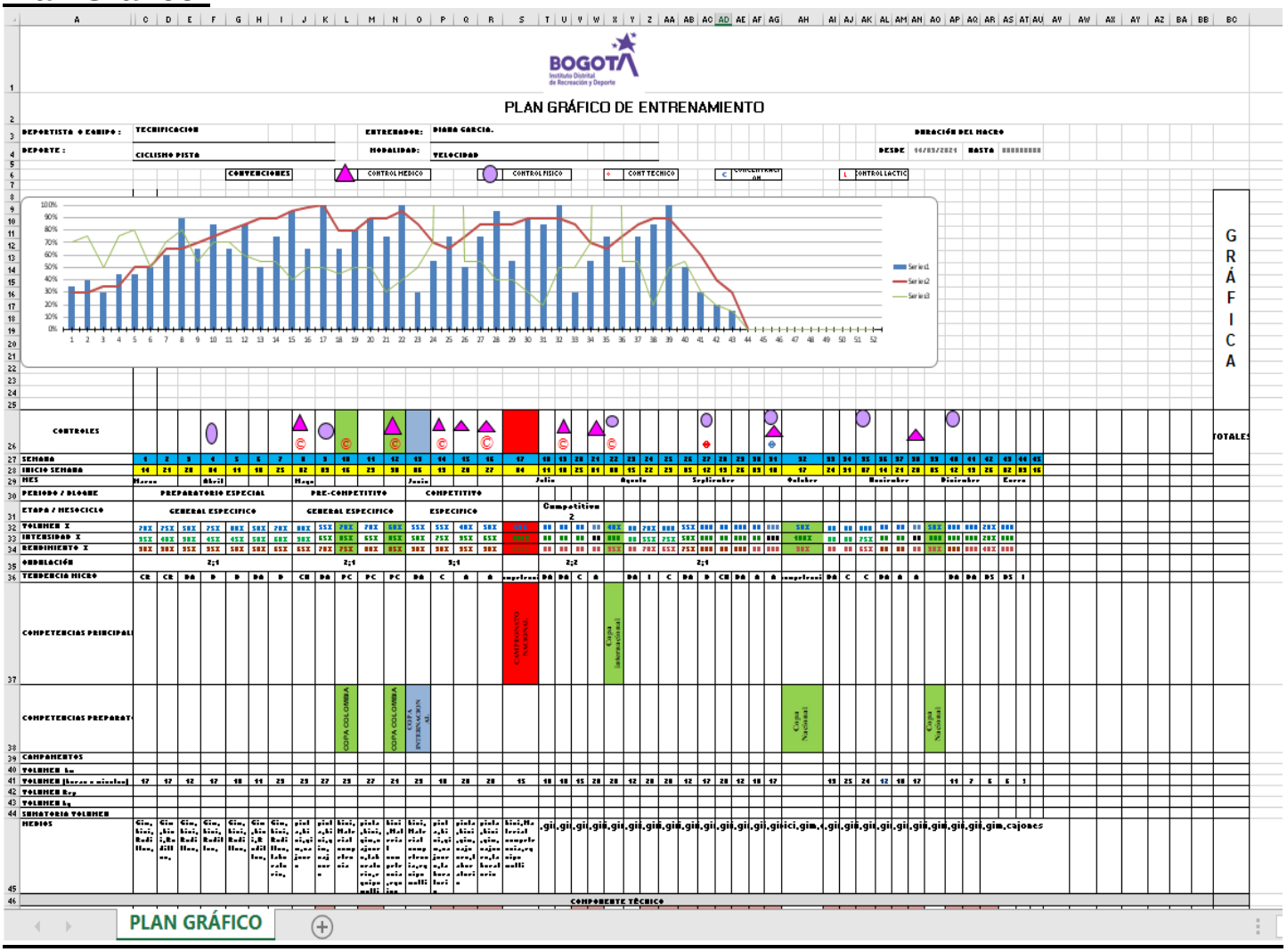
No.	ATLETAS (Nombre y apellido)	DOCUMENTO DE IDENTIDAD	DIRECCIÓN	TELÉFONO	DÍAS 1–31	TOTAL SESIONES PLAN	REAL	% DE ASISTENCIA
1	CAMILA ALEJANDRA GUERRERO	1013682805	Calle 14 sur # 24-h -92	3205745879	NP 1 F F 1 1 F NP 1 F F F F F NP F F F	15	4	26,7
2	JUAN SEBASTIAN PEÑA DAZA	1015479834	CR 60# 94B- 89	3219659535	NP 1 1 1 1 1 1 NP 1 1 F 1 1 1 NP 1 1	15	13	86,7
3	LUISA FERNANDA DIAZ	1000334489	TV94L # 84-40	3195251409	NP 1 F F F 1 1 NP 1 1 F 1 F 1 NP F F 1	15	8	53,3
4	YONNY ALEXANDER MUNOZ	1000618696	CR7A # 34- 95 SUR	3017201882	NP 1 1 1 1 1 1 NP 1 1 1 1 F 1 NP 1 1 1	15	14	93,3
5	ANGELA RAMIREZ ESCOBAR	1015483841	CR 105A #72-15 APTO 402	3219937534	NP F 1 F F 1 1 NP 1 1 1 1 1 F NP 1 1 F	15	10	66,7
6	FELIPE MARTINEZ	TI 1023082492	CLL66 # 70A - 30 APTO 606 T2	3105894777	NP M M M M M M NP 1 M M M M M NP M M M	15	1	6,7
7	ANGELICA OVALLE ROJAS	1001119646	Calle 128c # 91-35	3163494057	NP F F1 1 F 1 1 NP 1 F 1 1 F 1 NP 1 1 F	15	9	60,0
9	DUVAN DELGADO	1016099392	Diagonal 16B # 106 -40	3123000825	NP F F F F F F NP F 1 1 1 F F NP F 1 F	15	4	26,7
10	Martin Esteban Maldonado Franco	1233694577			NP F 1 1 F 1 F NP 1 1 F 1 F 1 NP F 1 F		8	#¡DIV/0!
11	JAIME ANDRES JOYA H	1000591969			NP F 1 F F 1 F NP 1 1 1 1 F 1 NP 1 1 F		9	#¡DIV/0!
12	ALEJANDRA AYALA MENDOZA	TI 1000589943			NP 1 1 1 1 F 1 NP 1 1 F 1 1 1 NP 1 1 F		12	#¡DIV/0!
13	NOHELY HERNANDEZ	1192788423			NP F 1 1 1 1 1 NP F 1 1 F 1 1 NP 1 F F		10	#¡DIV/0!
14							0	#¡DIV/0!
15							0	#¡DIV/0!
16							0	#¡DIV/0!

Página 1

INFORME DE ACTIVIDADES Y CONCEPTO DEL SUPERVISOR DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORÍA, NI GUARDIANES (QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN)

Plan Grafico:



INFORME DE ACTIVIDADES Y CONCEPTO DEL SUPERVISOR DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORÍA, NI GUARDIANES (QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN)

Microciclo del 15 al 21:

SESIONES	LUNES 15	MARTES 16	MIERCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19	SABADO 20	DOMINGO 21
1ª	**Hora:** 7:30 AM **Contenidos de la sesión:** Resistencia a la fuerza **Link:** **Duracion :1h 30min** **Desarrollo/Ejercicios:** **Tren inferior:** Sentadilla, flexion, peso muerto, Hip thrust **Tren Superior:** press Banca, biceps, Triceps 2 series x 12 repeticiones 3 Series x 10 Rep Para los que no hacen Gim Rutina en PDF	**Hora:** 7:00 Am **Contenidos de la sesión:** Resistencia Aerobica Intensidad relativa Alta **Link: Duracion : 2 H 30 Min** Trabajos Vo2 **30 min Zona 2 70/80 FC 80/90 RPM** 10 min Zona 1 **6 series por 3 min vo2 Max X 3 min de recuperacion** La intensidad de las series de 3 min debe ser cercana (90-95%) percepcion durante las series de 8-9. moviendo desarrollo (plato grande y piñones pequeños) Mantener una cadencia entre 90/95 **30 min Zona 2** 10 min Zona 1	DESCANSO	**Hora:** 7:00 Am **Contenidos de la sesión:** Resistencia Aerobica Intensidad relativa media **Link:** **Duracion : 2H 30** **Desarrollo/Ejercicios:**Sesión ruta Base Aerobica 1 hora zona 2 FC 70/80% Cadencia 80/90 20 min zona 3 FC 80/90% Cadencia 90/100 **20 min zona 2 FC 70/80% Cadencia 80/90** 20 min zona 3 FC 80/90% Cadencia 90/100 **30 min zona 2 FC 70/80% Cadencia 80/90** 15 min zona 3 FC 80/90% Cadencia 90/100 **15 min zona 2 FC 70/80% Cadencia 80/90**	**Hora:** 7:30 AM **Contenidos de la sesión:** Resistencia a la fuerza Link: **Duracion :1h 30min** **Desarrollo/Ejercicios:** **Tren inferior:** Sentadilla, flexion, peso muerto, Hip thrust **Tren Superior:** press Banca, biceps, Triceps 5 series x 5 repeticiones **Para los que no hacen Gim Rutina en PDF**	**Hora:** 7:00 Am **Contenidos de la sesión:** Resistencia Aerobica Intensidad relativa media alta **Link:** **Duracion : 2 H** **Desarrollo/Ejercicios:** Sesión ruta Base Aerobica **40 MIn zona 2 FC 70/80% Cadencia 80/90** 10 min Zona 1 **4 x 3 min a 60-65 rpm x 2 min descanso moviendo desarrollo (plato grande y piñones pequeños) manteniendo el 80-90% del umbral** percepcion Durante esfuerzo de 7 a 9 **30 min Zona 2** 15 min Zona 1	DESCANSO
2ª							

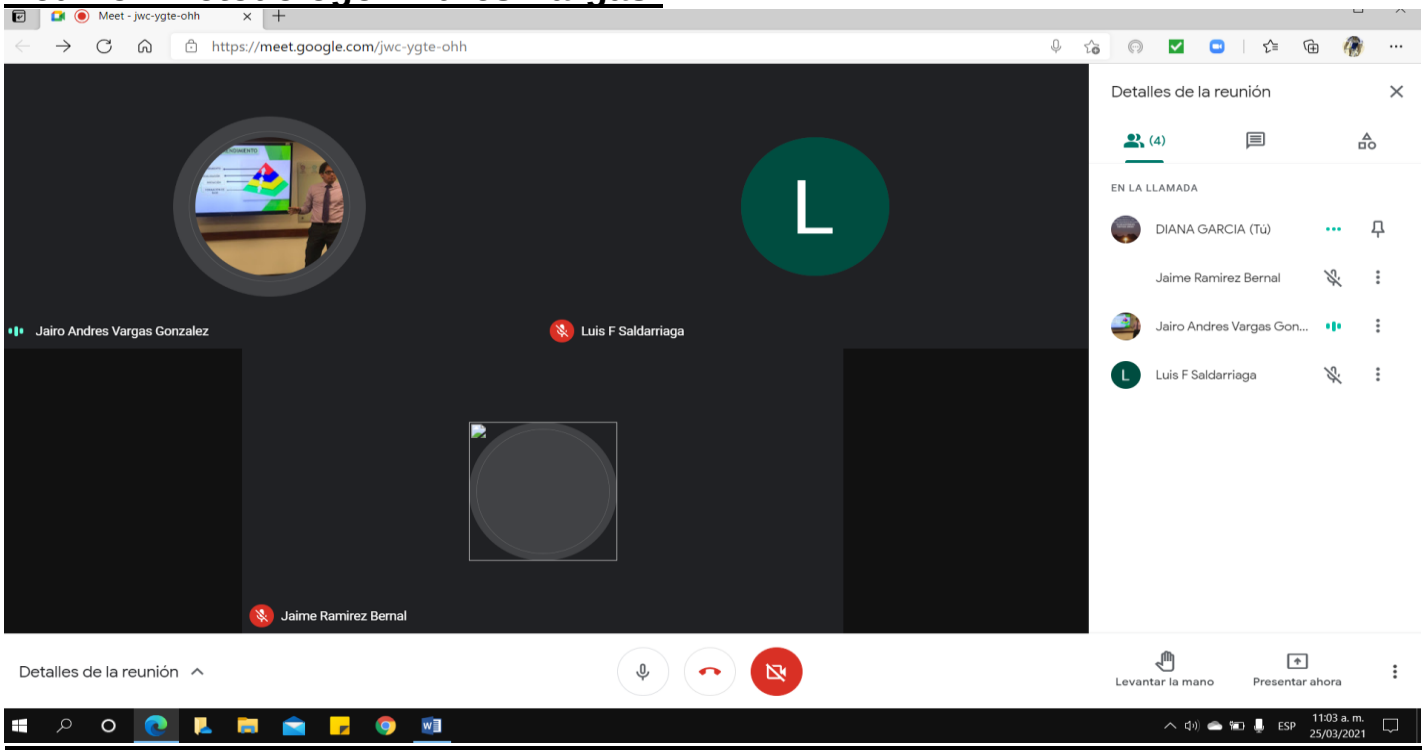
Microciclo del 22 al 28:

SESIONES	LUNES 22	MARTES 23	MIERCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26	SABADO 27	DOMINGO 28
1ª	**Hora:** 7:00 Am **Contenidos de la sesión:** **Resistencia Aerobica Intensidad relativa media** **Link:** **Duracion : 2H 30** **Desarrollo/Ejercicios:Sesión ruta Base Aerobica** **Ritmo en bloques** **40 zona 2 FC 70/80%** **Cadencia 80/90 Cadencia** 1x 20min Zona 3 80/90% Cadencia 100/105 **1x15 min Zona 2 70/80% Cadencia 80/90** 1x15 min Zona 3 80/90% Cadencia 100/105 **1x15 min Zona 2 70/80% Cadencia 80/90** 1x 20 min Zona 3 80/90% Cadencia 100/105 **30 min Zona 2 70/80% FC Cadencia 80/90**	**Hora:** 7:30 AM **Contenidos de la sesión:** **Resistencia a la fuerza** **Link:** **Duracion :1h 30min** **Desarrollo/Ejercicios:** **Tren inferior:** Sentadilla, flexion, peso muerto, Hip thrust **Tren Superior:** press Banca, biceps, Triceps **5 series x 8 repeticiones** **Para los que no hacen Gim Rutina en PDF**	**Hora:** 7:00 Am **Contenidos de la sesión:** **Resistencia Aerobica Intensidad relativa media** **Link:** **Duracion : 2H 30** **Desarrollo/Ejercicios:Sesión ruta Base Aerobica** **1 Hora zona 2 FC 70/80% Cadencia 80/90** 20 min zona 3 FC 80/90% Cadencia 90/100 **20 min zona 2 FC 70/80% Cadencia 80/90** 6 aceleraciones 1min cadencia 110 - 120 5 a 7 min Descanso **Relacion Mujeres 52x14 0 7;93 de Avance** **Hombres 53x14 0 8;08 de Avance** Hacerlos en puente piedra **Regreso a casa en zona 2**	**Hora: 8:00 AM** **Contenidos de la sesión:** **Resistencia a la Fuerza** **Link:** **Duracion :1h 30min** **Desarrollo/Ejercicios: Tren inferior:** Sentadilla, flexion, peso muerto, hip thrust con banca **Tren Superior:** press Banca, biceps, remo con banca **5 series x 8 repeticiones cada serie se sube Pesos** **Para los que no hacen Gim Rutina en PDF**	**Rodillo:** **10 min Zona 1** 5min Zona 2 **2 min Zona 3** 1 aceleracion 45 segundos progresivos **Rodar 7 min Zona 1** 4 Aceleraciones de 30 segundos Full (max velocidad que puedan alcanzar rodillo **Relacion Mujeres 52x15** **Hombre 52x14** Descanso entre cada serie 5 min al final del trabajo rodar 10 min Zona 1	**Hora:** 7:00 Am **Contenidos de la sesión:** Resistencia Aerobica Intensidad relativa media **Link:** **Duracion : 2 H** **Desarrollo/Ejercicios:** Sesión ruta Base Aerobica 2 Horas en zona 2 70/ 80 % FC Cadencia 80/90	DESCANSO

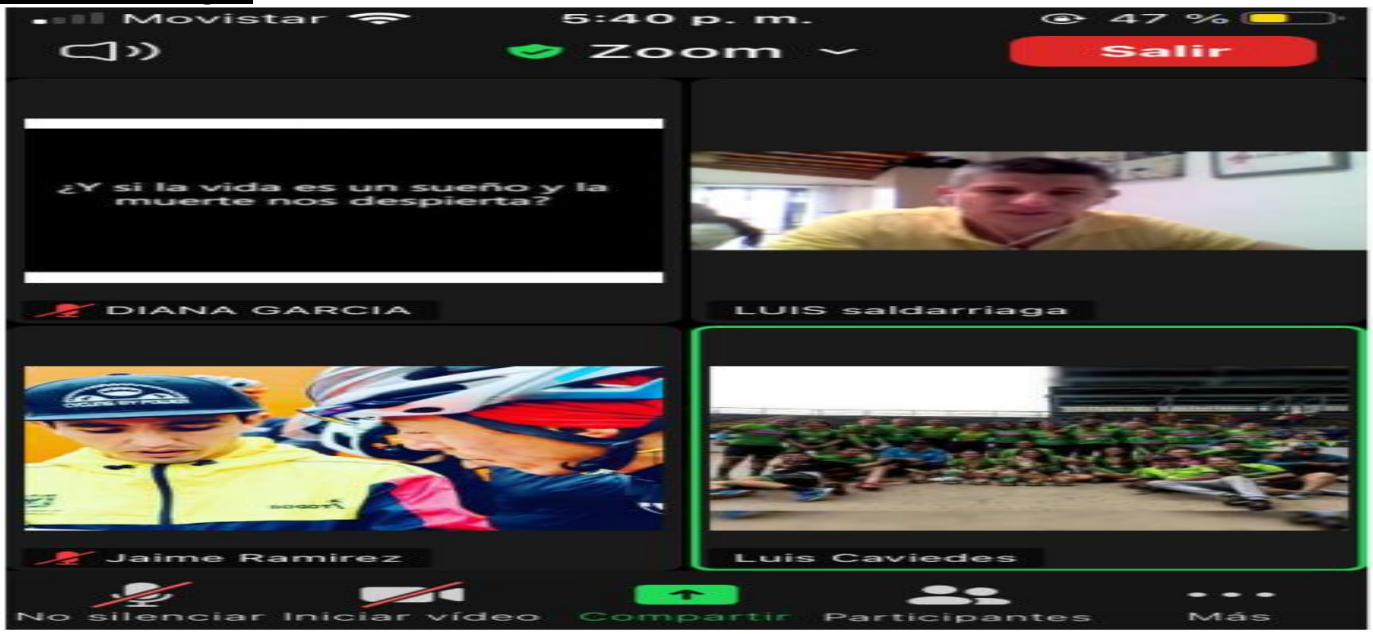
INFORME DE ACTIVIDADES Y CONCEPTO DEL SUPERVISOR DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORÍA, NI GUARDIANES (QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN)

Reunión Metodólogo Andrés Vargas:



Reunión Liga:



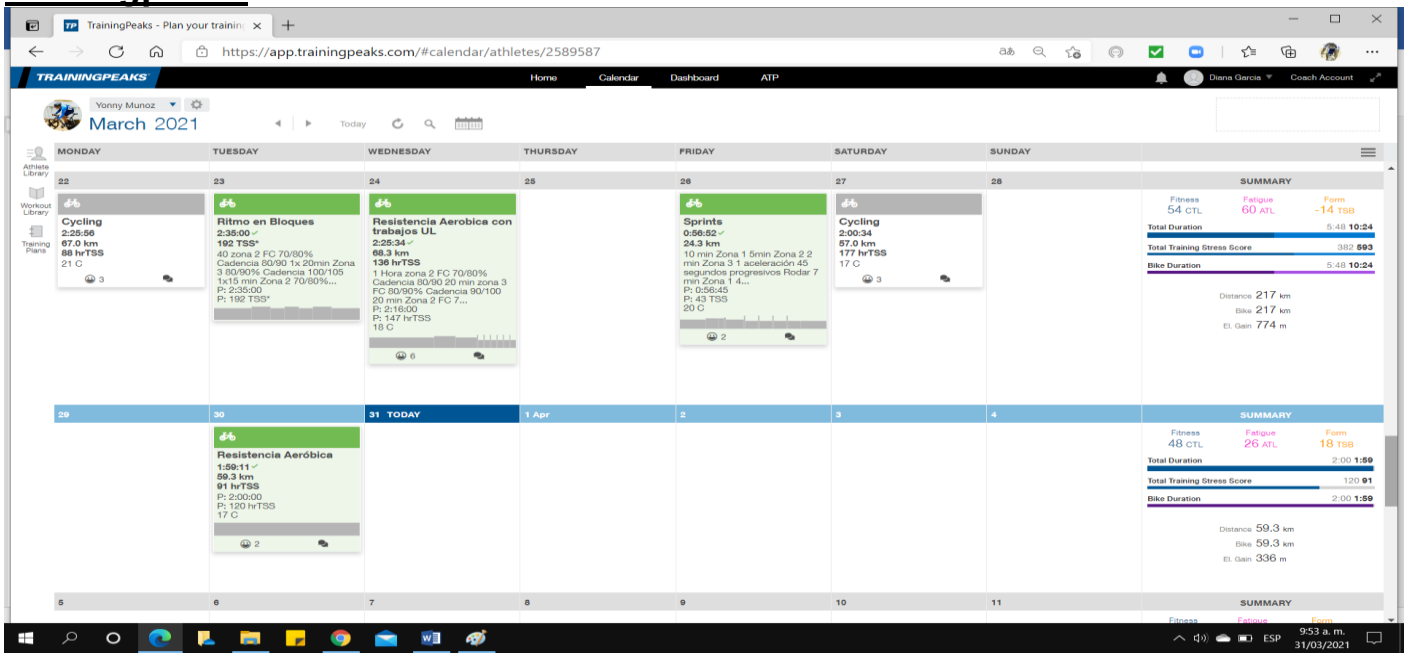
Actividades del Mes Deportistas:

INFORME DE ACTIVIDADES Y CONCEPTO DEL SUPERVISOR DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORÍA, NI GUARDIANES (QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN)

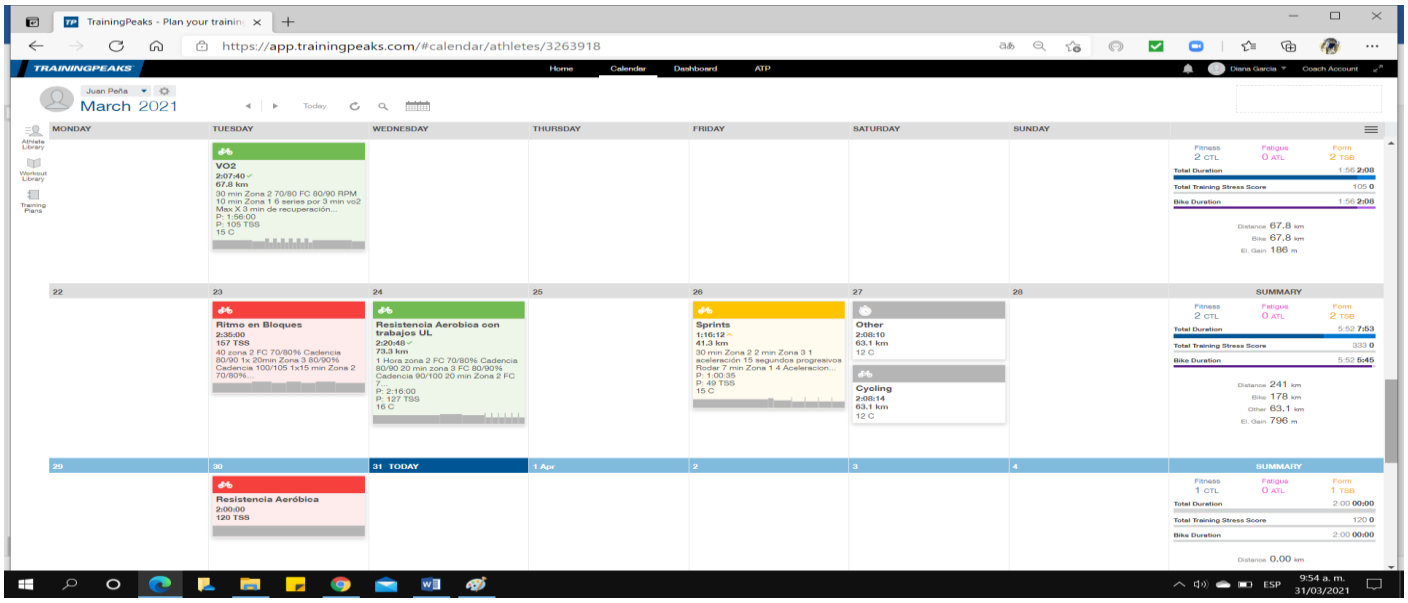


Entrenamientos ruta mes de los deportistas que manejan plataforma trainingpeaks

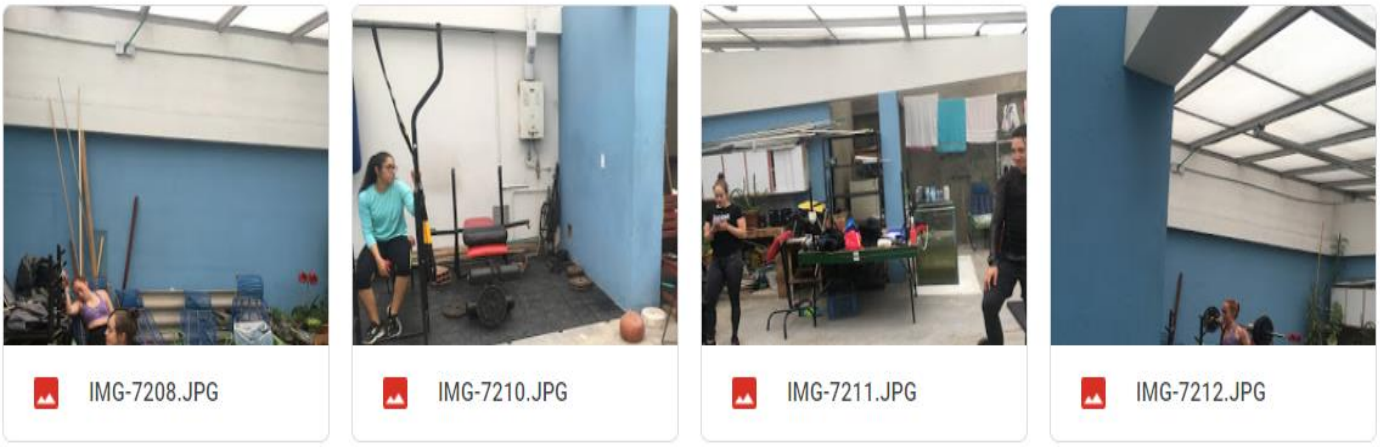


INFORME DE ACTIVIDADES Y CONCEPTO DEL SUPERVISOR DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORÍA, NI GUARDIANES (QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN)



Sesiones Gimnasio y ruta semana 15 al 21:



INFORME DE ACTIVIDADES Y CONCEPTO DEL SUPERVISOR DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORÍA, NI GUARDIANES (QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN)



IMG-7269.JPG



IMG-7270.JPG



IMG-7271.JPG



IMG-7273.JPG



IMG-7274.JPG



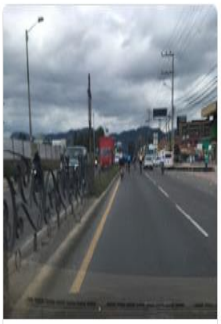
IMG-7364.JPG



62061803-2AA6-4198-...



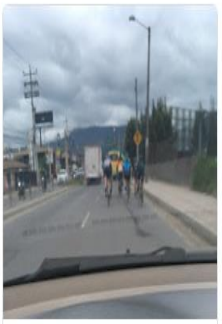
62061803-2AA6-419



IMG-7339.JPG



IMG-7340.JPG



IMG-7342.JPG



IMG-7339.JPG

INFORME DE ACTIVIDADES Y CONCEPTO DEL SUPERVISOR DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORÍA, NI GUARDIANES (QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN)


2020-10-13 (2).png


2020-10-13 (3).png


2020-10-13 (4).png


2020-10-13 (5).png


2020-10-13 (6).png


IMG-7913.JPG 5).png


IMG-7913.JPG 6).png


IMG-7913.JPG 1).png


IMG-7913.JPG 2).png


IMG-7913.JPG 3).png


IMG-7913.JPG 4).png


Angela Ramirez VIDE....


Luisa Diaz VIDEO-


PHOTO-


VIDEO-


Yonny Muñoz

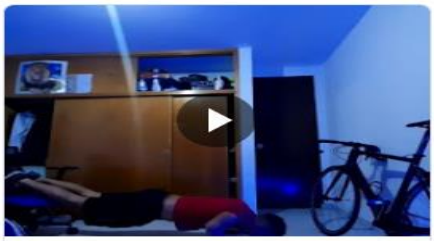
INFORME DE ACTIVIDADES Y CONCEPTO DEL SUPERVISOR DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORÍA, NI GUARDIANES (QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN)

Sesiones Gim y ruta semana 22 al 28

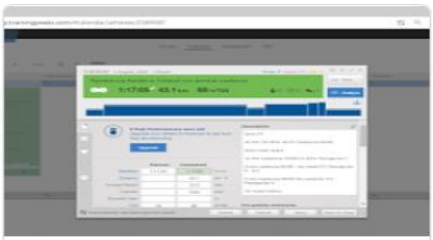

Juan Peña


Luisa Diaz VIDEO-


Martin Maldonado VID...



VIDEO-


Yonny Muñoz :


Yonny VIDEO-:


322F3962-9 (1).png


322F3962-9 (2).png


322F3962-9 (3).png


322F3962-9 (4).png


322F3962-9 (5).png


322F3962-9 png

INFORME DE ACTIVIDADES Y CONCEPTO DEL SUPERVISOR DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORÍA, NI GUARDIANES (QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN)